

**CONCEPTOS Y PRÁCTICAS SOCIALES DE RECREACIÓN, OCIO Y TIEMPO
LIBRE EN LOS DOCENTES DE BÁSICA PRIMARIA JORNADA DE LA TARDE
DEL NÚCLEO 8 DE PEREIRA 2008**

**MARÍA VICTORIA HIGUITA VALENCIA
LAURENT MARCELA OSORIO CIFUENTES**

**UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE PEREIRA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA CIENCIAS DEL DEPORTE Y LA RECREACIÓN
PEREIRA
2008**

**CONCEPTOS Y PRÁCTICAS SOCIALES DE RECREACIÓN, OCIO Y TIEMPO
LIBRE EN LOS DOCENTES DE BÁSICA PRIMARIA JORNADA DE LA TARDE
DEL NÚCLEO 8 DE PEREIRA 2008**

**MARÍA VICTORIA HIGUITA VALENCIA
LAURENT MARCELA OSORIO CIFUENTES**

**Trabajo de grado para optar al título de
Profesional en Ciencias del Deporte y la Recreación**

**DIRECTOR
MG. NORMAN JAIRO PACHÓN VILLAMIL**

**UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE PEREIRA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA CIENCIAS DEL DEPORTE Y LA RECREACIÓN
PEREIRA
2008**

Nota de aceptación:

Firma Presidente del Jurado

Firma del Jurado

Firma del Jurado

Pereira, 28 de Octubre de 2008

DEDICATORIA

“A Carlitos y Oliver por su paciencia y su amor”

“A nuestros padres y amigos por su colaboración, paciencia y credibilidad
hacia nosotras”

AGRADECIMIENTOS

Agradecemos a nuestros docentes Norman Jairo Pachón Villamil, Jhon Jairo Triviño, Jhon Jairo Trejos Parra y José Carlos Giraldo Trujillo, por sus aportes y acompañamiento en este proceso.

De igual forma, a La Secretaría Municipal de Recreación y Deporte, por su confianza y credibilidad en esta propuesta investigativa, en la búsqueda de una sociedad mejor.

A Dios, por permitirnos salir triunfantes y enriquecidas en este largo proceso académico.

A nuestras familias, por su apoyo incondicional y por querer formarnos como mujeres de bien.

TABLA DE CONTENIDO

	Pág.
RESUMEN	18
INTRODUCCIÓN	19
1. DESCRIPCIÓN DEL PROYECTO	21
2. JUSTIFICACIÓN	23
2.1 APORTES.....	23
2.2 PRODUCTOS E IMPACTOS ESPERADOS.....	24
2.2.1 De Generación De Conocimiento o Desarrollo Tecnológico:	24
2.2.2 De Fortalecimiento De La Capacidad Científica Nacional:	24
2.2.3 De Apropiación Social Del Conocimiento:	25
2.2.4 Impactos Esperados:	25
3. OBJETIVOS	27
3.1 OBJETIVO GENERAL	27
3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	27
4. MARCO REFERENCIAL	29
4.1 MARCO CONTEXTUAL	29
4.1.1 Marco Geográfico.....	29
4.1.2 Marco Demográfico.....	31
4.1.3 Marco Institucional.	31
4.2 MARCO LEGAL	33
4.2.1 General de la Población.....	33
4.2.2 La recreación como derecho fundamental y necesidad.....	34
4.2.2 Ley General de Educación.....	35
4.2.3 Gestión de la recreación:.....	39
4.3 MARCO TEÓRICO	42
4.3.1 Concepto.....	43
4.3.2 Prácticas sociales.....	44
4.3.3 Recreación.....	47
4.3.3 Ocio	52
4.3.4 Tiempo libre	57
4.3.5 Recreación, ocio y tiempo libre en la educación.....	60
4.4 ESTADO CIENTIFICO ACTUAL.....	65
5. METODOLOGIA	71
5.1 DISEÑO.....	71
5.2 POBLACIÓN Y MUESTRA	71
5.3 VARIABLES.....	71
5.3.1 Variable: Tiempo Libre.....	71
5.3.2 Variable: Recreación.....	71
5.3.3 Variable: Ocio.....	72
5.3.4 Variable: Práctica social.....	72
5.3.5 Variable: Concepto.....	75

5.4	TECNICAS E INSTRUMENTOS	76
5.4.1	Origen	76
5.4.2	Partes	76
5.4.3	Validación del instrumento	77
5.5	EVALUACIÓN ÉTICA	78
6.	RESULTADOS	79
6.1	ANÁLISIS UNIVARIADO	79
6.1.1	Variables Demográficas	79
6.1.2	Identificación de los conceptos.	81
6.1.3	Prácticas sociales en Recreación.....	84
6.2	ANÁLISIS MULTIVARIADO	90
7.	DISCUSIÓN.....	91
8.	CONCLUSIONES.....	95
9.	RECOMENDACIONES.....	99
10.	BIBLIOGRAFIA.....	101

LISTA DE CUADROS

	Pág
Cuadro 1. Nº de estudiantes en el Sistema Educativo.-----	31
Cuadro 2. Concepto Social. Núcleo Educativo 8 de Pereira, 2008.-----	77
Cuadro 3. Concepto y Práctica Social. Núcleo Educativo 8 de Pereira, 2008.-----	77
Cuadro 4. Identificación del concepto. Núcleo Educativo 8 de Pereira, 2008.-----	78
Cuadro 5. Identificación Legal del Concepto. Núcleo Educativo 8 de Pereira, 2008.-----	79
Cuadro 6. Actividades de Recreación. Núcleo Educativo 8 de Pereira, 2008.-----	80
Cuadro 7. Otras Opciones de Recreación. Núcleo Educativo 8 de Pereira, 2008.-----	81
Cuadro 8. Actividades de Ocio. Núcleo Educativo 8 de Pereira, 2008.-----	82
Cuadro 9. Otras Opciones de Ocio. Núcleo Educativo 8 de Pereira, 2008.-----	83
Cuadro 10. Actividades uso del Tiempo Libre. Núcleo Educativo 8 de Pereira, 2008.-----	84
Cuadro 11. Otras Opciones de Tiempo Libre. Núcleo Educativo 8 de Pereira, 2008.-----	85
Cuadro 12. Análisis significativo entre género y edad de los docentes del núcleo 8 de Pereira, 2008.-----	85
Cuadro 13. Comparación del Concepto, entre El Núcleo Educativo 8 de Pereira, La Universidad Tecnológica de Pereira y La Fundación Universitaria del Área Andina. 2008.-----	86

Cuadro 14. Comparación de las prácticas sociales
entre los docentes del Núcleo Educativo 8 de Pereira,
los estudiantes de la Universidad Tecnológica de Pereira
y la Fundación Universitaria del Área Andina, 2008.-----86

LISTA DE GRÁFICAS

	Pág
Gráfica 1. Población de docentes de Básica Primaria. Instituciones Educativas del Núcleo 8 de Pereira, 2008.-----	75
Gráfica 2. Grados que manejan los docentes de Básica Primaria. Núcleo educativo 8 de Pereira, 2008.-----	76
Gráfica 3. Distribución del género. Docentes de Básica Primaria. Instituciones Educativas del Núcleo 8 de Pereira, 2008.-----	76
Gráfica 4. Edades de los docentes de Básica Primaria. Instituciones educativas del núcleo 8 de Pereira, 2008.-----	77
Gráfica 5. Concepto y Prácticas sociales en Recreación, Ocio y Tiempo Libre. Docentes de Básica Primaria. Núcleo educativo 8 de Pereira, 2008.-----	78
Gráfica 6. Prácticas sociales en Recreación. Docentes de Básica Primaria. Núcleo educativo 8 de Pereira, 2008.-----	79
Gráfica 7. Medios de comunicación para información sobre Recreación. Docentes de Básica Primaria. Núcleo educativo 8 de Pereira, 2008.-----	81
Gráfica 8. Prácticas sociales en Ocio. Docentes de Básica Primaria. Núcleo educativo 8 de Pereira, 2008.-----	82
Gráfica 9. Prácticas sociales en Tiempo Libre. Docentes de Básica Primaria. Núcleo educativo 8 de Pereira, 2008.-----	83
Gráfica 10. Momentos de utilización del Tiempo Libre. Docentes de Básica Primaria. Núcleo educativo 8 de Pereira, 2008.-----	84

LISTA DE FIGURAS

Figura 1. Niveles del Sistema Educativo Formal.-----	37
Figura 2. Responsabilidad de la Recreación.-----	39

LISTA DE TABLAS

Tabla 1. Relación entre Ocio y Educación.-----	63
--	----

LISTA DE ANEXOS

Anexo A. Instrumento Adaptado.....	109
Anexo B. Instrumento Recomendado.....	111
Anexo C. Fichero Lúdico “Programa Educativo”.....	114

RESUMEN

El Núcleo de Desarrollo Educativo 8 de Pereira, representa un porcentaje importante en las instituciones educativas públicas de Pereira; al mismo tiempo está ubicada en una zona donde se llevan a cabo proyectos para el mejoramiento de los espacios públicos, en los cuales se pueden realizar actividades recreo-deportivas, que busquen de manera estratégica reunir a la comunidad aledaña.

Entre las instituciones encargadas de ofrecer este tipo de servicios a la ciudad, se encuentra La Secretaría Municipal de Recreación y Deporte, que se vio interesada en hacer parte de esta investigación, al conocer los conceptos y prácticas de Recreación, Ocio y Tiempo Libre en los docentes, para en un futuro impactar con programas estratégicos en esta población, que les permita satisfacer sus necesidades.

La presente es una investigación descriptiva, cuyo objetivo es describir los conceptos y prácticas sociales de Recreación, Ocio y Tiempo Libre en los docentes de educación básica primaria, jornada de la tarde del núcleo de desarrollo educativo número 8 de Pereira.

Para la recopilación de la información se contó con un instrumento de auto aplicación, validado en Pereira. El Alpha de Cronbach obtenido por dicho instrumento fue de 0.77. La aplicación del instrumento se llevó a cabo en 103 docentes, con previa prueba piloto.

Dentro de los resultados se encontró un porcentaje alto de docentes (77%), que desconocen los conceptos planteados por los autores enunciados en esta investigación (José Alvarán; Tomás Bolaño; Julia Gerlero; Pablo Waichman) y los propuestos por la normatividad colombiana.

Además, se conocieron las prácticas más desarrolladas: establecer espacios para el diálogo (95%), y ver televisión (92%); estos frente a los menos realizados como: practicar algún deporte (30%), participar en voluntariados (12%), estudiar otros idiomas (9%) o pertenecer a grupos musicales (1%), siendo estas últimas, prácticas que promueven más la creatividad, el esparcimiento y la productividad.

Por esto, se busca conquistar el interés en los estudiantes de pregrado de actividad física, deportes y/o recreación, para la realización de proyectos encaminados a la intervención en los docentes del municipio, que permitan mejorar las herramientas educativas y la calidad de la educación en sus estudiantes.

INTRODUCCIÓN

El grupo de investigación en Recreación y Desarrollo Humano de La Universidad Tecnológica de Pereira, ha venido liderando una macro investigación enmarcada en determinar las Prácticas y Representaciones sociales de Recreación, Ocio y Tiempo Libre en la población Pereirana. Dicho proyecto se ha llevado a cabo en los estudiantes de pregrado de las universidades públicas y privadas de la ciudad de Pereira.

El presente proyecto hace parte de esta macro investigación y fue realizado en el Núcleo de Desarrollo Educativo 8 de Pereira, a docentes de básica primaria (jornada de la tarde), en la búsqueda de describir para este caso, los conceptos y prácticas sociales de Recreación, Ocio y Tiempo Libre, en dicha población.

En este proceso, no se trata el tema de representaciones sociales, sino de los conceptos que manejan los docentes acerca de Recreación, Ocio y Tiempo Libre.

Además, se debe aclarar la relación que tienen las prácticas y los conceptos de Recreación, Ocio y Tiempo Libre, en los docentes de acuerdo a la edad y el género, para así identificar sus conocimientos y falencias, según dichas variables.

En la búsqueda de una sociedad mejor, cumpliendo con los dictámenes legales e institucionales, La Secretaría Municipal de Recreación y Deporte, ha querido ser partícipe de este proyecto, buscando cumplir con un cubrimiento integral de servicios a la comunidad, en este caso, la población docente del Sector de Cuba.

Para esta entidad, impera la necesidad de descubrir las prácticas en recreación, ocio y tiempo libre, de esta población, y a partir de los resultados de éste proyecto, descubrir cuáles son sus actividades habituales, para así intervenir con programas educativos y de movilidad de manera efectiva.

La Universidad Tecnológica de Pereira, por medio del programa Ciencias del Deporte y la Recreación, une fuerzas con La Secretaría Municipal de Recreación y Deporte, para así conocer el estado de la comunidad frente a los conceptos y prácticas de recreación, ocio y tiempo libre.

1. DESCRIPCIÓN DEL PROYECTO

En los planteles educativos es común ver cómo los estudiantes y profesores crean sus propias formas de esparcimiento, de diversión, de descanso entre sus obligaciones académicas, pero sin ningún tipo de interacción entre ellos; sus relaciones son tan diferentes y tan limitadas a lo estrictamente académico que queda la sensación, de no querer tener ningún otro tipo de acercamiento que no sea el de estar en el aula de clase (GIRALDO, J.).

Por otra parte, los métodos educativos pueden ser tan monótonos y rígidos, que no permitan ni en el enseñar ni en el aprender estados de satisfacción, que puedan mejorar los procesos pedagógicos y las relaciones maestro-alumno (Galo de Lara).

Todas las barreras que se puedan presentar en las relaciones interpersonales y en encontrar mejores métodos educativos, radican en que las personas, desconocen las diferentes formas de ocupar el tiempo libre (MOSCOVICI, S. Hers), el ocio, de utilizar la recreación como herramienta de cambio, de superación, de crecimiento, lo que provoca que todo se envuelva como una bola de nieve, que va creciendo en un sinnúmero de dificultades, manifestadas desde el ser hacia la sociedad (BANCHS, María Auxiliadora).

Poder identificar estas prácticas y conceptos de recreación, ocio y tiempo libre, permite en un futuro orientarlos hacia los objetivos y necesidades que busca satisfacer el profesional en Ciencias del Deporte y la Recreación en una comunidad, en este caso la educativa, donde los integrantes de esta puedan utilizarlos en bien de los procesos pedagógicos, partiendo de un beneficio biosicosocial.

Las prácticas y los conceptos de los docentes sobre la temática aquí tratada, pueden estar erradas, lo que probablemente impida una aplicación oportuna de éstos, tanto en su vida personal como laboral (BONILLA, Carlos); es por esto que es importante para esta investigación saber: ¿Cuáles son los conceptos y prácticas sociales de Recreación, ocio y tiempo libre, en los docentes de educación básica primaria jornada de la tarde, del núcleo de desarrollo educativo número 8 de Pereira?

2. JUSTIFICACIÓN

2.1 APORTES

El estado en que se encuentren los conceptos de recreación, ocio y tiempo libre, en los docentes de básica primaria, es la razón de ser de esta investigación, ya que permitirá identificar hacia donde se direccionan estos, sí hacia un lado negativo o hacia un lado positivo, según los espacios, el tiempo y la forma en que llevan a cabo sus prácticas sociales de dichos conceptos.

Poder medir dichas variables en esta investigación descriptiva, permitirá saber cuánto conocen y comprenden los conceptos de recreación, ocio y tiempo libre, propuestos en el instrumento; así mismo, se identificarán las actividades más desarrolladas en estos espacios, evaluando la calidad de vida que llevan frente a la eficacia con que se realizan los mismos.

Se percibirá cuánto hay por hacer hacia un futuro, cuánto se debe cambiar y volver a crear en la comunidad, gracias a esto, se pretende que las personas que se interesen en fortalecer este tipo de proyectos, solucionen las problemáticas consecuentes de este estudio, y así, hacia un futuro la pedagogía para aquellos que comienzan su etapa de desarrollo, esté encaminada hacia el disfrute, de forma que facilite el aprendizaje y la asimilación de aquello que se enseñe cada día.

Es importante realizar esta investigación en los docentes de escuela básica primaria del barrio Cuba (núcleo educativo número 8 de Pereira), debido a que éste es un sector del municipio con un número representativo de estudiantes y docentes, los cuales en un futuro podrían ser intervenidos por instituciones, que promuevan la recreación a grandes masas.

Hay que tener en cuenta la importancia de este proyecto para el municipio, ya que a través de él, La Secretaría Municipal de Recreación y Deporte, tendrá un gran apoyo estadístico, de acuerdo a cuántas personas manejan y comprenden correctamente los conceptos de recreación, ocio y tiempo libre. Así se brindarán las herramientas necesarias para formar la educación, el dinamismo y desarrollo humano del niño.

Para lograr esto, primero se debe conocer cuáles son los conceptos y prácticas sociales, que tienen los docentes en cuanto a recreación, ocio y tiempo libre, en qué actividades se ven enmarcadas, cuánto tiempo utilizan para ello y con qué calidad.

2.2 PRODUCTOS E IMPACTOS ESPERADOS

El producto final será la investigación realizada con sus respectivos resultados, lo cual servirá como banco de datos o fuente de información para futuras investigaciones y proyectos.

2.2.1 De Generación De Conocimiento o Desarrollo Tecnológico:

PRODUCTO ESPERADO	INDICADOR	BENEFICIARIO
Conceptos y prácticas sociales de recreación, ocio y tiempo libre, en docentes de básica primaria del núcleo 8 de Pereira.	Trabajo de Grado en la biblioteca de la universidad.	Universidad Tecnológica de Pereira, Secretaría Municipal de Recreación y Deportes (SRD) y comunidades científicas en Recreación.
Base de datos y resultados de la investigación de los docentes del núcleo 8 de Pereira.	Registros, diagnóstico (encuesta) y conclusiones.	Universidad Tecnológica de Pereira, Secretaría Municipal de Recreación y Deportes y comunidades científicas en Recreación.

2.2.2 De Fortalecimiento De La Capacidad Científica Nacional:

PRODUCTO ESPERADO	INDICADOR	BENEFICIARIO
Aportar bases teóricas a estudiantes de pregrado en investigación.	Estudiantes participantes.	Estudiantes y la UTP
Consecución de investigaciones en recreación por parte del SRD.	Nueva investigación realizada en el grupo.	Secretaria Municipal de Recreación y Deporte y la UTP

2.2.3 De Apropiación Social Del Conocimiento:

PRODUCTO ESPERADO	INDICADOR	BENEFICIARIO
Cartilla sobre un Programa educativo en Recreación, Ocio y Tiempo Libre en docentes.	Cartilla publicada en el SRD.	Docentes. SRD Personas interesadas en los servicios que presta el SRD al municipio.
Artículo científico de la investigación.	Artículo enviado a revista médica de la UTP.	Comunidades científicas interesadas.

2.2.4 Impactos Esperados:

IMPACTO ESPERADO	PLAZO	INDICADOR VERIFICABLE	SUPUESTOS
Creación de programas educativos que permitan fortalecer los conceptos de Recreación, Ocio y Tiempo Libre de los docentes y sus prácticas sociales.	Corto	Programas educativos creados por La Secretaría Municipal de Recreación y Deporte dirigidos a todo tipo de población.	La UTP de la mano con La Secretaría Municipal de Recreación y Deporte (SRD) continuará desarrollando programas educativos para toda la población.
Realización de investigaciones sobre los conceptos y las prácticas sociales en Recreación, Ocio y Tiempo Libre en otras poblaciones.	Corto	Investigaciones realizadas.	La UTP y el SRD continuarán apoyando esta Línea de Investigación.

3. OBJETIVOS

3.1 OBJETIVO GENERAL

Describir los conceptos y prácticas sociales de Recreación, Ocio y Tiempo Libre, en los docentes de educación básica primaria, jornada de la tarde, del núcleo de desarrollo educativo número 8 de Pereira.

3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Identificar los conceptos y prácticas sociales en recreación, ocio y tiempo libre en 103 docentes de básica primaria del núcleo 8 de Pereira, por medio de un instrumento ya validado.
- Describir las posibles diferencias entre cada uno de los conceptos y las prácticas de recreación, ocio y tiempo libre, en la población objeto de estudio, con respecto al género y la edad.
- Aportar a La Secretaría Municipal de Recreación y Deporte, la información específica arrojada en los resultados de esta investigación, para que se desarrollen programas y proyectos a futuro en esta comunidad, así mismo anexar un fichero lúdico “Programa Educativo” (Anexo C) que permita mejorar las herramientas pedagógicas en los niños.

4. MARCO REFERENCIAL

4.1 MARCO CONTEXTUAL

4.1.1 Marco Geográfico



Pereira es una ciudad de Colombia, capital del departamento de Risaralda, ubicada en el Eje Cafetero, uno de los principales núcleos de la economía nacional y parte de la llamada región paisa, que señala una subcultura colombiana.

La ciudad cuenta con una población de 421.648 habitantes, según datos oficiales del censo hecho por el DANE en el año 2005.

El área metropolitana centro occidente, cuenta con alrededor de 780.000 habitantes y está conformada por los municipios de Pereira como núcleo central, Dosquebradas, La Virginia y por definir Santa Rosa de Cabal y Cartago.

Se encuentra ubicada en la región centro-occidente del país, en el valle del río Otún en la Cordillera Central de los Andes Colombianos. Pereira está a 359 km de Bogotá y es centro del denominado triángulo de oro conformado por Bogotá, Medellín y Cali¹.

Esta creciente urbe colombiana, es conocida también como "la querendona, trasnochadora y morena", "La perla del Otún" y "La ciudad sin puertas". Ciudad universitaria y comercial, Pereira es punto obligado de la red vial nacional y cuenta con aeropuerto con conexión internacional².

¹ WIKIPEDIA. La Enciclopedia Libre. Artículo.

² *Ibid.*, p. 30

4.1.1.1 Comuna Cuba

La Ciudadela Cuba, se encuentra en la zona sur occidental y está compuesta por 6 comunas más, entre las que se encuentra la comuna Cuba Centro, la cual alberga una población total de 25.850 habitantes, de acuerdo a las proyecciones del Dane. En la comuna confluye todo tipo de población, ubicándose viviendas desde el estrato 1 hasta el estrato 4³.



Esta investigación se realizó con los docentes de básica primaria, jornada de la tarde, del Núcleo Educativo nº 8 de la Comuna Cuba de Pereira, en colaboración con el SRD. Las instituciones educativas de este núcleo son las siguientes:

- ALFONSO JARAMILLO Cra. 25 N°77 18, Corales Tel.3275590,
- BYRON GAVIRIA Calle 75 entre Cra. 36 y 37 Perla del Otún Tel.320983.
- CIUDADELA CUBA Calle 71 Cra.28 Los Cristales Tel. 320 2777
- EL DORADO Mz1 C1 Barrio El Dorado Tel. 3124400
- LUIS CARLOS GONZALEZ II Etapa Gamma Tel. 3271545
- SAN FERNANDO Calle 70 N°23 B 20 Barrio San Fernando Tel. 3271076.
- HANS DREWS ARANGO Calle 71 N°26 45 Tel. 3370688
- JUAN XXIII Cra. 23 B Calle 73 Barrio Cuba Tel. 3372911
- RODRIGO ARENAS BETANCUR Calle 80 N°36 B 30 Cuchilla de los Castro Tel. 3208820⁴.

³ Plan Integral De Convivencia Ciudadela *Cuba*. Comuna 9. Pereira

⁴ Secretaría Municipal de Educación.

4.1.2 Marco Demográfico

Las personas que participaron en la recolección de datos, con los cuales se contó para la aplicación de la encuesta, presentan las siguientes características:

- Se tomaron en cuenta un total 103 docentes de ambos géneros, del núcleo educativo 8 de Pereira
- Mayores de 18 años.
- Un total de 9 instituciones de básica primaria, jornada de la tarde, núcleo educativo 8 de Pereira.

4.1.3 Marco Institucional.

4.1.3.1 Sistema educativo en el municipio de Pereira⁵

Está conformado por 8 núcleos de desarrollo educativo, los cuales incluye tanto el sector urbano, como el rural, donde en total son 141 instituciones educativas, con 93.329 estudiantes matriculados para el 2008, conformadas entre preescolar, básica primaria, básica secundaria y media.

Para la jornada de la tarde, a nivel rural, el núcleo más representativo en número de estudiantes es el núcleo de desarrollo educativo 5, el cual cuenta con 767 de estos. Y a nivel urbano, los núcleos con mayor número de alumnos son, el núcleo de desarrollo educativo 4 con 4678 estudiantes y el núcleo 8, el cual fue objeto de este estudio, cuenta con 3768.

Cuadro 1. Número de estudiantes en el Sistema Educativo de Pereira.

			JORNADA TARDE (# Estudiantes)			
Núcleo	Zona	# Instituciones	Preescolar	Primaria	Secundaria	Media
1	R	32	49	448	6	
2	U	17	214	622	748	149
3	U	11	417	2195	3511	1468
4	U	16	468	4678	1414	298
5	R	23	200	767	1084	272
6	U	11	169	1772	1018	136
7	U	20	253	2888	893	194
8	U	12	503	3768	3044	910

Fuente: Secretaría de Educación Municipal

⁵ Secretaría Municipal de Educación

Lo cual afirma que este núcleo, prevalece en el sector educativo del municipio, ocupando el segundo lugar con mayor número de estudiantes matriculados para el 2008.

El núcleo 4, el cual abarca mayor número estudiantil, se encuentra en un estrato socio económico que corresponde al medio-medio (3 y 4). El núcleo 8, el cual prosigue al anterior, se ubica entre el estrato bajo y medio (1 y 4)⁶.

Los núcleos de desarrollo educativo del municipio de Pereira, trabajan en concordancia con los dictámenes del Ministerio de Educación Nacional, que contiene una misión y una visión para regirse.

4.1.3.2 La Secretaria Municipal de Educación

- **Misión**

Entidad Municipal certificada por el gobierno nacional, para administrar autónomamente la prestación del servicio y la planeación del desarrollo educativo, articulado con el plan de ordenamiento territorial de Pereira y las necesidades regionales en concordancia con la política educativa nacional, garantizando la eficiencia, cobertura, calidad y la institucionalización del sistema educativo en su integralidad.

- **Visión**

La secretaría de Educación Municipal de Pereira en el 2016, será una organización certificada en estándares internacionales de calidad, autónoma, para administrar y planear el desarrollo educativo, garantizando la eficiencia, la cobertura, la calidad y la inclusión en todos sus servicios, en atención a la equidad de género y la diversidad cultural y étnica, formando personas con identidad y sentido de pertenencia, consientes de su inteligencia, de sus capacidades creativas, innovadoras, solidarios y autosuficientes, libres y protagonistas del desarrollo local, departamental, nacional e internacional.

4.1.3.3 La Secretaría Municipal de Recreación y Deporte⁷

- **Misión**

Con la participación de la comunidad, basada en acuerdos y consensos, la Secretaría de Recreación y Deportes de Pereira, gestiona y administra

⁶ Secretaria Municipal de Educación

⁷ Secretaria Municipal de Recreación y Deporte

recursos públicos para el desarrollo de la Actividad Física, la Recreación y los Deportes definidos como gasto público social en cumplimiento de la Constitución colombiana, dirigido a toda la comunidad sin discriminación alguna, especialmente a personas vulnerables de los sectores urbanos y rurales, para garantizar el derecho al libre acceso a la formación adecuada, vida saludable, convivencia social y desarrollo integral para el cumplimiento eficaz de sus obligaciones como miembro de una sociedad.

- **Visión**

“Con una amplia, activa y constructiva participación de una comunidad satisfecha, la Secretaria de Recreación y Deportes de Pereira será una dependencia líder en transparencia, responsabilidad, equidad y eficiencia para la construcción, transformación y desarrollo de una sociedad identificada por sus valores, convivencia social y salud integral sostenibles, alcanzadas a través de procesos deportivos, recreativos y de actividad física”

4.2 MARCO LEGAL

Para hacer un análisis desde lo global, hasta lo local, en lo referido a la normatividad existente sobre recreación, tiempo libre y ocio, el recorrido teórico se hará de la misma manera, citando primero lo establecido a nivel internacional, y en segunda instancia lo tomado por Colombia en la constitución política.

La recreación, el ocio y el buen uso del tiempo libre no son solo prácticas de carácter opcional, sino que constituyen un derecho y una necesidad del ser humano, por tal motivo a continuación presentamos las leyes que rigen la recreación, el ocio y el buen uso del tiempo en el mundo y en nuestro país.

A continuación, mostraremos algunos fundamentos esenciales en Colombia y para sus Departamentos y Municipios, que rigen tanto en las instituciones encargadas de prestar servicios de recreación, así como las instituciones educativas.

4.2.1 General de la Población

La carta política no sólo busca garantizar la recreación como derecho fundamental a los niños, sino que también, en el mismo Título II, Capítulo II, dedica un artículo especial a estatuirlo como derecho fundamental de todas las personas, sin distingo alguno; al tiempo que compromete al Estado a fomentar esta actividad, responsabilizarlo por su fomento, tal y

como lo establece el Art. 52 “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 democráticas⁸.”

4.2.2 La recreación como derecho fundamental y necesidad⁹

Necesidad BÁSICA del ser humano: La Asamblea General de la Naciones Unidas declara en 1980 que para el hombre, “después de la nutrición, salud, educación, vivienda, trabajo y seguridad social, la recreación debe considerarse como una necesidad básica, fundamental para su desarrollo.”.

Derecho SOCIAL: Ley 181 de 1995, Artículo 4 “Derecho social. El deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, son elementos fundamentales de la educación y factor básico en la formación integral de la persona. Su fomento, desarrollo y práctica son parte integrante del servicio público educativo y constituyen gasto público social”.

Derecho INDIVIDUAL: La Declaración Americana de los Derechos y Deberes del hombre, Artículo 15, que: “Toda persona tiene derecho a descanso, a honesta recreación y a la oportunidad de emplear útilmente el tiempo libre, en beneficio de su mejoramiento espiritual, cultural y físico”

Derecho INDIVIDUAL INALIENABLE: La Declaración Universal de los Derechos Humanos Artículo 24: “Toda persona tiene derecho al descanso, al disfrute del tiempo libre, a una limitación razonable de la duración del trabajo y a vacaciones periódicas pagadas”

Necesidad FUNDAMENTAL del ser humano: La Conferencia de las Naciones Unidas sobre Asentamientos Humanos, Hábitat y Medio Ambiente, declaró por unanimidad, “...que la recreación es necesidad fundamental del hombre contemporáneo...”.

La Constitución Política de Colombia, en su Título. II, “De los derechos, las garantías y los deberes”; Capítulo II, “De los derechos sociales, económicos y culturales”, Artículo 44 “Son derechos fundamentales de los NIÑOS Y NIÑAS: la vida....la educación y la cultura, la recreación y la libre expresión de su opinión”.

⁸ Constitución Política de Colombia

⁹ Plan Nacional de Recreación

Asamblea General de las Naciones Unidas: "...Reconociendo que el NIÑO, para el pleno y armonioso desarrollo de su personalidad, debe crecer en el seno de la familia, en un ambiente de felicidad, amor y comprensión (...) Han convenido lo siguiente, Art. 31.

1. Los Estados Partes reconocen el derecho del NIÑO al descanso y el esparcimiento, al juego y a las actividades recreativas apropiadas para su edad y a participar libremente en la vida cultural y en las artes.

2. "...respetarán y promoverán el derecho del NIÑO a participar plenamente en la vida cultural y artística y propiciarán oportunidades apropiadas, en condiciones de igualdad, de participar en la vida cultural, artística, recreativa y de esparcimiento..."

Por otra parte en la constitución política se encuentra:

- Art. 52. El Estado fomentará las actividades de recreación, práctica del deporte y el aprovechamiento del tiempo libre.
- Art. 64. Es deber del Estado promoverá el acceso de los trabajadores agrarios a los servicios de... educación,... recreación, con el fin de mejorar (la) calidad de vida de los campesinos.
- Art. 67. La educación es. Un servicio público que tiene una función social;... La educación formará al colombiano...en la práctica del trabajo y la recreación, para el mejoramiento cultural, científico, tecnológico y para la protección del ambiente. El Estado, la sociedad y la familia son responsables de la educación..."

4.2.2 Ley General de Educación. Ley 115 de 1994

Objeto de la Ley: La educación es un proceso de formación permanente, personal y cultural y social que se fundamenta en una concepción integral de la persona humana, de su dignidad, de sus derechos y deberes.

De conformidad con el artículo 67 de la Constitución Política define y desarrolla la organización y la prestación de la educación formal, No formal e Informal.

Art. 10 Educación Formal: Se entiende por educación formal aquella que se imparte en establecimientos educativos aprobados, en ciclos lectivos, con pautas curriculares, conducentes a grados y títulos.

Educación Básica

La educación básica hace parte del servicio público educativo formal y esta regulada por la Ley 115.

Esta educación es la obligatoria por constitución y comprende nueve (9) grados, cinco (5) de primaria y cuatro (4) de secundaria y se estructura en torno a un currículo común.

La educación básica primaria va del grado 1º. - 5º. Y atiende a niños cuyas edades oscilan entre los seis (6) y los diez (10) años.

El Art. 20 de la Ley General de Educación, en su Sección Tercera, habla sobre:

La definición y duración. La educación básica obligatoria corresponde a la identificada en el art. 356 de la Constitución Política como educación primaria y secundaria; comprende nueve (9) grados y se estructurará en torno a un currículo común, conformado por las áreas fundamentales del conocimiento y de la actividad humana.

Los cinco (5) primeros grados de la educación básica primaria, tiene los siguientes objetivos (Artículo 21, Ley General de Educación):

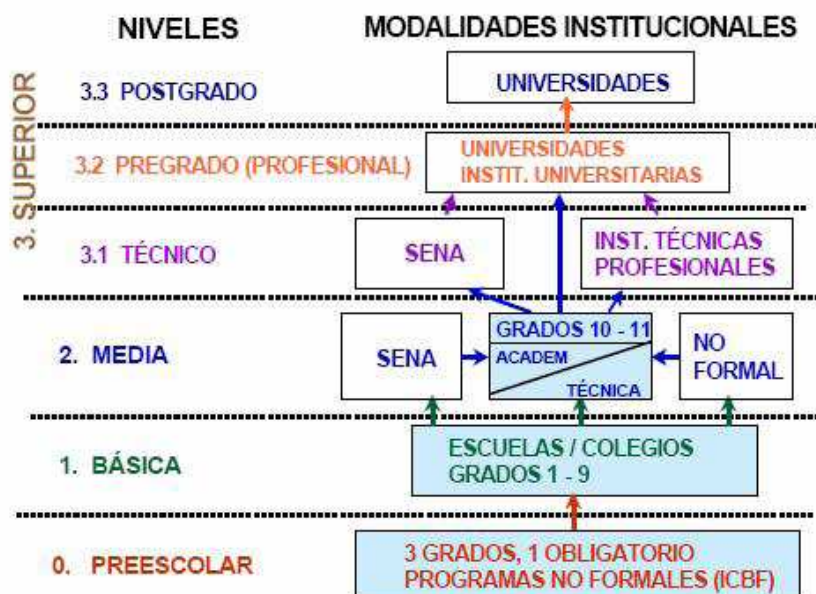
- a) La formación de los valores fundamentales para la convivencia en una sociedad democrática, participativa y pluralista;
- b) El fomento del deseo de saber, de la iniciativa personal frente al conocimiento y frente a la realidad social, así como del espíritu crítico;
- c) El desarrollo de las habilidades comunicativas básicas para leer, comprender, escribir, escuchar, hablar y expresarse correctamente en lengua castellana y también en la lengua materna, en el caso de los grupos étnicos con tradición lingüística propia, así como el fomento de la afición por la lectura;
- d) El desarrollo de la capacidad para apreciar y utilizar la lengua como medio de expresión estética;
- e) El desarrollo de los conocimientos matemáticos necesarios para manejar y utilizar operaciones simples de cálculo y procedimientos lógicos elementales en diferentes situaciones, así como la capacidad para solucionar problemas que impliquen estos conocimientos;

- f) La comprensión básica del medio físico, social y cultural en el nivel local, nacional y universal, de acuerdo con el desarrollo intelectual correspondiente a la edad;
- g) La asimilación de conceptos científicos en las áreas de conocimiento que sean objeto de estudio, de acuerdo con el desarrollo intelectual y la edad;
- h) La valoración de la higiene y la salud del propio cuerpo y la formación para la protección de la naturaleza y el ambiente;
- i) El conocimiento y ejercitación del propio cuerpo, mediante la práctica de la educación física, la recreación y los deportes adecuados a su edad y conducentes a un desarrollo físico y armónico;
- j) La formación para la participación y organización infantil y la utilización adecuada del tiempo libre;
- k) El desarrollo de valores civiles, éticos y morales, de organización social y de convivencia humana;
- l) La formación artística mediante la expresión corporal, la representación, la música, la plástica y la literatura;
- m) La adquisición de elementos de conversación y de lectura al menos en una lengua extranjera;
- n) La iniciación en el conocimiento de la Constitución Política, y
- o) ñ) La adquisición de habilidades para desempeñarse con autonomía en la sociedad.

Tanto para la educación básica primaria, como para la educación básica secundaria, la Ley general de educación le define unos objetivos específicos.

La siguiente figura, nos muestra como está mediado el Sistema Educativo Formal.

Figura 1. Niveles del Sistema Educativo Formal



Fuente: Secretaría de educación Municipal.

Según la Ley 115 Art. 14, todos los establecimientos educativos Privados y públicos, están obligados a cumplir con Proyectos Pedagógicos Transversales en:

- Aprovechamiento del tiempo Libre
- La Enseñanza de la protección del ambiente
- La Educación para le justicia y la paz
- La Educación Sexual

Es posible que en muchas instituciones, el aprovechamiento del tiempo libre se dé solo una vez a la semana y como una materia o asignatura más.

CAPITULO 2

De las entidades territoriales

ARTICULO 152. Funciones de las Secretarías de Educación Municipales. Las secretarías de educación municipales ejercerán las funciones necesarias para dar cumplimiento a las competencias atribuidas por la Ley 60 de 1993, la presente ley y las que le delegue el respectivo departamento.

En los municipios donde no exista secretaría de educación municipal, estas funciones serán ejercidas por el alcalde, asesorado por el Director del Núcleo respectivo.

ARTICULO 153. Administración municipal de la educación. Administrar la educación en los municipios es organizar, ejecutar, vigilar y evaluar el servicio educativo; nombrar, remover, trasladar, sancionar, estimular, dar licencias y permisos a los docentes, directivos docentes y personal administrativo; orientar, asesorar y en general dirigir la educación en el municipio; todo ello de acuerdo con lo establecido en la presente Ley, el Estatuto docente y en la Ley 60 de 1993.

ARTICULO 154. Núcleo de desarrollo educativo. El Núcleo de Desarrollo Educativo es la unidad operativa del servicio educativo y está integrado por las instituciones y programas de educación formal, no formal e informal, en todo lo relacionado con la planificación y administración del proceso, de la investigación, de la integración comunitaria, de la identidad cultural y del desarrollo pedagógico.

Los núcleos de desarrollo educativo de distintos municipios podrán integrarse para una mejor coordinación y racionalización de procesos y recursos.

4.2.3 Gestión de la recreación:

Ejercicio de una responsabilidad social y legal

Aunque normalmente en el diálogo cotidiano nadie niega la importancia de la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, el problema es como ellas se abordan en los procesos institucionales.

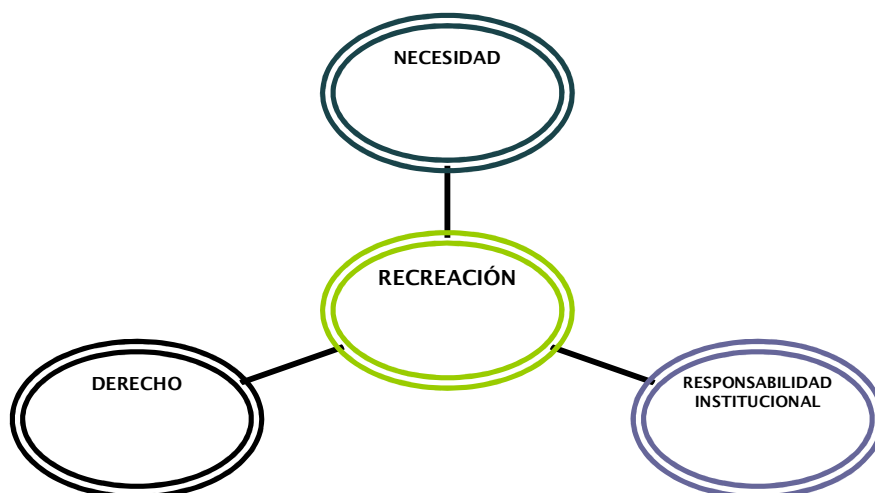
Siempre se corre el riesgo que los gestores del sector simplemente proyecten a nivel institucional lo que es su gusto individual, asumiendo que lo que le gusta al funcionario es lo que le gusta a la población, olvidando que hay métodos y sistemas para identificar y priorizar las necesidades y expectativas de la comunidad en la materia, y técnicas para generar los satisfactores de esas necesidades.

El generar adecuadamente esos satisfactores, supone una elección, ó se le apuesta a los EVENTOS, que usualmente son masivos y con el criterio que estamos recreando a la población, ó se le apuesta a los PROCESOS, con el criterio que uno no recrea a nadie ni nadie lo recrea a uno, sino que las instituciones lo que hacen es generar espacios, para que las personas entren en sus propios procesos de recreación.

Lo que justificaría optar por el camino de los procesos, es el convencimiento de la importancia no solo de cumplir los marcos

normativos que señalan a la Recreación como Derecho, Necesidad y Responsabilidad Institucional, sino igualmente la claridad sobre los múltiples beneficios que tiene una adecuada Recreación.

Figura 2. Responsabilidad de la Recreación



Institucionalmente no se trata que cada funcionario o entidad, caprichosamente y usualmente, con base en creencias erróneas sobre la recreación, el ocio y el tiempo libre, defina que tipo de recreación va a ofrecer, si lo hace o no, y la forma en que integrará las dimensiones actividad, tiempo y espacio al gestionar la generación de sus ofertas.

La Ley 181 de 1995, en su Art. 6, es taxativa en cuanto a que el ejercicio de esa responsabilidad debe tener un norte “Es función obligatoria de todas las instituciones públicas y privadas de carácter social, patrocinar, promover, ejecutar, dirigir y controlar actividades de recreación, para lo cual elaborarán programas de desarrollo y estímulo de esta actividad, de conformidad con el plan nacional de recreación. La mayor responsabilidad en el campo de la recreación le corresponde al Estado y a las cajas de compensación familiar...”¹⁰

Para que esas instituciones cumplan con su responsabilidad legal, se requiere no solo que se formule y ponga en marcha el Plan Nacional de Recreación, sino que el sector avance en el Posicionamiento en todos los ámbitos de la necesidad y el derecho de la recreación.

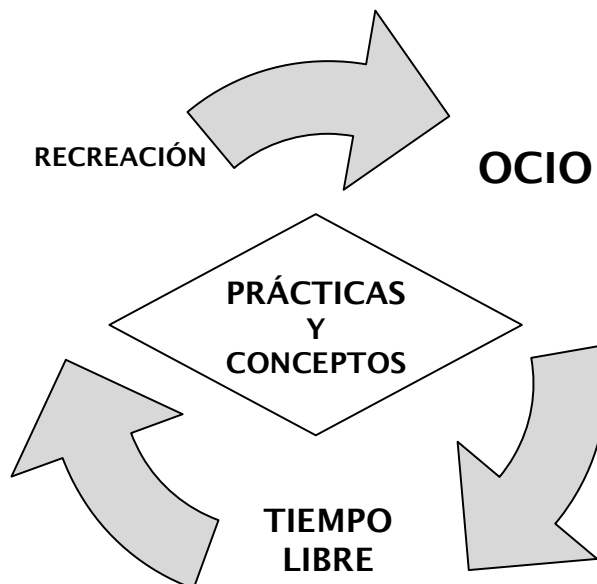
¹⁰ Ley 181 de 1995. Art. 6.

Partiendo del reconocimiento de la recreación como un servicio al que todos tienen derecho, y en el que todos deben intervenir para ampliar las ofertas, es necesario generar procesos de educación para la recreación y el ocio, desde la escuela y la comunidad, para que sean las personas en primera instancia quienes se apropien de tal derecho, y así mismo, tomen acciones para generar hábitos de recreación, partiendo del supuesto que igualmente el estado cualifica el sistema de prestación de servicios a nivel local.

Se encuentra un referente en los Programas de Gestión del Plan Nacional de Recreación, con los cuales se pretende no solo diseñar y poner en marcha un modelo de gestión que oriente las acciones sectoriales y el cumplimiento de la misión, sino igualmente generar desarrollo institucional mejorando cualitativa y cuantitativamente las organizaciones del sector a través de una oferta de vivencias estructuradas.

Nos atrevemos a decir que, desde el marco legal se supone que consta el reconocimiento explícito a la recreación, sin embargo, en el cumplimiento de las mismas, existen procesos que no cumplen con ello y con una debilidad aún mayor, como es la ausencia misma de su prioridad desde el ente rector nacional, como lo es el Ministerio de Educación, el cual a su vez presenta fallas en, con y para la sociedad.

4.3 MARCO TEÓRICO



Conocer los conceptos adecuados sobre recreación, ocio y tiempo libre, permite cambiar paradigmas, lo que puede conllevar a una práctica apropiada del tema.

Si la creencia, por ejemplo, es que la recreación solo es recreacionismo, donde el objetivo principal es entretener, entonces, esto lleva a desecharla como herramienta útil para otras áreas, como lo es en el ámbito escolar, donde se puede convertir en un facilitador de la pedagogía.

De igual forma para el ocio y el tiempo libre, las nociones erradas, pueden conllevar a prácticas impropias de estos espacios, de los que tiene derecho el ser humano, para renovar su interior.

Es importante para esta investigación conocer a fondo los conceptos de cada uno de los temas que aquí se abarcan, pues los conceptos y las prácticas sociales, como la recreación, el ocio y el tiempo libre, tienen mucho que aportar, por lo cual a continuación se plasmarán teorías representativas para cada una de estas temáticas.

4.3.1 Concepto



***“La vida de un hombre es lo que sus pensamientos hacen de ella”
Marco Aurelio***

En la definición del término concepto se pretende aglomerar las características y principios comunes que distinguen una función, actividad o elemento.

El concepto en sí, es una abstracción o imagen mental que se elabora a partir del estímulo que invita a definir algo o alguien¹¹.

La imagen mental que se elabora es asociada con el conocimiento previo. Si no hay conocimiento previo se hace difícil construir uno nuevo; ello requerirá de un esfuerzo cognitivo mayor para caracterizar el asunto, lo cual exigirá definir su naturaleza, función o funciones y principios.

Para Pichardo, los términos conceptuales son las palabras que transmiten algún significado, pues son capaces de formar representaciones o imágenes mentales.

Por su parte, en la definición de concepciones se trata de expresar los significados, actitudes y/o conceptos personales que poseen las personas en relación con algo o alguien, alejadas de razonamientos científicos, más productos de sus experiencias personales y transmitidas culturalmente. Para definir las concepciones es importante tomar en cuenta las ideas previas¹².

¹¹ PICHARDO, J. Josafat. Los mapas conceptuales. En: Estudio exploratorio acerca del concepto de investigación. Universidad Pedagógica Experimental Libertador. 1997.

¹² VILLEGAS, Margarita. Estudio Exploratorio Acerca Del Concepto De Investigación. Un Caso de Futuros Profesores. Universidad Pedagógica Experimental Libertador. Instituto Pedagógico de Maracay Rafael A. Escobar

Las ideas previas son los conocimientos o construcciones personales, que elaboran los individuos en relación con los elementos que conforman el mundo y las interpretaciones que se hace el individuo de su contexto. Estas elaboraciones surgen producto de la cultura y la experiencia que la vida cotidiana le ha brindado, y muchas son opuestas al conocimiento científico¹³.

Creemos entonces que cuando una persona se enfrenta a un concepto establecido de un tema, debe relacionarlo cognitivamente con el suyo propio, lo cual confronta para esta situación el concepto con la concepción, y la relación que se haga, demostrará si la concepción propia es adecuada o no al concepto tratado.

4.3.2 Prácticas sociales



***“Piensa como un hombre de acción, actúa como un hombre de pensamiento”
Enrique Bergson***

“Las sociedades humanas son aglomerados de intereses conformados por hombres y mujeres (agentes sociales) y las condiciones materiales en las que viven (mundo de los objetos). Hombres, mujeres y condiciones materiales integran las condiciones objetivas de la vida social.

Los acontecimientos que ponen en relación estas tres categorías objetivas, constituyen las prácticas sociales, las cuales plasman en un sentido

Lara. 1997.

¹³ *Ibíd.*, p. 44

concreto toda la combinación potencialmente ilimitada entre las tres condiciones objetivas de la vida social¹⁴.

Castro¹⁵ propone tres tipos de esferas y actividades que hacen parte de las prácticas sociales.

4.3.2.1 Esferas de las prácticas sociales

- Prácticas socio parentales: Garantizar la generación, mantenimiento y formación de hombres y mujeres vinculados por lazos de consanguinidad o afinidad. No se relacionan con los agentes materiales, sino con los agentes sociales.

Son actividades destinadas a la realización de aquellas tareas relacionadas, con el mantenimiento de la fuerza del trabajo de una comunidad.

Ej. Cuidado de una criatura, dar la comida, preparar alimentos.

- Prácticas socio económicas: es la producción de las condiciones materiales para la vida social. Estas dimensionan el mundo de los objetos. Es toda actividad destinada a mantener una función, y constituye una actividad productiva ej. lavar la ropa, barrer la casa; estas actividades contribuyen a mantener en funcionamiento determinados productos, la ropa, la vivienda. Entre estos figuran en lugar destacado las labores domésticas, cuyo peso en la actividad económica es a menudo desestimado a favor de la macroeconomía, cuando en realidad aquellas son en última instancia, parte integrante de la infraestructura de ésta.

Así mismo, dentro de esta práctica socioeconómica, se nombra el espacio social que constituye la esfera física relacional de la apropiación de la materia por parte de hombres y/o mujeres. Este concepto integra de manera dinámica las dimensiones de espacio natural y territorio, entendido éste como la articulación y/o gestión (ordenada/planificada o no) de la materialidad que las prácticas sociales exigen.

- Prácticas socio-políticas: Son actividades que mediante acuerdo o imposiciones, están destinadas a establecer formas de cooperación o de distribución social. Tanto en el seno de la reproducción de los agentes sociales (prácticas socio parentales) como en el de las condiciones materiales de la vida social (prácticas socio económicas).

¹⁴ CASTRO, V. Pedro; CHAPMAN, W. Robert; Et al. Teorías de las prácticas sociales. En: Complutum Extra. Universidad Complutense de Madrid. Vol.6, Nº 8 (1996); p. 35-48

¹⁵ Ibid., p. 45

Dichas actividades involucran igualmente objetos materiales, y dan un sentido específico a la producción económica, orientándola a la consecución de unos objetivos que trascienden los productos y productores/as concretos.

Las prácticas sociales siempre han requerido de un sistema de significación (lenguaje) a los tres niveles citados, que permitiese la comunicación entre los agentes sociales.

Castro de igual forma, afirma que:

Se asume la necesidad de proponer ámbitos o tramos sociales que conecten los diversos tipos de prácticas sociales, inferidas en función de las áreas de actividades y lugares, reconocidos en el espacio social. Desde esta perspectiva, podremos interpretar la distancia social, que contempla los factores cruciales que expresan las disimetrías socioeconómicas inter o intragrupal, así como la diferenciación social según el sexo¹⁶.

De esta manera podemos concluir que las prácticas sociales son todas aquellas actividades donde se interrelacionan diferentes esferas de la vida, sociales, económicas, políticas y culturales donde finalmente el ser humano refleja los ámbitos en los que se desarrolla libremente.

Así mismo opinamos, que todas aquellas actividades que se realicen, ya sea en forma individual o grupal, al ser evaluadas en forma colectiva, arrojan un resultado de prácticas sociales, pues demuestran cuales son aquellas acciones que habitualmente se realizan en una sociedad.

¹⁶ Ibid., p. 45

4.3.3 Recreación



*“La vida es la niñez de nuestra inmortalidad”
Goethe*

Creemos que a través de los años, diferentes e importantes aportes se le han brindado a la recreación, los cuales demuestran cada día sus beneficios, oportunidades de creatividad, desarrollo y participación, y sus tan variados campos de acción, siendo aplicados según unas necesidades específicas.

Las bases que edifican nuestro objetivo, el cual está encaminado al ámbito escolar, es lo que argumentamos a continuación.

4.3.3.1 Conceptualización de la recreación

Para el instrumento utilizado en esta investigación, se tuvieron en cuenta los siguientes conceptos, cuya intención, era la asociación de estos con los conceptos propios de los docentes:

- Actitud de placer, de libertad para volver a crearse, relacionada con el juego
- Experiencia de disfrute voluntaria que implica temporalidad, intencionalidad y organización, generando satisfacción hacia el propio yo

De igual forma creemos apropiado, aportar nuevos conceptos a este proceso investigativo, en la búsqueda de afianzar y encaminar las ideas

hacia el objetivo que buscamos, que es la recreación en el ámbito educativo.

A continuación, se plasmarán los conceptos de diferentes autores.

Cuando se habla de la recreación es necesario referirse al origen etimológico de la palabra, el cual viene dado por una raíz latina de la palabra RECREATIO, que significa renovar, recuperar y restaurar una situación vivida o vivenciada, que generalmente produce una conducta satisfactoria en el ser humano¹⁷.

La recreación, es un factor de bienestar social que contribuye a mejorar la calidad de vida mediante el autoconocimiento, interacción y comunicación en su contexto social¹⁸.

El siguiente concepto por su gran importancia legal, se tuvo en cuenta en el instrumento evaluativo de este proyecto.

De acuerdo con el artículo 5º. de la Ley 181 del Deporte de 1995¹⁹, la recreación se define como:

“La Recreación es un proceso de acción participativa y dinámica, que facilita entender la vida como una vivencia de disfrute, creación y libertad, en el pleno desarrollo de las potencialidades del ser humano, para su realización y mejoramiento de la calidad de vida individual y social, mediante la práctica de actividades físicas o intelectuales de esparcimiento.”

Es gracias a este tipo de conceptos, donde diferentes personas y comunidades logran entender las dimensiones reales que tiene la recreación, donde ya no es sólo divertir, sino que por medio de la diversión, el ser humano logra replantear muchos de sus estados internos negativos, para convertirlos en potenciales de bienestar propio.

Según Montero²⁰, la recreación ofrece nuevas perspectivas de integración voluntaria en la vida de los grupos recreativos, culturales y sociales. Permite expandir libremente los conocimientos intelectuales y afectivos, consolidando y promoviendo las actitudes adquiridas en la vida, pero superadas sin cesar por la compleja dinámica social contemporánea.

¹⁷ RAMOS, F. Fundamentos de la recreación. Venezuela. Imprenta Instituto Pedagógico de Caracas. 1986

¹⁸ *Ibíd.*, p. 45

¹⁹ REPUBLICA DE COLOMBIA. Ministerio de Educación. Ley 181 de 1995

²⁰ MONTERO, F. Lineamientos para el diseño de un curso dirigido a la formación de un recurso humano en el área de educación física.

Por otra parte Bolaño dice:

“La Recreación es cualquier actividad a la que uno se entrega voluntariamente, que contribuye al desarrollo físico, mental o moral del individuo o grupo participante, incluyendo cualquier actividad en los campos de la música, el drama, la artesanía, la ciencia, la literatura, el estudio de la naturaleza, los deportes y cualquier tipo de juego que incorpore cualquiera de las actividades mencionadas²¹.”

Y entre otros conceptos, se encuentra uno no menos importante, diseñado en el programa Ciencias del Deporte y la Recreación²², el cuál fue tomado de un grupo de estudio conformado por profesionales en recreación llamado el colectivo reparador de sueños, donde concluyeron lo siguiente:

Se entiende a la recreación como una actitud permanente de la vida, en la búsqueda de la felicidad humana, de salud, de educación y procesos orientados a la transformación, fomentando la participación, organización y desarrollo cultural.

Finalmente y gracias a todos estos aportes teóricos, para las investigadoras de este proyecto, también es importante expresar su propio concepto de recreación, el cual es creado así mismo, de sus propias experiencias:

“La recreación es una herramienta de vida que propone transformar al individuo en todo momento, por medio de procesos de creatividad, disfrute y participación, elegidos con el propósito de alcanzar un descanso interior o bien sea un gasto energético que le aporte desarrollo, libertad y esparcimiento, mejorándolo finalmente en el contexto social.”

Sería válido entonces, también plantear algún concepto que nos permita confrontarlo con nuestra visión de recreación, pues así demostramos las diferentes perspectivas que ésta puede manejar, lo que probablemente, pudo llevar a que la población encuestada, no estuviera de acuerdo con los

²¹ BOLAÑO, M. Tomás Emilio. Recreación y valores. En: Kinesis: La Recreación y sus Valores. Vol. 2. Armenia (Colombia); 1996

²² PACHON, N; MORENO, G. ESTRATEGIAS PARTICIPATIVAS PARA LA RECREACIÓN COTIDIANA. Una Propuesta De Educación Ciudadana. En: Camping Taller Nacional de recreación CORPASAR “Por una cultura ciudadana hacia el desarrollo social y humano”. Pereira. Marzo de 2007.

conceptos propuestos en el instrumento, y finalmente pudieran ser encaminados a otros como de tiempo libre u ocio.

Según Ramírez²³, la recreación es: “todo tipo de actividades que se realizan en el tiempo libre de manera voluntaria y de carácter aficionado y que no están sujetas a normas o intereses laborales. Estas actividades, son capaces de desarrollar la personalidad y compensar carencias originadas en otros momentos de la vida.”

Para las autoras de esta investigación, no necesariamente debe ser así, pues si consideramos que la recreación aporta grandes beneficios en la educación como herramienta pedagógica, aclaramos entonces que aquí, interviene en el tiempo laboral de los docentes.

Igualmente entendemos que existe gran variedad de actividades que permiten volver a crear, el cual es el objetivo principal de la recreación, pero que hacen parte del tiempo libre y de ocio, los cuales son espacios que permiten un desarrollo personal, donde intervienen actividades como la educación no formal. Esto nos lleva a estar de acuerdo con la idea de Carlos Alberto Rico²⁴, quien enuncia las actividades dentro del tiempo libre y de ocio como precursoras de la recreación.

Creemos que la importancia que tiene aplicar de manera efectiva diferentes actividades en la recreación, como el deporte, el arte y la cultura, todos en sus diferentes ámbitos, se convierten en herramientas vitales para que quien se recree lo haga de manera integral, promoviendo valores que permiten mejorar las condiciones y las actitudes ante la vida misma.

4.3.3.2 Principios Fundamentales de la Recreación Según el Plan Nacional de Recreación²⁵.

- Que la recreación que se impulse sea integral, en cuanto a que promueva el desarrollo coherente, equilibrado y armónico, de todas las dimensiones del ser humano-física, social y psíquica, y se articule a todos sus ámbitos de actividad en sus espacios y tiempos.
- Mantener un equilibrio entre los eventos recreativos que abren las posibilidades de acceso de la población a los espectáculos masivos.

²³ RICO, Carlos. Recreación. Sanjose, Costa Rica. Editorial Universidad de Costa Rica. [Citado el: 23 de Octubre de 2008]. 2007. Disponible en: www.edufi.ucr.ac

²⁴ RICO, Carlos. Op. Cit., p. 51

²⁵ PLAN NACIONAL DE RECREACIÓN. 1999-2002

- La equidad como principio en la oferta y la provisión de servicios y programas de recreación.
- Que las alternativas recreativas se implementen con un criterio de racionalidad en la utilización de los recursos y elementos recreativos procurando la obtención de máximos resultados cuantitativos y cualitativos con los recursos disponibles, priorizando las alianzas institucionales y el voluntariado en recreación.
- Que los municipios sean la vanguardia del cuerpo público en el campo de la recreación.
- El trabajar sobre los factores y aspectos que permiten que los proyectos sean sostenibles en términos del tiempo y la calidad de los servicios que se ofrecen o los programas que se operan.

Por todo lo anterior, es importante que todas las instituciones educativas conozcan estos principios, para que así reclamen a los entes municipales, procesos que promuevan la recreación en esta población, integrando docentes y estudiantes, mejorando su calidad de vida enmarcada en la educación.

4.3.3 Ocio



***“El trabajo es bueno para el alma y el descanso es bueno para el cuerpo”
Anónimo***

De igual forma, enunciaremos los conceptos para éste tema, evaluados en la encuesta a los docentes.

- Es un estado del alma donde se desarrollan actividades libres, de no trabajo²⁶
- Experiencia de libertad y un estado mental, de libre elección en el tiempo propio²⁷
- Es un espacio creativo, de expansión de la personalidad, de contenido lúdico, formativo, auto expresivo y de salud en sus acepciones de bienestar, físico, psíquico y social²⁸

El manejo que el ser humano de a su tiempo de ocio, da como resultado ciertas manifestaciones que pueden inclinarse, ya sea, hacia un beneficio personal o hacia su propia involución.

²⁶ GERLERO, Julia. ¿Ocio, Tiempo Libre o Recreación? Aportes para el estudio de la recreación.

²⁷ *Ibíd.*, p.51

²⁸ *Ibíd.*, p.51

Entre sus funciones básicas se encuentra el descanso, la diversión, la liberación de trabajo, la recuperación físico-mental, lo cual demarca claramente que este depende del tiempo libre, como lo manifestaremos a continuación, en diferentes publicaciones que se han hecho sobre el tema.

En lo referente al ocio, Aristóteles (Política I) dice que es “tiempo exento de la necesidad de labor”, mientras que otros autores como Kaplan²⁹ destacan seis grandes aproximaciones o perspectivas desde las que aborda el concepto de ocio:

- Definición clásica o humanista, basada en la premisa de que el ser humano necesita libertad de acción.
- Perspectiva terapéutica, desde la que se concibe el ocio como un tipo de intervención orientado a las personas, que por cuestiones de salud, lo requieren.
- Modelo cuantitativo, que identifica el ocio con el tiempo que se emplea en actividades de esparcimiento.
- Concepto institucional, que lo identifica como un elemento del sistema social, que cumple una serie de funciones necesarias para la sociedad.
- Aproximación epistemológica, basada en los valores que están contenidos en la concepción de ocio de cada cultura particular.
- Perspectiva social, que se basa en la idea de que el ocio, al igual que el resto de la realidad, se define en un contexto en el que intervienen actores sociales que crean su propio sistema o universo de significados acordados.

La definición adecuada de ocio para Puig y Trillas³⁰, sería: “el ocio es el tiempo libre en el cual, sea cual sea la actividad desarrollada, las actitudes que predominan son las de satisfacer las necesidades personales que están relacionadas con la elección autónoma, el desarrollo libre, el disfrute, el descanso y el divertimento”.

²⁹GARCÍA, Miguel Ángel. La actividad y el ocio como fuente de bienestar durante el envejecimiento.

³⁰ PUIG, R. Josep Maria; TRILLAS, Jaume. La pedagogía del ocio. Editorial Laertes. Barcelona, 1996.

Lo anterior permite agregar a esta investigación el concepto propio de sus autoras, para así aportar al crecimiento de nuevos juicios en este tema.

“EL ocio es un momento que el individuo dedica día a día dentro de su tiempo libre para elegir actividades de manera improvisada que promuevan un descanso físico mental hacia una recuperación integral de su ser”

4.3.3.1 El ocio como actividad

La actividad como componente importante para un acercamiento al ocio, puede ser considerada desde dos miradas distintas.

Por un lado hay quienes hablan de actividades que se pueden catalogar como de ocio: practicar alguna actividad deportiva, ver televisión, salir de paseo. De otro lado están los que dicen que la actividad no determina su condición de ocio sino que es la actitud de la persona frente a la actividad la que sea de ocio o no.

El componente de la actividad, aunque importante, tampoco puede considerarse ella sola, una explicación total del ocio.

En opinión de Puig y Trillas³¹, “la importancia de la actividad, no radica en ser vehículo del ocio sino en la significación que tiene para la persona, y en el aporte que tiene para la formación personal y el desarrollo social”. Ellos así mismo consideran que las actividades pueden ser agrupadas en cuatro categorías:

- Las que tienen un componente físico, en las que predomina la actividad corporal y dentro de las que se pueden nombrar los paseos, las excursiones y toda clase de actividad deportiva.
- Las actividades prácticas que implican una producción concreta y requieren algún tipo de actividad manual. Pueden nombrarse dentro de este tipo de actividades, el bricolaje, la jardinería y los trabajos manuales.
- Actividades culturales que incluyen todas las actividades culturales, sean elitistas o masivas, participativas y creativas o pasivas.

³¹ Ibid., p. 54

- Actividades de carácter social y colectivo en donde predominan las relaciones interpersonales por encima de cualquier otro aspecto. Ejemplos de éstos son las conversaciones favorecidas desde distintos espacios, fiestas de amigos, vida familiar.

En el instrumento evaluativo se incluyen diferentes actividades dentro del ocio que hacen parte de las categorías enunciadas con antelación, las cuales muy seguramente son llevadas a cabo como acciones predilectas por el individuo, que en algunos casos podría ignorarse el beneficio y el desarrollo que estas conllevan, pues creemos que el ocio a través del tiempo se ha denominado como toda actividad donde se realizan prácticas inoficiosas, como hacer pereza, lo que en el argot popular llamamos ser “ocioso”.

De igual forma los mismos autores Puig y Trillas, clasifican el ocio en función de tres dimensiones:

1) el tiempo de ocio: El ocio exige, antes que nada, un tiempo que no esté ocupado por el trabajo u otro tipo de tareas. Por eso mismo, por intuición, se considera como enemigo principal del ocio al trabajo o al tiempo de trabajo: el ocio es un tiempo que está libre de las obligaciones del trabajo, y que queda a disposición de uno mismo. En muchas ocasiones aunque se consideran sinónimos, el ocio y el tiempo libre no tienen por qué ser sinónimos; es necesario disponer de tiempo libre, pero no es suficiente condición para el ocio.

2) La vivencia subjetiva del ocio: Hablamos de ocio cuando el individuo decide llevar a cabo con total autonomía ciertas actividades con una actitud subjetiva que está relacionada con gozar, divertirse, descansar y desarrollarse personalmente. El ocio equivale a tiempo libre más libertad personal: vivir con libertad el tiempo libre.

El ocio exige decidir de un modo autónomo en qué ocupará cada uno su tiempo libre, y que el desarrollo de tal actividad esté en manos del sujeto (manifestación libre y creadora de la subjetividad), es decir, si la actividad no le produce suficiente disfrute, descanso o divertimento pueda abandonarla.

Ocio = TIEMPO LIBRE + LIBERTAD + GOZAR

3) tipos de actividades de ocio: En opinión de Puig y Trillas³², “las actividades son elementos definatorios de segundo orden del ocio, ya que cualquier actividad puede ser actividad de ocio, en función del tiempo social que ocupe y de la actitud subjetiva que predomine en ella. Sin embargo, aún siendo elemento definatorio de segundo orden, las actividades de ocio hay que tomarlas en consideración, pues la vivencia del ocio se materializa a través de actividades concretas”.

A la hora de clasificar las actividades, se emplean mucho los siguientes cuatro grupos de actividades que propusieron Dumazedier y Rippert:

- Actividades relacionadas con el ejercicio físico (deportes, paseos, excursiones)
- Actividades relacionadas con las manualidades; es decir, aquellas actividades que tienen como fin crear o producir algo (bricolaje, jardinería)
- Actividades culturales (bien elitistas bien populares, bien participativas bien pasivas): radio, televisión, cine, teatro, música, danza, conferencias, lectura).
- Actividades sociales y colectivas. Aquellas actividades que tienen como fin trabajar las relaciones personales (la convivencia dentro de las familias las sociedades, los cafés y terrazas, las fiestas).
- Las actividades lúdicas, los juegos individuales (vídeo consolas y otra clase de juegos) y juegos colectivos (bien de mesa bien de calle: escondite, la cuerda)³³

Las funciones del ocio, según Jean Dumazedier, estudioso del tema, deben ser:

- Descanso, en cuanto libera de la fatiga laboral.
- Diversión, por cuanto libera del aburrimiento y la monotonía, reequilibrando al individuo frente a sus obligaciones.
- Desarrollo de la personalidad, en tanto posibilita una mayor participación social y cultural desinteresada³⁴.

³² Ibid., p. 54

³³ DUMAZEDIER, Joffre. Ocio y sociedad de clases. Estela. Barcelona. 1978.

De otra parte, podemos identificar, según el mismo autor, las características del ocio:

- Es liberatorio, en tanto es el resultado de una libre elección y porque libera de obligaciones.
- Es hedonístico, en tanto busca el placer, la satisfacción como fin.
- Es desinteresado: no está sometido a ningún fin lucrativo o utilitario.
- Es personal: atiende a necesidades individuales auto-condicionadas³⁵.

Todo lo anterior cobra mayor importancia ahora que se tratará el tema de tiempo libre, lo que podrá permitir conocer las diferencias existentes entre estos dos términos.

4.3.4 Tiempo libre



“El tiempo es como un río. Tan pronto vemos una cosa, es arrastrada por él, otra ocupa su lugar, que a su vez no tarda en desaparecer”.

³⁴ DUMAZEDIER, Joffre. Op. Cit., p. 57

³⁵ DUMAZEDIER, Joffre. Op. Cit., p. 57

A continuación los conceptos que se consideraron importantes para el tiempo libre, evaluados en los docentes.

- Es un espacio cronológico útil para una vivencia de libertad, dominio y diversión³⁶
- Modo del tiempo social de participación voluntaria, de actividades de no trabajo³⁷
- Es el uso constructivo que el ser humano hace de él.... en funciones básicas el descanso, la diversión, el complemento de la formación, la socialización, la creatividad, el desarrollo personal, la liberación en el trabajo y la recuperación psicobiológica³⁸

Para profundizar en este tema, creemos pertinente enunciar nuestro propio concepto sobre el tema:

“el tiempo libre es un espacio necesario del hombre, para la búsqueda de una integridad personal, donde se facilite procesos de desarrollo remunerados o no, pero que requieren explícitamente de ser actividades voluntarias sin las presiones del tiempo laboral”.

Por lo anterior, es apropiado apoyarnos en diferentes conceptos y opiniones, que aportan así mismo, conocimiento a esta investigación.

El tiempo libre, es un tiempo sociocultural, un tiempo de prácticas sociales individuales y colectivas, que resultan de la interacción social y que se conforman en el propio tejido social, influenciado por la institucionalización de la cultura misma³⁹.

Los sociólogos que han participado en el estudio del concepto de tiempo social distinguen dos aspectos principales: por un lado, existe en una cultura propia, en una misma sociedad, una pluralidad de tiempos sociales de donde se desprenden básicamente dos categorías de tiempo, el tiempo de trabajo y el tiempo familiar⁴⁰.

³⁶ Ibid., p.51

³⁷ Ibid., p.51

³⁸ Ibid., p.51

³⁹ ALFARO, V. Demetrio. Tiempo Libre y Modo de Vida: Algunas perspectivas para el Siglo XXI, [citado el 06 de Septiembre de 2008] Disponible en Internet: <www.redcreacion.org/relareti/documentos/modovida.html>

⁴⁰ Ibid., p. 57

El tiempo de trabajo incluye el tiempo de trabajo efectivo, el de transporte, ligado al trabajo, y el de espera o pausas en el trabajo. El tiempo familiar radica en las tareas de la casa, la atención a los hijos, entretenimientos familiares, las ocupaciones religiosas y el descanso⁴¹.

El tiempo libre a que el hombre tenga derecho no es solo cuestión cuantitativo o temporal, tiene más un sentido cualitativo, puesto que en él se modifica nuestro estilo de vida y las estructuras sociales en las que nos insertamos, así como los valores y principios que incorporamos a nuestra existencia⁴².

Al tiempo libre se le han otorgado 3 clasificaciones, que permiten ilustrar cómo cada quien le da un uso adecuado o no, que puede repercutir en otras situaciones de la vida.

4.3.4.1 Clasificaciones del Tiempo Libre⁴³.

Tiempo Libre Nocivo

Es el tiempo de los vicios o tiempo enajenante, por ser utilizado en la desintegración individual y colectiva del ser. Es el tiempo donde se dan una serie de acciones repetitivas que rompen el equilibrio biológico, provocando conductas insanas en el medio social.

Es fácil pensar que este tiempo es donde el individuo se alcoholiza, es presa fácil de la droga, la incomunicación, el conformismo, la evasión y la enajenación. Estas conductas conllevan a la evasión cultural en ciertos sectores marginados, que por su situación tienden a ablandar su propia identidad y suplantarse sus valores.

Tiempo Libre Neutro

Es el tiempo de las diversiones, pasatiempos y entretenimientos. La persona evade su propia realidad, que si bien no lo perjudica, tampoco lo beneficia, ni física ni mentalmente, en este tiempo las personas se acogen a ciertas actividades como el cine, la televisión, las novelas, etc. El entretenimiento es un descanso o pausa que rompe lo cotidiano en busca de la satisfacción, pero sin esfuerzo de superación para su desarrollo físico, mental y espiritual.

⁴¹ *Ibíd.*, p. 57

⁴² ALFARO, Demetrio. *Op. Cit.*, p. 59

⁴³ ALVARAN GIRALDO, José Orlando. Identificación de las actividades recreativas y utilización de espacios en el tiempo libre de los jóvenes de media vocacional en colegios urbanos de Pereira.

Tiempo Libre Positivo

De creatividad o verdadero tiempo libre humano, es el lapso de libertad en el cual la persona puede elegir y decidir por si misma, y por lo tanto, vivir plenamente.

Al decidir plenamente dentro de su propio “yo” autentico, al disponer de su propia libertad y creatividad, el ser es autor de su propio mundo, se humaniza como resultado de su autocreación.

Este tipo de tiempo libre seria el mas apropiado a emplearse en todo procesos de formación, dado que posibilita en el estudiante espacios de carácter creativo y libre que permiten formar un profesional integral.

4.3.5 Recreación, ocio y tiempo libre en la educación



***“La educación eterna es ésta: estar lo bastante seguro de una cosa para atreverse a decírsela a un niño”
Gilbert Keith Chesterton***

Consideramos a la Recreación, el ocio y el tiempo libre, elementos que fortalecen y benefician el sector educativo , esto debido a que los contenidos que aquí se abarcan, como la diversión, el descanso, la participación, el desarrollo, la creatividad, son derechos fundamentales para aquellos que integran ésta comunidad.

La calidad del ocio y del tiempo libre de los docentes cobra mayor importancia, al relacionarlo con la motivación que puede generar frente al trabajo, al pensar, si el tiempo no laboral y de descanso permite recrear al ser como tal.

La actividad Laboral de un docente de básica primaria es manejar grandes grupos de niños día a día, lo que puede generar fatiga y/o desmotivación a la hora de hacer su trabajo, si no se cuenta con un espacio saludable y productivo que permita desarrollo persona, satisfacción interior y recuperación físico mental.

Sería adecuado aportar así mismo, que la forma en que los docentes proyecten a los alumnos el buen uso del ocio y del tiempo libre, puede permitir que éstos también hagan una apropiada utilización de los mismos.

De igual forma, la recreación contribuye a la facilitación de los procesos pedagógicos, que pueden no ser conocidos, o posiblemente no realizados de manera efectiva y oportuna, debido al desconocimiento de sus aportes como herramienta educativa.

Es por esto que se proponen a continuación diferentes pensamientos, que nos permiten fortalecer la importancia que queremos darle a la recreación incluida en el ámbito escolar.

La importancia que tiene para esta investigación conocer los conceptos y las prácticas sociales en el maestro se refleja en lo siguiente:

Bonilla⁴⁴ expresa, que si los docentes en verdad desean mejorar significativamente los ambientes de educación, deberán empezar por intentar un cambio de lógica en la organización y funcionamiento de la escuela y un cambio de actitud frente a la vida misma, tratando de ponerse en el lugar del otro, de ver y sentir como el otro, ese niño o joven en pleno desarrollo y necesitado de expresión y satisfacción lúdica.

Relación entre la educación y la recreación.

Es necesario entender que la recreación no puede quedar dentro de la educación formal como una mera actividad compensadora, canalizadora de energías, ni tampoco como instancias para el descanso de la tarea ardua y rígida que el sistema educativo propone diariamente.

La recreación es un hecho innato de todos nosotros, es por ello que se hace necesario brindarle el lugar que debe tener en todo dispositivo educativo, un dispositivo que no se base solamente en la reproducción

⁴⁴ BONILLA, B. Carlos; OSPINA, F. Héctor. Trascendencia de las representaciones sociales infantiles sobre el maestro para la formación de ciudadanía.

de un saber que viene de otro, ni tampoco como un mero dispositivo disciplinador y represor.

Toda institución educativa que se aprecie como tal debe portar un dispositivo posibilitador, esto es que contemple realmente las características de sus participantes. El desafío de todas las instituciones sociales está en formar sujetos conocedores pero a la vez consientes de sí mismos y protagonistas de su propia historia, que sean capaces de apropiarse de su realidad transformándola.

La necesidad de los sujetos de recrearse se redimensiona en cualquier ámbito educativo.

Estamos convencidos que se deben abandonar los caminos equivocados que se han recorrido en lo educativo⁴⁵.

Edgar Lopategui⁴⁶, opina sobre la recreación que:

“Surge como una necesidad, debido a que la complejidad creciente de la vida moderna exige que recreación y trabajo se complementen, a fin de que el individuo pueda rendir una fructífera jornada de trabajo sin que tenga que agotarse física y moralmente. Como su nombre lo indica, esta diversión re-crea energías del músculo y del cerebro, mediante el oportuno descanso proporcionado por una actividad que será tanto más beneficiosa, cuanto más se aparte de la obligación diaria.”

Y según Jairo Arenas en su artículo *El Proyecto Lúdico en el Ámbito Educativo* clasifica las actividades en:

- Actividades lúdicas: juegos de salón, de la calle, rondas, concursos, juegos tradicionales.
- Actividades deportivas: escuelas de deporte, torneos veredales, torneos interclase.
- Actividades culturales: teatro, danza, trova, cuentería, artes plásticas, exposiciones, conciertos, tertulias.
- Actividades sociales: guías cívicos, cruz roja, orfanato, festivales, bazares.”

⁴⁵ VILAS, Fabián. Conferencia Central. 5° Encuentro Internacional De Tiempo Libre Y Recreación.

⁴⁶ LOPATEGUI, Edgar. Recreación. SaludMed: Ciencias de la Salud y del Movimiento.

Por otra parte Pablo Waichman⁴⁷, haciendo una relación entre el ocio y la educación, opina lo siguiente

La recreación educativa intenta poner en crisis la contradicción ocio-trabajo entendiendo al ser humano como un sujeto único e íntegro y al tiempo libre como una unidad de lo objetivo (la temporalidad) y lo subjetivo (la libertad). Brevemente, y entendiendo lo que sigue sólo como líneas tendenciales, podemos contraponer una y otra posición pedagógica del siguiente modo:

Tabla 1. Relación entre Ocio y Educación

Educación para el ocio	Recreación educativa
<i>Educa para un tiempo</i>	<i>Educa para el tiempo</i>
Ratifica el sistema vigente	Compensa para luego modificarlo
Parte del ocio como acción	Parte del tiempo libre como praxis
Mantiene la esquizofrenia ⁷	Unifica temporalidad y libertad
Opera la “libertad de” (Fromm)	Parte de ella hacia la “libertad para”
Suele resaltar lo individual	Enfatiza lo colectivo y solidario
La define la práctica	La define el “sentido” de la práctica
Los recursos son el fin	Los recursos son sólo los medios
Educación compensatoria	Educación para la libertad
Heterocondiciona para mantener	Heterocondiciona para liberar ⁸
Aprendizaje de técnicas	Aprendizaje de vida desde las técnicas
Suele ratificar la heteronomía	Pretende generar autonomía
El centro es el individuo	El centro es el grupo

7 En este contexto entendemos como “esquizofrenia” el tipo de división de la personalidad de los individuos cuando participan en actividades obligatorias exteriormente, por ejemplo el trabajo o la escolaridad, y cuando egresan de las mismas y se encuentran en el ámbito del ocio: es diferente su lenguaje, sus camaradas, su forma de vestir, sus intereses, sus valores, etc. a modo de dos personas más que una.

8 Debemos destacar que todo educador -al igual que la familia y la sociedad toda- heterocondiciona en tanto establece reglas y normas para el funcionamiento de su actividad. La diferencia estriba en si esas condiciones externas que establece tienen como objetivo hacer entender que están allí para mantenerse o para ser modificadas: para reproducir o para cambiar.

Podemos enseñar un juego para que el educando lo repita porque así debe ser o para proponerle que lo modifique para hacerlo más divertido, para que puedan jugar todos y nadie quede afuera, para que las niñas tengan una participación igualitaria, etc.

La recreación educativa, en síntesis, no sólo pretende generar aprendizajes de vida para el tiempo desocupado sino integrar el tiempo, y por ende la realidad. Ejemplificando: si los sistemas educativos escolarizados “dividen”

⁴⁷ WAICHMAN, Pablo. Tiempo libre y recreación un desafío pedagógico. 1 ed. Armenia (Colombia).

la realidad en sectores llamados asignaturas, la recreación educativa operará para integrar la realidad, para garantizar su comprensión y posterior modificación crítica⁴⁸.

No sólo trabajará con contenidos, recursos, estrategias didácticas distintas sino que sus objetivos serán diferentes: la apropiación de la dialéctica entre el hombre y su entorno en tanto ser histórico⁴⁹.

Podemos plantear su definición diciendo: recreación educativa es el tipo de influencia intencional y con algún grado de sistematización que, partiendo de actividades voluntarias, grupales y coordinadas exteriormente, establecidas en estructuras específicas, a través de metodologías lúdicas y placenteras, pretende colaborar en la transformación del tiempo disponible o libre de obligaciones de los participantes en praxis de la libertad en el tiempo, generando protagonismo y autonomía⁵⁰.

Para lograr sus objetivos, su única alternativa es comenzar operando en forma contradictoria con los mismos. Los participantes, los “recreandos”, suelen acceder más por una situación de aburrimiento y desconocimiento de qué hacer en ese tiempo disponible que por una definición consciente de por qué concurren⁵¹.

Por ello, las primeras tareas consisten en intentar “desaburrir”, de la misma manera a que los tienen acostumbrados los modelos hegemónicos de, por ejemplo, los medios de comunicación masivos.⁵²

La población educativa con sus características prevalentes de edad, género, actividad cotidiana, responsabilidad laboral, pueden inclinar la balanza de los conceptos, no necesariamente hacia una forma equivocada, pues es probable también, que solo sean diferentes a lo que persigue el profesional en Ciencias del Deporte y la Recreación.

Para este último, la recreación cabe en todo ámbito de la vida, donde se persiguen fortalecer, los procesos de desarrollo del ser humano, de una forma dinámica, participativa⁵³, creativa e innovadora; el ocio como un momento que promueve la libertad, la expansión de la personalidad dentro

⁴⁸ WAICHMAN, A. Pablo. Tiempo Libre, Libertad Y Educación .Instituto Superior de Tiempo Libre y Recreación. Argentina. 2004

⁴⁹ *Ibíd.*, p. 64

⁵⁰ *Ibíd.*, p. 64

⁵¹ *Ibíd.*, p. 64

⁵² *Ibíd.*, p. 64

⁵³ Ley 181 del Deporte de 1995. Art. 5

de un tiempo propio⁵⁴; y finalmente, donde el tiempo libre es un espacio lleno de oportunidades positivas para vivir en forma activa, saludable y productiva.

Creemos que los docentes pueden no estar reconociendo, ni identificando sus prácticas habituales dentro de estos temas, lo que para nosotros puede significar un desaprovechamiento de los mismos; es por esto que cambiar los paradigmas adquiridos durante la vida, requieren primero de describir cuales son los conceptos y prácticas de esta población, para que así las bases frente a una futura intervención sean serias y estructuradas y por medio de estas, encontrar ese tan anhelado bienestar biosicosocial.

4.4 ESTADO CIENTIFICO ACTUAL

Existen investigaciones previas relacionadas con Recreación, Ocio y Tiempo libre, y algunas sobre representaciones y prácticas sociales, las cuales se convierten en puntos de referencia para la presente investigación.

En la facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad Tecnológica de Pereira, se encuentra “Utilización adecuada del tiempo libre” hecha por Luz María Sánchez Y Rosmira Becerra (1997). Por medio de la realización, ejecución y evaluación del proyecto, se pretende que los estudiantes de la escuela Eduardo Santos generen procesos de participación, democracia, tolerancia, creatividad, afianzando sus actitudes de respeto hacia las normas establecidas, reforzando su autoestima, estableciendo buenas relaciones interpersonales entre ellos mismos, los padres de familia y los profesores y se desarrollen adecuadamente a nivel intelectual, socio afectivo, y psicomotor, haciendo un redimensionamiento de la importancia que tiene el tiempo libre, explicándoles que no se debe dejar que se convierta en tiempo para el ocio, sino que se debe aprovechar al máximo mediante la realización de actividades lúdicas o manuales que los mantengan alejados del peligro y dispuestos siempre a crear cosas nuevas.

“Preferencias y escogencias de carrera, uso del tiempo libre y actividades bibliográficas en los estudiantes de la facultad de ciencias de la educación” hecha por Gloria Inés López López y Juan Carlos Velázquez Hoyos (1997). El objeto de este estudio es analizar diversos aspectos relacionados con las preferencias y escogencias de carrera, uso del tiempo libre y actividades bibliográficas en la facultad de ciencias de la educación de la Universidad Tecnológica de Pereira. 1996 y 1997.

⁵⁴ Ibid., p. 51

“Identificación de las actividades recreativas y utilización de espacios en tiempo libre de los jóvenes de media vocacional en colegios urbanos de Pereira. Giraldo, J. UTP. Ciencias de la Salud. Ciencias del Deporte y la Recreación (2001)”. El proyecto tuvo como objetivo primordial, determinar por medio de una encuesta las actividades recreativas y utilización de espacios en el tiempo libre en los jóvenes de media vocacional en colegios urbanos de Pereira; fue realizado con la colaboración logística del INDER Pereira y la asesoría metodológica y temática de la Universidad Tecnológica de Pereira, durante el año 2000 y finales del 2001. El alcance social será una mejor utilización del tiempo libre por medio de la elaboración de proyectos por parte de los mismos colegios, instituciones deportivas las cuales propondrán alternativas para una buena utilización del tiempo libre. Esta fue una investigación cuantitativa-descriptiva realizada con estudiantes de media vocacional en los colegios urbanos de la ciudad de Pereira. Las principales conclusiones dejadas por este proyecto son que las actividades mas desarrolladas por los alumnos de media vocacional en el tiempo libre son escuchar música, ver televisión, estar con los amigos. Además se llego a la conclusión que los escenarios donde los adolescentes de media vocacional prefieren pasar su tiempo libre son centros comerciales, escenarios deportivos y la esquina del barrio.

“Prácticas y representaciones sociales de tiempo libre, ocio y recreación en los estudiantes de pregrado en jornada diurna de la Universidad Tecnológica de Pereira 2007”. Ésta investigación fue realizada por los estudiantes Ariel Gustavo Gómez Murcia y Eduardo Antonio Pérez Restrepo (2007). Su objetivo fue Describir las prácticas y las representaciones sociales de Tiempo Libre, Ocio y Recreación en los estudiantes de pregrado de la jornada diurna de la Universidad Tecnológica de Pereira.

Y finalmente, **“Identificación de conceptos y prácticas sociales de tiempo libre, ocio y recreación, de los estudiantes de pregrado diurno de la fundación universitaria del área andina de Pereira 2008”**, realizada por los estudiantes Viviana Ceballos Arango, Jhonny Alexander Flórez Mejía y Dumar Hoyos Castañeda (2008). Su objetivo fue Identificar los conceptos y las prácticas sociales de Tiempo Libre, Ocio y Recreación en los estudiantes de pregrado diurno de la Fundación Universitaria del Área Andina de Pereira.

Estas dos últimas investigaciones, que sirvieron de guía para elaborar el presente, por ser parte del mismo proyecto de investigación en el municipio, pero en diferente población.

Las conclusiones más importantes del trabajo de investigación anterior y que para el nuestro fueron las más relevantes, aparecen a continuación:

Con relación al instrumento:

- ❖ Los instrumentos empleados en investigaciones afines permiten revalidar el mismo, dando veracidad a lo hallado. El instrumento utilizado en la presente investigación fue diseñado por el Magíster Norman Jairo Pachón Villamil y validado por los estudiantes Ariel Gustavo Gómez Murcia y Eduardo Antonio Pérez Restrepo en la investigación Prácticas y Representaciones Sociales de Tiempo Libre, Ocio y Recreación en los estudiantes de pregrado, jornada diurna de la Universidad Tecnológica de Pereira 2007.
- ❖ Los instrumentos deben ser adaptados a las características de las instituciones donde se vaya a realizar la aplicación de los mismos, lo que se hizo en la presente investigación de acuerdo a la población, específicamente en la variable prácticas sociales de tiempo libre y ocio al interior de la universidad, ya que la FUUAA no cuenta con los mismos espacios físicos de la Universidad Tecnológica de Pereira (Gómez y Pérez, 2007, pág. 86)
- ❖ Se hizo necesario modificar el instrumento en la distribución de las preguntas en el espacio de la hoja, ubicando una sola pregunta por cuadro y al frente de estas los ítems, esto para facilitar su comprensión y evitar confusiones a la hora de señalar las respuestas que se escogen.
- ❖ Se evidenció que el punto del instrumento que más causó dificultad a la hora de diligenciarlo, fue el número de horas, de lo que se puede concluir, que los estudiantes no saben con exactitud el número de horas determinado, que requieren para cada actividad que realizan. Por ésta razón no se tuvo en cuenta el número de horas en esta investigación.
- ❖ Se identificó que el segundo punto que se prestó para confusiones, fue el de relacionar los conceptos, ya que no sabían si era de apareamiento o si solo se debía poner el número en el cuadro correspondiente. Esto pudo convertirse posiblemente en un factor

distractor, que llevó a que se confundieran y se equivocaran en sus respuestas.

Con relación a las diferentes variables

- ❖ Se identificó una clara preferencia de los estudiantes por prácticas de ocio y recreación relacionadas con el mundo moderno, pero además muy pasivas, que demandan poco movimiento físico como: ver televisión, escuchar música y chatear.
- ❖ Se halló una pobre participación de la población estudiantil en la práctica de actividad física, ejercicio y/o deporte, lo que puede deberse, posiblemente, a la falta de una estructura física deportiva al interior de la universidad, sumado a la carencia de alternativas propuestas desde bienestar estudiantil en este aspecto. Esto representa un factor de riesgo para la salud, porque ayuda a que aumente cada vez más la población sedentaria.
- ❖ Existe poca participación en las actividades que representan y enriquecen nuestra cultura, como la danza, la música y el canto. Lo mismo sucede con los grupos de voluntariado.

Conclusiones relacionadas con la comparación entre las dos universidades

- ❖ Se realizó una comparación de los resultados de las diferentes variables de la investigación, entre una universidad pública y universidad privada, llegando a la conclusión de que variables como el estrato socioeconómico, la estructura física de la institución y la ubicación geográfica, juegan un papel importante en las prácticas de ocio y recreación de los estudiantes.
- ❖ Se pudo conocer, que en ambas universidades hay desconocimiento de los conceptos de ocio, recreación y tiempo libre, tanto de las definiciones propuestas por los investigadores, como las citadas de la legislación Colombiana.
- ❖ Se identificó en ambas universidades, una clara preferencia por las prácticas de recreación y ocio muy pasivas como ver televisión, escuchar música y chatear, consecuencia de un mundo que ha cambiado en materia de tecnología.
- ❖ La pérdida por el interés y el gusto de ser parte de grupos artísticos y voluntariados, se ha venido perdiendo a través del tiempo, a lo que los investigadores dan explicación, con el desarrollo de la tecnología, la cual brinda opciones innovadoras, modernas y sofisticadas, que

deslumbran a los jóvenes atrapándolos en el tiempo.

Algunas observaciones de las características demográficas:

- ❖ La población femenina es la que predomina en la muestra, lo que puede inferir en los resultados de las prácticas y preferencias más representativas de la investigación.
- ❖ Las variables como el estrato social, el género y ser egresado de un colegio público o privado, pueden influenciar para que las prácticas y representaciones sociales de tiempo libre ocio y recreación sean diferentes, entre universidades públicas y privadas.

Estas son algunas de las investigaciones que se relacionan más o son afines a la presente; pueden existir otras, realizadas por importantes firmas en el país o en el mundo.

5. METODOLOGIA

5.1 DISEÑO

La presente es una investigación descriptiva, a través de la cual se pretende describir los conceptos y prácticas sociales de Recreación, Ocio y Tiempo Libre, en los docentes de educación básica primaria, jornada de la tarde, del núcleo de desarrollo educativo número 8 de Pereira.

5.2 POBLACIÓN Y MUESTRA

La población objeto de estudio serán los docentes de educación básica primaria de la jornada de la tarde, del núcleo educativo número 8 de Pereira. Esta población asciende a 103 docentes, que hacen parte de los 9 Centros Educativos y las Instituciones Educativas del barrio Cuba de Pereira.

Entre los criterios de inclusión tenemos que deben ser docentes de básica primaria en alguna de estas instituciones; la edad no es principal para participar en la encuesta. El estrato socioeconómico de los participantes se encuentra entre 1 y 4. Se trabajará con docentes de ambos géneros.

Teniendo en cuenta que son relativamente pocos (103), se le realizará la encuesta a todos los que deseen participar.

5.3 VARIABLES

5.3.1 Variable: Tiempo Libre.

Modo del tiempo social de participación voluntaria, de actividades de no trabajo⁵⁵

5.3.2 Variable: Recreación. Proceso de acción participativa y dinámica, que facilita entender la vida como una vivencia de disfrute, creación y libertad, en el pleno desarrollo de las potencialidades del ser humano para su realización y mejoramiento de la calidad de vida individual y social, mediante la práctica de actividades físicas o intelectuales de esparcimiento⁵⁶.

⁵⁵ *Ibíd.*, p. 50

⁵⁶ *Ibíd.*, p. 59

5.3.3 Variable: Ocio. Forma de utilizar el tiempo libre mediante una ocupación autotelica y autónomamente elegida dentro de un campo determinado de libertad, cuyo desarrollo resulta satisfactorio y placentero al individuo⁵⁷.

5.3.4 Variable: Práctica social. Es toda actividad destinada a mantener una función y constituye una actividad productiva⁵⁸.

DIMENSIONES	ÍTEMS	Sub ítems	OPCIONES DE RESPUESTA
RECREACIÓN	Actividades que realiza el individuo con el único objetivo de recrearse.	Asistencia a parques	SI, NO
		Asistencia a teatros	Número de horas por semana
		Asistencia a café Internet	¿Cuál?, ¿Dónde?
TIEMPO LIBRE	Asistencia a Centros Culturales	Asistencia a lugares para el esparcimiento	SI, NO Número de horas por semana
RECREACIÓN		Asistencia a cines	
		Asistencia a centros comerciales	
	Recreación Deportiva	Participación en juegos de mesa	
		Visita a Parques Recreacionales	
	Práctica Deportiva	Paseos	
		Practica actividad física	

⁵⁷ *Ibíd.*, p. 51

⁵⁸ *Ibíd.*, p. 41

	Actividades-Pasatiempo	Escucha música	Escrito, Visual, auditivo, Otra persona. Ninguno, otro, ¿Cuál?	
		Ver televisión		
		Sale a bailar		
		Práctica religiosa		
		Pasatiempo		
		Espacios para el dialogo		
De generación de Conocimientos		Comparte con compañeros		
		Conocimiento de programas y/o proyectos		
		Medios de comunicación por los que conoce la recreación		
OCIO Actividades que realizan los sujetos con el fin de realizar un descanso físico y mental, ocupar e invertir su tiempo restante.	Participación con las demás personas	Liderazgo en grupos juveniles	SI, NO Número de horas por semana	
		Participación en grupos artísticos		
		Pertenecer a un grupo o club acorde a la edad		
	Para incrementar el saber			Participación en grupos musicales
				Espacios para la lectura
				Espacios para la producción literaria
		Trabajo adicional	SI, NO Número de	

		Estudiar idiomas	horas por semana	
		Estudios de carácter técnico	¿Cuál?, ¿Dónde?	
		Gusto por escuchar historias cómicas	SI, NO Chistes, Cuentaría, Otro.	
TIEMPO LIBRE Aquellas actividades que son desarrolladas en uso del tiempo libre del individuo.	Actividades propias por gusto	Duerme	SI, NO Número de horas por semana	
		Comer lo que le gusta		
		Permanecer en el aula de clase		
		Actividades extras para los estudiantes		
		Utilización del Tiempo Libre en las institución		
		Quehaceres del hogar		
		Usa videojuegos	Mañana, Tarde, Noche. Número de horas por semana	
		Momentos del día		
		Práctica deportiva		SI, NO Número de horas por semana ¿Cuál?, ¿Dónde?
		Participación en grupos o voluntariados		
Comparte con alguien de la o en la institución				
Frecuenta lugares de la institución				

5.3.5 Variable: Concepto.

En sí, es una abstracción o imagen mental, que se elabora a partir del estímulo que invita a definir algo o alguien. La imagen mental que se elabora es asociada con el conocimiento previo⁵⁹.

DIMENSIONES	ÍTEMS
<p>CONCEPTO DE RECREACIÓN*** Imaginario y constructo social que el individuo tiene sobre la Recreación.</p>	<p>Actitud de placer, de libertad para volver a crearse, relacionada con el juego Experiencia de disfrute voluntaria que implica temporalidad, intencionalidad y organización, generando satisfacción hacia el propio yo Un proceso de acción participativa y dinámica que facilita entender la vida como una vivencia de disfrute, creación y libertad, en el pleno desarrollo de las potencialidades del ser humano para su realización y mejoramiento de la calidad de vida individual y social, mediante la práctica de actividades físicas o intelectuales de esparcimiento</p>
<p>CONCEPTO DE OCIO*** Imaginario y constructo social que el individuo tiene sobre el Ocio.</p>	<p>Es un estado del alma donde se desarrollan actividades libres, de no trabajo Experiencia de libertad y un estado mental, de libre elección en el tiempo propio Es un espacio creativo, de expansión de la personalidad, de contenido lúdico, formativo, auto expresivo y de salud en sus acepciones de bienestar, físico, psíquico y social</p>
<p>CONCEPTO DE TIEMPO LIBRE*** Imaginario y constructo social que el individuo tiene sobre el Tiempo Libre.</p>	<p>Es un espacio cronológico útil para una vivencia de libertad, dominio y diversión Modo del tiempo social de participación voluntaria, de actividades de no trabajo* Es el uso constructivo que el ser humano hace de él... en funciones básicas el descanso, la diversión, el complemento de la formación, la socialización, la creatividad, el desarrollo personal, la liberación en el trabajo y la recuperación psicobiológica</p>

⁵⁹ Ibíd., p. 44

*** Aclaremos que Las Representaciones sociales, fueron utilizadas en el instrumento desde el principio, debido a modificaciones que se le hicieron a la investigación y al instrumento, para futuras investigaciones.

5.4 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS

La técnica que se utilizó para realizar la prueba piloto, será la misma que se empleará para la recolección de toda la información, a los 103 docentes del núcleo 8 de Pereira.

El desarrollo de las encuestas se llevó a cabo en espacios y momentos que no interfirieron con sus procesos académicos, ya que a través de La Secretaría Municipal de Recreación y Deporte y del señor Carlos Arturo Henao, director de núcleo N° 8 de Pereira, obtuvimos el permiso para entrar en las instituciones y realizar esta investigación (Anexo A “Encuesta”).

La técnica que se desarrolló para el proceso de evaluación en los 103 docentes, se basó en dividirlos en grupos según el plantel al que pertenecían. En cada institución se realizó en un solo día, con un tiempo aproximado de 20 a 30 minutos, éstos eran ubicados en un recinto cerrado, o en un aula del plantel educativo.

Se hizo una breve explicación del instrumento, los temas a evaluar, el número de preguntas y se les explicó de manera verbal sobre el consentimiento escrito firmado por el director del núcleo, el señor Carlos Arturo Henao.

5.4.1 Origen

Esta encuesta, surgió a partir de la recopilación y recolección de datos, por el Magíster Norman Jairo Pachón Villamil y los estudiantes Ariel Gustavo Gómez Murcia y Eduardo Antonio Pérez Restrepo, para el trabajo de grado PRÁCTICAS Y CONCEPCIONES DE TIEMPO LIBRE, OCIO Y RECREACIÓN EN LOS ESTUDIANTES DE PREGRADO EN JORNADA DIURNA DE LA UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE PEREIRA SEGUNDO SEMESTRE 2007. Se adaptó la encuesta utilizada en esta investigación, de acuerdo a la población con la que se va a trabajar.

5.4.2 Partes

El instrumento consta de 43 preguntas y se divide en las siguientes partes:

A través de la aplicación de la encuesta se pretende identificar los siguientes aspectos:

5.4.2.1 Información General:

Relacionados con el nombre, edad, genero, institución a la cual pertenece, grado que orienta, entre otros.

5.4.2.2 Representación Social del Concepto:

Relacionado con la idea que tiene el sujeto de los conceptos sobre ocio, tiempo libre y recreación. Se realizará a través de un ejercicio de asociación conceptual.

5.4.2.3 Prácticas Sociales de Ocio, Tiempo Libre y Recreación:

Relacionado con la clase de actividades que el sujeto realiza en su cotidianidad, en espacios familiares y académicos

5.4.2.4 Descripción de la utilización del instrumento:

El instrumento es de autoaplicación, contando siempre con la asesoría del encuestador. La primera parte del instrumento contiene información de fácil manejo como son los datos personales, incluye únicamente elementos de información general. La segunda parte que se presenta como el inicio de la evaluación de las representaciones sociales se resuelve por medio de apareamiento de conceptos y definiciones. El resto del instrumento que presenta las prácticas sociales, tiene como metodología de resolución en un principio, una respuesta de carácter ordinal.

5.4.3 Validación del instrumento

Fue realizado por el Sr. William Martínez, Médico Cirujano y Epidemiólogo de la Facultad de Ciencias de la Salud. El Alpha de Cronbach obtenido por dicho instrumento fue de 0.77 (77%), cifra representativa que permite validar el instrumento. Adicional a la validación, el instrumento fue sometido a Juicio de Expertos, el cual estuvo en manos del Magíster Gustavo Adolfo Moreno Bañol y el profesional en Ciencias del Deporte y la Recreación Jhon Jairo Triviño, docentes del Programa de Ciencias del Deporte y la Recreación de la Universidad Tecnológica de Pereira, se tomaron en cuenta todas sus recomendaciones y se aplicaron al instrumento.

5.5 EVALUACIÓN ÉTICA

“En toda investigación en la que el ser humano sea sujeto de estudio, deberá permanecer el criterio de respeto a su dignidad y la protección de sus derechos y bienestar” (Ministerio de salud, 1993).

De acuerdo al artículo 11 de la legislación de las investigaciones con seres humanos la presente es una investigación sin riesgo por ser un estudio que emplea técnicas y métodos documentales, por lo tanto no se realizan intervenciones o modificaciones intencionadas en las variables biológicas, fisiológicas psicológicas y sociales de los individuos participantes.

Se realizó un consentimiento informado (ver Anexo B), el cual firmo el director de núcleo, para darnos el visto bueno y la autoridad de realizar la encuesta, con cada una de las instituciones.

Los datos y fotos que aquí se presentan fueron autorizados por el Director del Núcleo Educativo 8 de Pereira, el señor Carlos Arturo Henao.

6. RESULTADOS

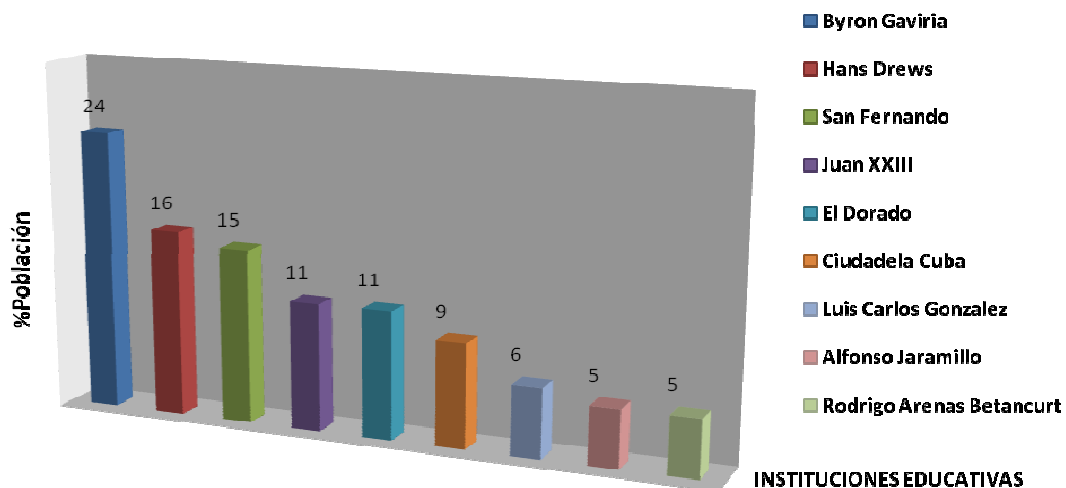
6.1 ANÁLISIS UNIVARIADO

6.1.1 Variables Demográficas

Los 103 docentes de este estudio presentaron al momento de realizada la investigación las siguientes características:

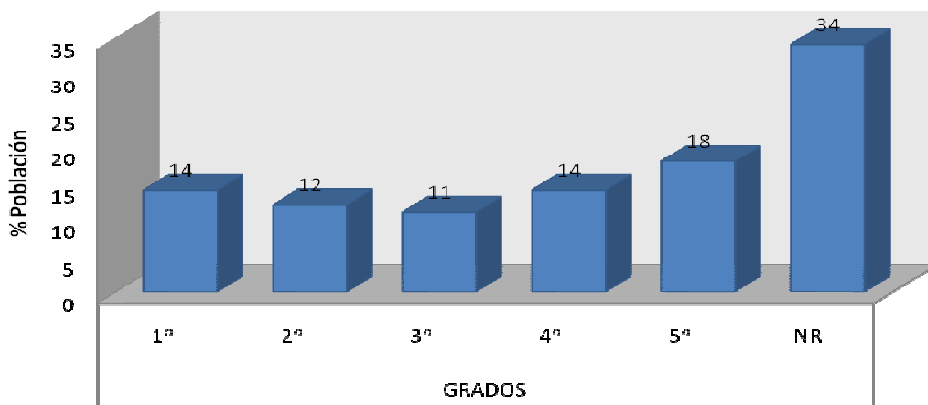
- Pensionado: El 77% (79 sujetos) NO son pensionados; el 17% (18 sujetos) SI son pensionados y el 6% (6 sujetos) No responden.
- Estrato Socioeconómico: Alto 4% (4 sujetos); Medio 67% (69 sujetos); Bajo 22% (23 sujetos) y No Responde 7% (7 sujetos).
- Zona: 88% (91 sujetos) Urbana; 5% (5 sujetos) Rural; 7% (7 sujetos) No Responde.

Gráfica 1. Población de docentes de Básica Primaria. Instituciones Educativas del Núcleo 8 de Pereira, 2008.



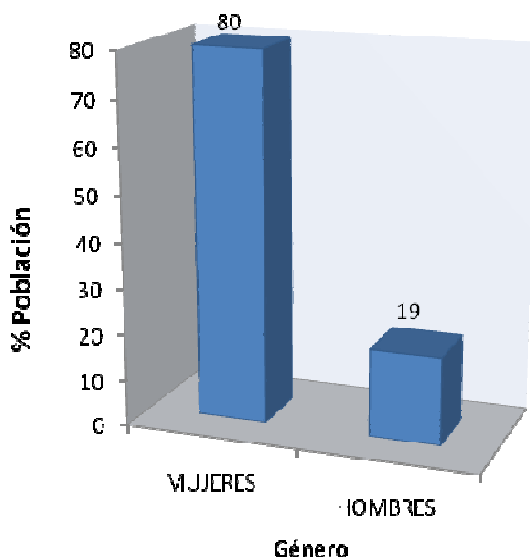
La institución con mayor número de docentes fue BYRON GAVIRIA con un 24% (25 sujetos); el menor número de docentes encuestados se encontró en las instituciones ALFONSO JARAMILLO y RODRIGO ARENAS BETANCURT, cada una con 5% (5 sujetos). (Promedio: 11,4); (Desv: 6,1).

Gráfica 2. Grados que manejan los docentes de Básica Primaria. Núcleo educativo 8 de Pereira, 2008.



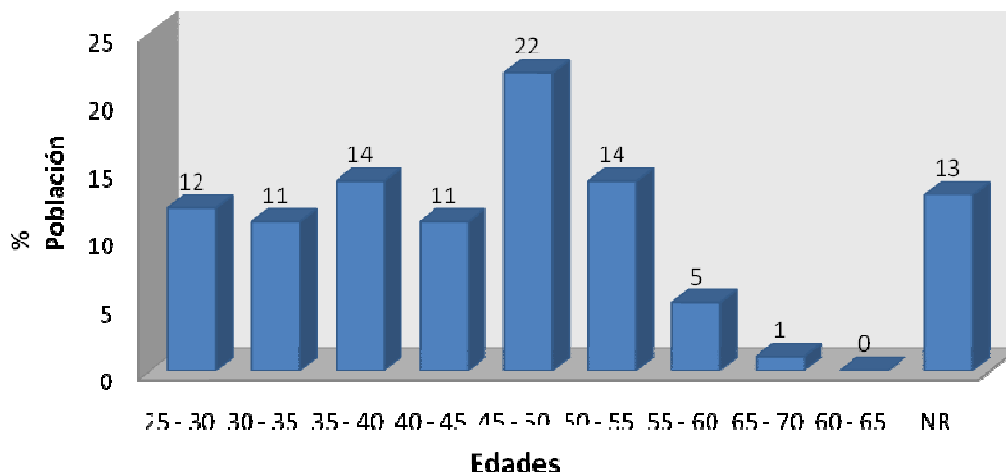
Un gran número de docentes (34 sujetos) no respondió la opción del grado que manejaba en la institución (33%); pero básicamente el grado que más tienen a cargo los docentes de el núcleo educativo 8, es el grado quinto, con un 17% (18 sujetos) y el grado Tercero 11% (11 sujetos) es en el que menos encontramos docentes. (Promedio: 17,2); (Desvt: 7,8);

Gráfica 3. Distribución del género. Docentes de Básica Primaria. Instituciones Educativas del Núcleo 8 de Pereira, 2008.



La población que más predomina en las instituciones educativas del núcleo 8 de Pereira, son las mujeres, con un porcentaje de 80% (83 sujetos) y los hombres un 19% (20 sujetos). (Promedio: 11,4); (Desvt: 6,1)

Gráfica 4. Edades de los docentes de Básica Primaria. Instituciones educativas del núcleo 8 de Pereira, 2008.



En cuanto a la edad, se observa que los docentes entre 45 – 50, son los que tienen mayor proporción, presentan un 21%, con relación a la población (22 sujetos). (Promedio: 10,3); (Desvt: 6,3)

6.1.2 Identificación de los conceptos.

Cuadro 2. Concepto Social. Núcleo Educativo 8 de Pereira. 2008

CONCEPTOS	% CORRECTO	% INCORRECTO
Tiempo Libre	32%	68%
Ocio	45%	55%
Recreación	23%	77%

El concepto que más relacionan los docentes, a partir de sus concepciones, es el de Ocio, con un 45% respecto a la población.

Cuadro 3. Concepto Social. Núcleo Educativo 8 de Pereira. 2008

CONCEPTOS	% CORRECTO	% INCORRECTO
Tiempo Libre	41%	59%
Ocio	40%	60%
Recreación	45%	55%

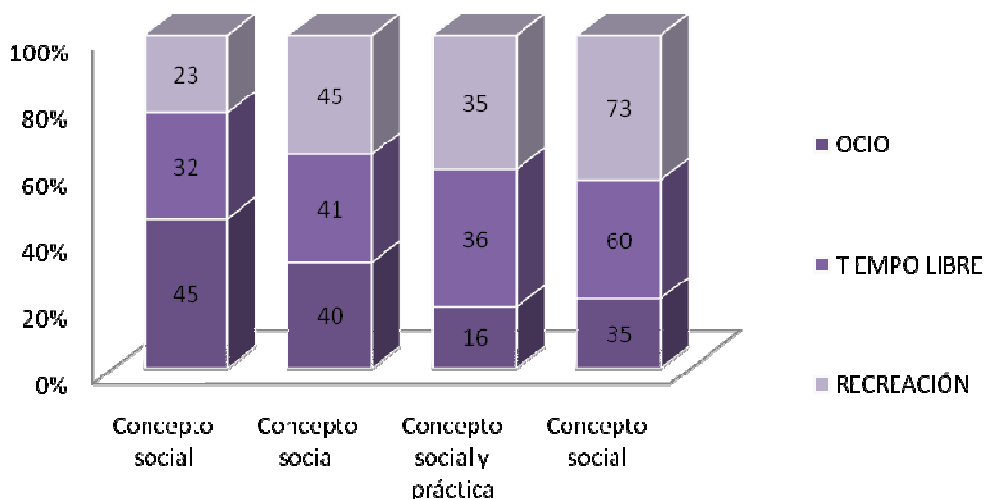
Frente al concepto y práctica social, la recreación es la más acertada, con un 45% correcto.

Cuadro 4. Identificación del concepto y Práctica Social. Núcleo Educativo 8 de Pereira. 2008

CONCEPTOS	% CORRECTO	% INCORRECTO
Tiempo Libre	36%	64%
Ocio	16%	83%
Recreación	35%	65%

Vemos por parte del conocimiento o identificación del concepto de los docentes, el que más relacionan es el de Tiempo Libre (36%), siendo muy cercano al de Recreación (35%).

Gráfica 5. Concepto y Prácticas sociales en Recreación, Ocio y Tiempo Libre. Docentes de Básica Primaria. Núcleo educativo 8 de Pereira, 2008.



La evaluación frente al concepto y la práctica social de cada uno de los ítems de apareamiento arrojó:

En el ítem 1 el concepto de Ocio (45%) es el que más se reconoce; en el ítem 2 fue para la Recreación (45%); a diferencia del Tiempo libre (36%) en el ítem 3; finalmente, en el ítem 4 el concepto de recreación (73%) fue el más identificado.

Cuadro 5. Identificación del Concepto Social. Núcleo Educativo 8 de Pereira, 2008.

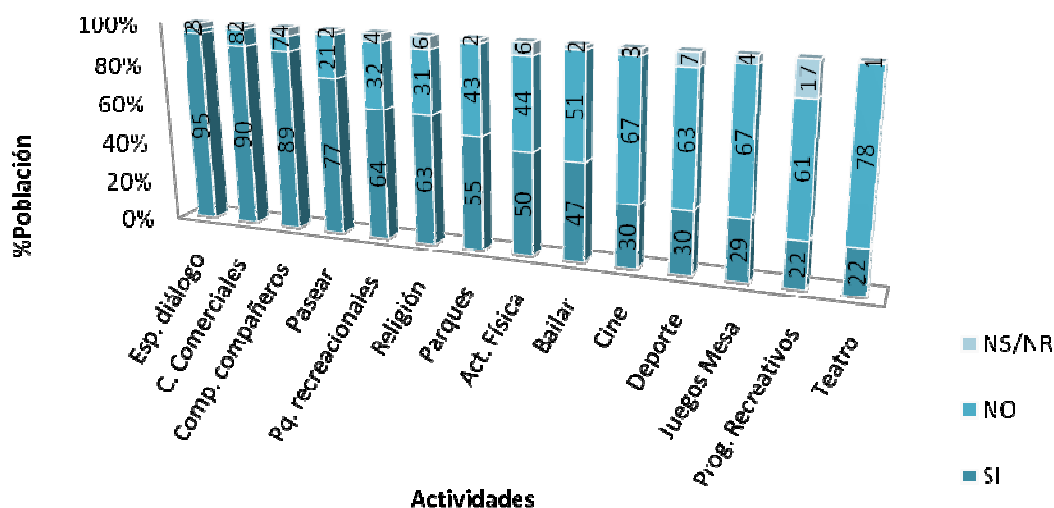
CONCEPTOS	% CORRECTO	% INCORRECTO
Ocio	35%	65%
Recreación	73%	27%
Tiempo Libre	60%	40%

De acuerdo con la parte legal en los conceptos de Recreación, Ocio y Tiempo Libre, se observa como conocen o identifican el concepto de Recreación (73%).

Se desea mostrar los porcentajes arrojados por las encuestas, diferenciando las concepciones sociales, prácticas y las concepciones legales de cada uno de los conceptos de Recreación, Ocio y Tiempo Libre.

6.1.3 Prácticas sociales en Recreación.

Gráfica 6. Prácticas sociales en Recreación. Docentes de Básica Primaria. Núcleo educativo 8 de Pereira, 2008.



Se observa que las actividades que mas practican los docentes son establecer espacios para el dialogo (95%), visitar centros comerciales (90%) y compartir con compañeros (89%); las de menos práctica son el conocimiento de programas educativos (22%) y asistir al teatro (22%).

A continuación se ampliarán las prácticas con porcentajes más representativos, de cada ítem.

Cuadro 6. Actividades de Recreación. Núcleo Educativo 8 de Pereira. 2008

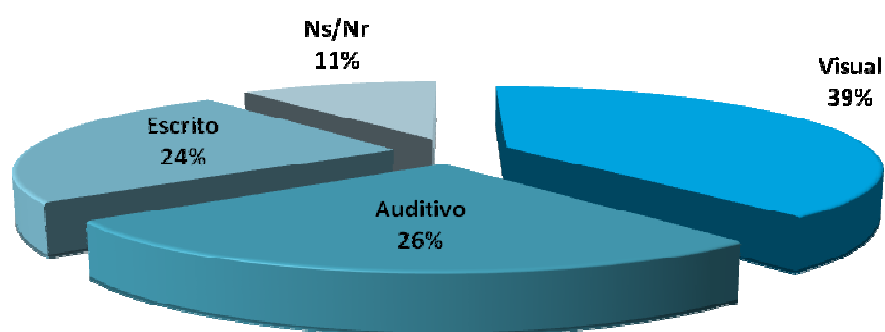
DATOS	Nº docentes	%
Espacio para el diálogo	95	95
Visitar Centros Comerciales	90	90
Compartir con compañeros	90	89

A continuación las actividades menos representativas de la encuesta.

Cuadro 7. Otras Opciones de Recreación. Núcleo Educativo 8 de Pereira. 2008

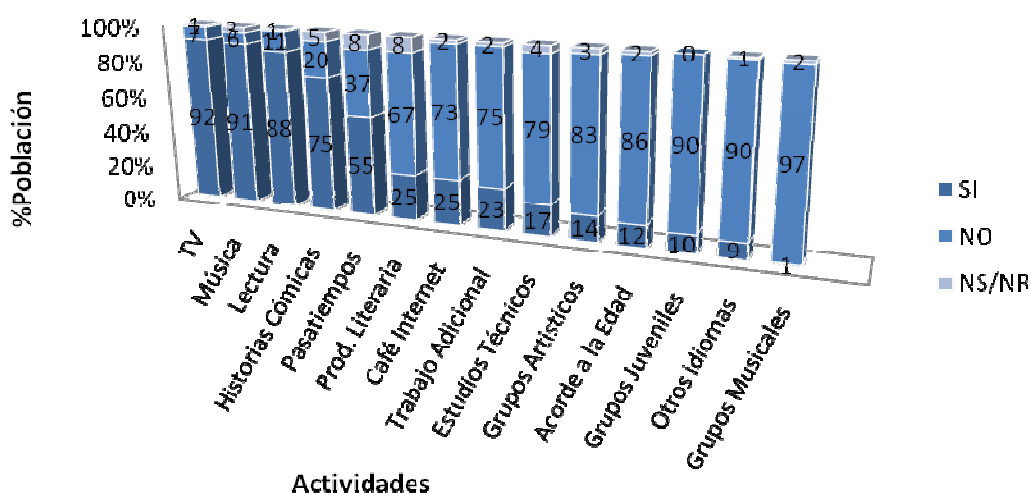
ITEMS	%	No. Docentes
Pq. recreacionales	64	63
Religión	63	63
Parques	55	55
Act. Física	50	51
Bailar	47	46
Cine	30	30
Deporte	30	30
Juegos Mesa	29	29
Prog. Recreativos	22	23
Teatro	22	21

Gráfica 7. Medios de comunicación para información sobre Recreación. Docentes de Básica Primaria. Núcleo educativo 8 de Pereira, 2008.



Se observó que el medio por el cual los docentes se informan más sobre programas de recreación, es por el medio visual (39%).

Gráfica 8. Prácticas sociales en Ocio. Docentes de Básica Primaria. Núcleo educativo 8 de Pereira, 2008.



La TV sin duda alguna, es la actividad de ocio que practican los docentes encuestados, esta tuvo el mayor porcentaje (92%), frente a hacer parte de grupos juveniles (10%) y musicales (1%).

Cuadro 8. Actividades de Ocio. Núcleo Educativo 8 de Pereira. 2008

DATOS	Nº docentes	%
TV	95	92
Música	94	91
Lectura	91	88
Historias Cómicas	77	75

Para los docentes el ver TV (92%), escuchar música (97%), leer (88%) y escuchar historias cómicas (75%), representan sus actividades preferidas en cuanto a ocio se refiere, siendo cada una de ellas las más representativas.

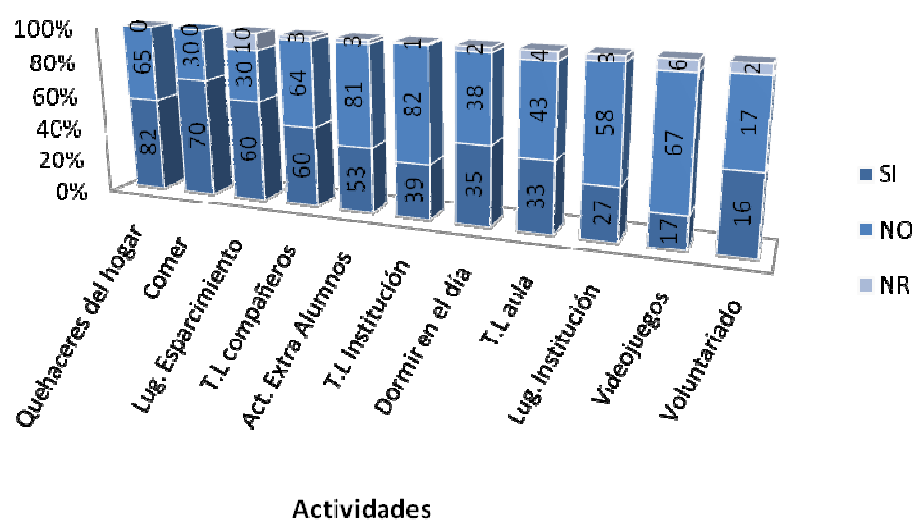
A continuación se encuentran los porcentajes de otras actividades encuestadas y analizadas.

Cuadro 9. Otras Opciones de Ocio. Núcleo Educativo 8 de Pereira, 2008.

ITEMS	%	No. docentes
Pasatiempo	55%	57
Prod. Literaria	25%	26
Café Internet	25%	26
Trabajo Adicional	23%	24
Estudios Técnicos	17%	18
Grupos Artísticos	14%	14
Grupo acorde a la edad	12%	12
Grupos Juveniles	10%	10
Otros idiomas	9%	9

Las actividades de ocio para los docentes, como podemos observar, se relacionan básicamente con el descanso.

Gráfica 9. Prácticas sociales en Tiempo Libre. Docentes de Básica Primaria. Núcleo educativo 8 de Pereira, 2008.

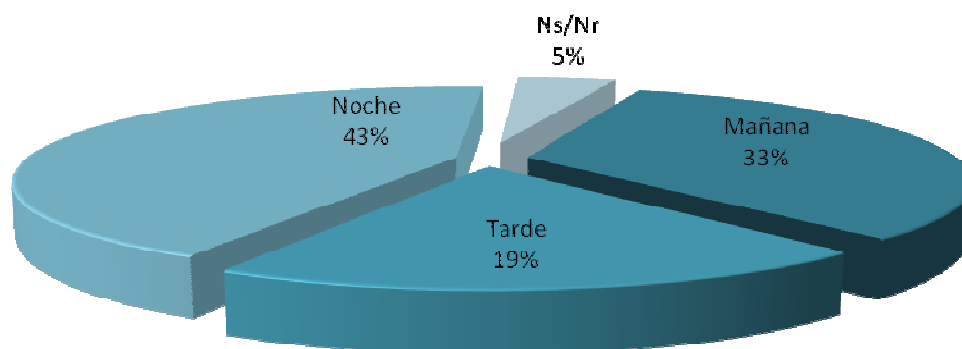


Cuadro 10. Actividades uso del Tiempo Libre. Núcleo Educativo 8 de Pereira. 2008

DATOS	Nº docentes	%
Quehaceres del hogar	81	82
Comer	69	70
Lugares de esparcimiento	60	60
TL con compañeros	60	60

Se observó que las actividades que más se practican en el Tiempo Libre, son comer (70%), asistir a lugares de esparcimiento (60%) y compartir con sus compañeros (60%) en el espacio que su labor lo permite. La mayor actividad en la que ocupan su Tiempo Libre es en los quehaceres del hogar (82%) y podemos tener en cuenta que el 80% son mujeres encuestadas.

Gráfica 10. Momentos de utilización del Tiempo Libre. Docentes de Básica Primaria. Núcleo educativo 8 de Pereira, 2008.



Vemos que para los docentes, su tiempo libre es utilizado en la noche (43%) preferiblemente, pero cabe rescatar que como su jornada laboral y escolar es en las horas de la tarde, no es posible tener ese tiempo libre en el día.

Cuadro 11. Otras Opciones de Tiempo Libre. Núcleo Educativo 8 de Pereira. 2008

ITEMS	%	No. docentes
Actividades extras con alumnos	55%	57
TL en la institución	25%	26
Dormir en el día	25%	26
TL en el aula de clase	23%	24
Visitar lugares de la institución	17%	18
Videojuegos	14%	14
Voluntariado	12%	12

El porcentaje obtenido en voluntariados fue del 12% esto frente a las actividades extras con los alumnos donde se arrojó un porcentaje del 55%.

6.2 ANÁLISIS MULTIVARIADO

Cuadro 12. Análisis significativo entre género y edad de los docentes del núcleo 8 de Pereira, 2008.

Actividades significativas			
	F	M	
Genero vs. Q.Hogar	x		0,006
Genero vs. Jue.Mesa	x		0,044
Genero vs. Deporte	x		0
Genero vs. Cine	x		0,047
Genero vs. Act.Fisica	x		0,012
Genero vs. Concep.Recre3	x		0,046
Edad vs. Prog.Recreat.	x		0,037
Edad vs. Otros idiomas		x	0,015
Edad vs. Jue.Mesa	x		0,037
Edad vs. Gru.acor.Edad	x		0,021

Con el programa SPSS, se realizó un análisis para observar cuales eran las actividades más significativas (menor a 0.05) en la población. Estas, fueron comparadas con la edad y el género.

La población femenina es la que más predomina entre todas las actividades.

7. DISCUSIÓN

Frente a la temática tratada en esta investigación, se han podido reconocer diferentes conceptos (Ley 181. Art. 5 de 1995, Puig y Trillas, Dumazedier, Pablo Waichman) que en general abarcan la esencia de lo que el Profesional en Ciencias del Deporte y la Recreación busca que las personas adopten para su vida, donde se promueva el desarrollo en todas las dimensiones del ser humano.

La Recreación, el Ocio y el Tiempo Libre, hacen parte de la cotidianidad en forma inevitable del ser humano, pero consideramos que no se brinda a la comunidad, la educación pertinente para que las personas puedan cambiar paradigmas sobre el tema, y así puedan aprovechar todos los beneficios que trae una práctica adecuada de cada uno de ellos.

Es por esto que consideramos urgente crear estrategias educativas en la comunidad, que permitan conocer lo que legalmente es un derecho de todos, los principios (Referencia: 25), los propósitos, las estrategias, las cuales se encuentran contempladas en el Plan Nacional de Recreación.

Las Entidades gubernamentales responsables de ofrecer servicios sobre recreación no impactan en la comunidad en forma pedagógica (Conocimiento sobre prog. Recreativos: 22%), pues creemos que la recreación se termina promoviendo como cualquier producto, donde finalmente las personas terminan desconociendo para qué les puede servir y qué beneficio sacan de ello.

Por lo anterior, consideramos que las alianzas que se puedan crear entre el Programa Ciencias del Deporte y la Recreación con la Secretaría Municipal de Recreación y Deporte, unificarán el conocimiento y la experiencia sobre el tema, donde se eduque a la gente y los servicios que se ofrezcan sean amplios para diferentes poblaciones con objetivos diversos.

Es entonces, gracias a esta investigación, donde a partir de la creación de las alianzas antes mencionadas, se pueda rescatar ese interés por saber cuánto saben las personas sobre el tema, cuáles son sus prácticas habituales, para así, a partir de los resultados arrojados, diseñar programas encaminados a educar a la población y mejorar su estado de recreación, ocio y tiempo libre.

La metodología llevada a cabo para conocer el estado de los conceptos de recreación (73% concepto legal), ocio (45% concepto social) y tiempo libre (60% concepto social), permitió confrontar el concepto propio de cada

individuo con uno ya establecido (Ley 181 de 1995, Julia Gerlero), lográndose así evaluar la comprensión del tema y descubrir cómo las ideas previas creadas por la cultura o la educación de los docentes, se pudieron relacionar con los expertos en el tema.

Fue allí donde se encontró que es muy probable que aún el concepto no se apropie, o quizás la falta de interés sobre el tema o en el desarrollo de la encuesta, pudo interferir en los resultados arrojados.

Y aunque pudieron ser muchos los factores que intervinieron los resultados encontrados, consideramos que la cultura de una sociedad es la que finalmente encamina al individuo a tener una idea previa (Referencia: 12), en este caso de recreación, ocio y tiempo libre; y que ésta no concordó con las teorías propuestas en el instrumento. El uso de una terminología similar para los conceptos evaluados, no dieron alcance concreto a lo que cada individuo esperaba encontrar para aceptarla como la suya propia.

Es probable que, si se crea un protocolo guía en que se planteen ejemplos y se ubiquen fácilmente las palabras claves, el encuestado identifique con mayor apropiación la temática evaluada; así entonces, sería posible llegar a resultados que demuestren con mayor claridad el concepto propio del individuo, lo que permitiría de igual forma, evaluar cómo se lleva a cabo la práctica de los conceptos que se estén tratando.

Los conceptos propuestos en el instrumento hacen parte de diferentes autores que han aportado importantes ideas sobre la recreación, el ocio y el tiempo libre, pero es en este proceso investigativo en el que hemos podido reunir las diferentes teorías que podrían originar en el ejercicio mental de comprender los temas evaluados, mucha más comprensión y relación con lo que una población debe dominar.

El concepto de recreación según la ley 181 de 1995, planteado en el instrumento, abarca todas las palabras claves que permiten identificar claramente el tema, lo cual aprobaría a éste como el más adecuado para manejar en la sociedad.

Es gracias a este tipo de conceptos, donde diferentes personas y comunidades logran entender las dimensiones reales que tiene la recreación, donde ya no se trata sólo de divertirse, sino que por medio de la diversión, el ser humano logra replantear muchos de sus estados internos negativos, para convertirlos en potenciales de bienestar propio.

En cuanto al ocio consideramos que los autores Puig y Trillas definen en forma integral el concepto, adaptando en forma actual y pertinente las

ideas para todo tipo de población, esto puede ser debido a que a nivel social se emplean con mayor frecuencia las actividades que en este concepto se denominan.

Finalmente, en el proceso investigativo, se construye por parte de las investigadoras un concepto sobre tiempo libre que consideramos el más adecuado, gracias a que creemos que podría facilitar la comprensión y la apropiación por parte del evaluado con el concepto, debido a que se enuncia la teoría de que en este tiempo se realizan actividades remuneradas o no pero manteniendo procesos de desarrollo.

De igual forma consideramos que no es relevante el hecho de que en la sociedad se domine un concepto, pero sí que esas ideas previas a las que encamina la sociedad sobre un tema, enmarquen unas prácticas que promuevan un desarrollo integral en cada individuo.

Debido a que las prácticas sociales son influenciadas por la cultura, las características socioeconómicas y las posibilidades que ofrecen quienes rigen una comunidad (Referencia: 14), es prevalente que las nuevas estrategias estén encaminadas a cambiar la cotidianidad de las personas, convirtiendo sus espacios de recreación, de ocio y de tiempo libre, en oportunidades de creatividad, renovación, integración consigo mismo y su entorno, donde las herramientas, como el televisor o el parque, sean un canal hacia la libertad de expresión.

La Secretaría Municipal de Recreación y Deporte podría crear a partir de investigaciones descriptivas, campañas educativas que invadan todos los medios de comunicación, que logren llamar la atención de las personas en todo lugar y momento, impactando así en todos los sectores poblacionales.

Se ha establecido que el tiempo libre se dedica en la noche (43%) y que una de las actividades más desarrolladas es ver televisión (92%), lo que podría deducir que este momento y esta actividad se unifican para llevar a cabo el ocio, creemos entonces que esta condición se podría aprovechar para informar por medio televisivo, cuánto es el tiempo adecuado para disfrutar del ocio, qué beneficios trae la recreación y con qué servicios específicos las entidades promueven el deporte, la recreación y la cultura.

Así mismo consideramos que los resultados arrojados sobre la práctica mayoritaria de actividades que promueven el sedentarismo (espacios para el diálogo: 95%; TV: 92%, escuchar música: 91%; quehaceres del hogar: 82%, comer: 70%), podrían ser provocados por esa falta de medios que anuncien las estrategias de impacto en la sociedad, pues sabemos que los entes municipales sí realizan programas en busca de una mejor calidad de

vida por medio de la recreación y el deporte, pero es probable que aún la información no llegue de manera efectiva (Medios de comunicación: Visual 39%).

Otro motivo por el cual las personas encuestadas en este proceso, las cuales fueron mayoritariamente mujeres adultas, demostraron realizar demasiadas actividades pasivas, pudo ser que no les llama la atención los proyectos que se promueven en la ciudad.

Consideramos que la mujer adulta representa un sector importante en nuestra comunidad y que ella continúa realizando dentro de su tiempo libre, actividades en el hogar, despreocupándose por divertirse, ejercitarse, conllevándola a diferentes molestias físicas y psicológicas, y donde muchas al entrar al estado de menopausia no encuentran una forma saludable de enfrentar este momento inevitable de su vida.

Lo anterior se enuncia debido a que la población mayoritaria fue de mujeres (80%) y la edad más frecuente se ubicó entre 45 y 50 años. Es por esto que creemos que las estrategias comunicativas deben ser agresivas a la hora de llegar a ellas, donde a la mujer se le brinden espacios cómodos, de feminidad, de confianza y respeto, en fin, actividades específicas para ellas, en las cuales no existan los complejos que las pueda aquejar, sino que simplemente puedan desarrollarlas con satisfacción.

Finalmente, se considera que aunque los conceptos de recreación, ocio y tiempo libre pueden ser muy personales y abarcar diferentes perspectivas en cada persona, lo que se cree realmente relevante para esta investigación, es que las prácticas que se desarrollen en cada una de ellas, conlleven a estilos de vida saludables, donde se perciba en los individuos felicidad, satisfacción, desarrollo e integración con todo su entorno, formando en general una sociedad de bien, sin importar en qué ámbito de la vida nos encontremos.

Los docentes pasan un tiempo muy importante con los alumnos y esto demuestra lo trascendental que es que desde la escuela, ambos puedan retribuirse los beneficios que trae una práctica correcta de la recreación, el ocio y el tiempo libre; los niños con su espontaneidad, los docentes con su experiencia.

“No hay gente ineducada. Todo el mundo está educado, sólo que mucha gente está mal educada”

Gilbert Keith Chesterton

8. CONCLUSIONES

Con relación a La Recreación, el Ocio y el Tiempo Libre se concluyó:

Las actividades propuestas frente al concepto y la práctica social de la recreación, el ocio y el tiempo libre, pudieron verse confusas dado que escuchar música, ausencia de obligaciones y libertad, son atribuidas a cualquiera de los tres temas evaluados, es por esto que tiempo libre (36%) y recreación (35%) obtuvieron resultados muy similares.

Con respecto a la Recreación las actividades más desarrolladas fueron establecer espacios para el diálogo (95%), visitar centros comerciales (90%) y compartir con sus compañeros de trabajo en la institución (89%), siendo estas las que fomentan el sedentarismo, donde a largo plazo podrían ser desencadenantes de una mayor prevalencia de enfermedades crónicas no transmisibles. Esto frente a las actividades menos desarrolladas por esta población, como realizar actividad física (50%), bailar (47%) o practicar algún deporte (30%), que implican mayor movilidad y gasto energético.

Es posible que muchos docentes no practiquen en su gran mayoría actividades de gran movilidad, dado a que su trabajo consiste en manejar un gran número de niños en el aula de clase, lo cual puede provocar fatiga excesiva al finalizar el día. Esto puede conllevar así mismo, a que aquellos que deseen practicar actividad física, lo hagan sus fines de semana, lo que podría conducirlos a ser deportistas de fin de semana. Esto traería posibles contraindicaciones para la salud.

Esta problemática puede presentarse debido a que, en esta investigación el resultado importante de mujeres (80%) sobre hombres (19%), podría afirmar lo enuncia un estudio realizado por Jacoby, Bull y Neiman en América, afirmando que participan menos en actividades físicas el género femenino frente al masculino y que esta participación se reduce con la edad.

Este análisis también apoya la idea que la falta de conocimiento sobre programas recreativos en el municipio (22%), fomenta actividades pasivas, eso quizás, producto de la ausencia de medios que informen a poblaciones específicas como las instituciones educativas, sobre el tema del deporte, la actividad física o la recreación en el ámbito escolar.

Las actividades más desarrolladas frente al ocio fueron, ver televisión (92%) y escuchar música (91%), estas frente a las menos realizadas, como pertenecer a grupos artísticos (14%) o estudiar otros idiomas (9%), las

cuales permiten mayor desarrollo personal y creatividad; lo que lleva a concluir que el ocio para la gran mayoría de los evaluados es un espacio de descanso como lo enuncia Dumazedier, al decir que el ocio es descanso en cuanto libera de la fatiga laboral.

En nuestra cultura es común que las mujeres se hagan cargo de los quehaceres del hogar, esto es respaldado por lo observado en el resultado de la encuesta, dado que un 82% admitieron realizar este tipo de actividades en su tiempo libre, lo que tiene un valor significativo con respecto al género el cual fue mayoritariamente femenino.

Debido a que el tiempo libre de los docentes se lleva a cabo mayoritariamente en la noche (43%), esto puede provocar que las actividades más desarrolladas sean las de ocio, como ver televisión, escuchar música o leer (88%), donde las dos primeras permiten realizar otra actividad alterna para complementar tareas diarias, como dedicarse a los quehaceres del hogar. En cuanto a la lectura, esta puede realizarse no tanto por gusto, sino como una necesidad para complementar algún tema relacionado con su trabajo.

No existieron datos importantes en cuanto a trabajos (23%) o estudios adicionales (17%) que complementen sus conocimientos y su desarrollo personal. Opinamos que esto se puede dar debido a que las personas sienten que ya han cumplido ciclo de formación.

Ya que los datos arrojaron un número importante de mujeres (80%), y que la mayor franja etaria se encuentra entre los 45 y 50 años, se concluye que esto puede repercutir en cuanto a la educación que se ofrece a los alumnos, donde el género femenino por naturaleza es más maternal y protector. Para ésta edad es posible que aún puedan existir conceptos de recreación (16%), ocio (23%) y tiempo libre (32%) inadecuados que signifiquen poca aplicación o interés al tratar estos temas en el aula, dado que se puede desconocer su importancia.

Frente a la edad de cada uno de los docentes, las actividades significativas entre las mujeres fueron: los programas recreativos (22%), los juegos de mesa (29%) y pertenecer a grupos acordes para su edad (12%).

El género masculino entre los docentes, solo mostró una actividad significativa, la cual fue estudiar otros idiomas. Esto se puede ver influenciado debido a que las mujeres continúan encargándose del hogar en su tiempo libre sin continuar con procesos de desarrollo.

Frente al Instrumento

El instrumento utilizado en ésta investigación, fue validado y aplicado por primera vez en el trabajo de grado “Prácticas y representaciones sociales de tiempo libre, ocio y recreación en los estudiantes de pregrado en jornada diurna de la Universidad Tecnológica de Pereira, segundo semestre 2007”, desarrollado por Ariel Gustavo Gómez Murcia y Eduardo Antonio Pérez Restrepo.

Para la recopilación de la información se contó con un instrumento de auto aplicación, validado en Pereira. El Alpha de Cronbach obtenido por dicho instrumento fue de 0.77. La aplicación del instrumento se llevó a cabo en 103 docentes, con previa prueba piloto.

Para este caso en especial se realizaron algunas modificaciones en el instrumento, con el objeto de adaptarlo a las características de la población a evaluar, se agruparon temas para hacerlo más conciso y de esta manera, evitar la fatiga presentada en las anteriores investigaciones.

Se pudo notar frente a la aplicación del instrumento que al diligenciar una encuesta como la utilizada en esta investigación, se pueden alterar los resultados a causa del desinterés al desarrollar la misma.

El horario para realizar la encuesta fue elegido por los directivos de cada institución, el cual fue establecido entre las 5 y las 6 de la tarde al finalizar la jornada escolar; esto pudo conllevar a cierta apatía por parte del funcionario encuestado debido al cansancio acumulado en el día y/o al dejar de hacer sus tareas u oficios, sumado a desconocer la importancia de ésta investigación. Así mismo lo pudo influenciar el hecho de llevar a cabo en forma grupal por institución.

De igual forma, indiferente o no a lo extensa que pudiera ser la encuesta, se consideró eliminar los ítems denominados para cualificar y cuantificar las actividades evaluadas, dado que no fueron respondidas en todos los casos.

Cabe anotar, que La Dirección de núcleo y La Coordinación de las instituciones, siempre colaboraron con buena disposición, facilitando sus instalaciones para el desarrollo de la encuesta.

En general, se pudo observar que en las instituciones educativas, el 80% de la población, correspondió al género femenino, y el mayor porcentaje de la muestra se encontró entre los 45 y 50 años de edad, lo que puede repercutir en el uso adecuado de los conceptos y las prácticas de

recreación, ocio y tiempo libre, debido a que son temas que se han venido posicionando prácticamente hace poco, lo que puede requerir de programas educativos que permitan renovar y enseñar los nuevos conceptos y las herramientas educativas que mejoren la calidad de la educación de los niños.

En la encuesta realizada, existieron errores de diseño en cuanto a la clasificación de las actividades dentro de cada uno de los temas a evaluar, dado que pudieron ser más específicas en cuanto a la docencia; existieron opciones poco relevantes y prácticas dentro del tema el cual no era acorde; como por ejemplo, consideramos que estudiar otros idiomas hace parte de actividades del tiempo libre más que de ocio, como se encuentra en el instrumento.

9. RECOMENDACIONES

Consideramos que los conceptos sobre recreación, ocio y tiempo libre, deben ser actuales, claros, generales para toda la población, permitiendo su comprensión y apropiación, alcanzando diferentes sectores como el escolar, profesional, familiar, personal.

Es prevalente que este tipo de investigaciones trasciendan a la práctica, donde su metodología sirva de base para establecer procesos de intervención en diferentes sectores poblacionales, convirtiéndose a futuro en un elemento base para el impacto que debe tener la recreación, el ocio y el tiempo libre a nivel local, regional, nacional e internacional.

A la Secretaria Municipal de Recreación y Deporte se le sugiere crear campañas educativas tanto de intervención como por medios de comunicación que estimulen el interés del individuo a participar en sus ofertas sobre recreación, donde se cumpla con lo establecido en el plan nacional de recreación, concientizando a la comunidad sobre los beneficios que esta temática conlleva a un mejoramiento de la calidad de vida.

Se cree primordial comenzar estrategias recreativas en la mujer adulta, por medio de campañas informativas que llamen su interés, permitiéndole cambiar sus actividades cotidianas por otras que desarrollen estados de bienestar y confort.

Se considera importante que los estudiantes de ciencias del deporte y la recreación dentro de su proceso académico, creen alianzas con las instituciones encargadas de ofrecer programas de deporte y recreación en el municipio, para que así este tipo de investigaciones puedan trascender, mejorando el conocimiento y la práctica de los temas evaluados en la población.

Se espera que esta investigación trascienda a futuro en el ámbito escolar, pues gracias al fichero lúdico anexado a esta investigación, fortalecer las herramientas educativas mejorando los procesos pedagógicos.

En el instrumento evaluativo, se recomienda que el encuestado pueda crear su propio concepto de recreación, ocio y tiempo libre, para así conocer en forma precisa hacia donde se encaminan sus ideas previas sobre el tema. Para esto se puede proponer un listado de palabras claves provenientes de un concepto que el investigador considere como el adecuado para que se aplique en la sociedad en general, y así finalmente se pueda orientar su respuesta.

Frente a las prácticas que se deben proponer consideramos que deben ser tanto generales como específicas para la población a evaluar, teniendo en cuenta tanto los aspectos positivos como los negativos, que puedan arrojar resultados evidentes de su cotidianidad.

El instrumento debe ser preciso, didáctico y corto para evitar la fatiga de los encuestados, ya que esto podría repercutir en los resultados y modificarlos.

Es necesario mejorar los espacios físicos en las instituciones educativas, para que los docentes puedan hacer un uso adecuado de su tiempo libre, donde finalmente se promueva la creatividad y el sano esparcimiento.

Las directivas de los planteles educativos deben verse interesadas en los servicios que ofrecen sobre recreación y deporte las entidades municipales encargadas en el tema, para que así, en la institución en general se refleje el interés de crear una educación integral.

De igual forma, el núcleo 8 debe preocuparse por que en las instituciones mejore la calidad de vida del docente, fomentar el buen uso del tiempo libre, actividad física, los estudios adicionales y todas aquellas actividades compensatorias del trabajo, para mejorar ese tiempo dedicado en la institución, lo que finalmente mejorará la calidad de la educación en los niños.

Brindar al docente capacitaciones sobre recreación, ocio y tiempo libre para que enriquezca sus conocimientos sobre el tema, plasmando buenas actitudes en su entorno familiar, laboral y social.

10. BIBLIOGRAFIA

ALFARO, V. Demetrio. Tiempo Libre y Modo de Vida: Algunas perspectivas para el Siglo XXI, [citado el 06 de Septiembre de 2008] Disponible en Internet: <www.redcreacion.org/relareti/documentos/modovida.html>

ALVARAN GIRALDO, José Orlando. Identificación de las actividades recreativas y utilización de espacios en el tiempo libre de los jóvenes de media vocacional en colegios urbanos de Pereira. Pereira. 2001, 42. Profesional en Ciencias del Deporte y la Recreación. Universidad Tecnológica de Pereira. Facultad Ciencias de la Salud, Ciencias del Deporte y la Recreación.

BOLAÑO MERCADO, Tomás Emilio. Qué hacer del ocio. Elementos teóricos de la recreación: tipos de recreación. 1 ed. Armenia (Colombia): Kinesis, 2005.

BOLAÑO, M. Tomás Emilio. Recreación y valores. En: Kinesis: La Recreación y sus Valores. Vol. 2. Armenia (Colombia); 1996

BONILLA, B. Carlos; OSPINA, F. Héctor. Trascendencia de las representaciones sociales infantiles sobre el maestro para la formación de ciudadanía. Facultad de Ciencias Sociales. UNLZ, 2006 [citado el 28 de Septiembre]. Vol. 3, Año III. p. 71-86. Disponible en Internet: <www.cienciared.com.ar>

CASTRO, V. Pedro; CHAPMAN, W. Robert; Et al. Teorías de las prácticas sociales. En: Complutum Extra. Universidad Complutense de Madrid. Vol.6, Nº 8 (1996); p. 35-48

COBO, M. Guillermina. La recreación como proceso educativo. V Congreso Nacional de Recreación. Manizales. 1998. [Citado el 02 de Octubre de 2008] Disponible en Internet: <www.redcreacion.org/documentos/congreso5/GMesa.htm>

GARCÍA, Miguel Ángel. La actividad y el ocio como fuente de bienestar durante el envejecimiento. Revista Digital. Buenos Aires. Año 8, Nº 47. Abril de 2002. [Citado el 28 de Julio de 2008] Disponible en Internet: <www.efdeportes.com>

GERLERO, Julia. ¿Ocio, Tiempo Libre o Recreación? Aportes para el estudio de la recreación. 1 ed. Buenos aires (Argentina): Editorial de la Universidad Nacional del Comahue, 2004.

ICONTEC. Compendio tesis y otros trabajos de grado. 5^{ta} ed. Bogotá (Colombia): Icontec, 19 de marzo de 2002.

LOPATEGUI, Edgar. Recreación. SaludMed: Ciencias de la Salud y del Movimiento [Artículo de Internet]. 2003. [Citado el 20 de Septiembre de <2008>]. Disponible en Internet: www.saludmed.com/Recrea/RecreaM.html>

MINISTERIO DE SALUD. Resolución N° 008430. Título II. De la investigación en seres humanos. Capítulo 1, Artículo 5. Colombia, 4 de Octubre de 1993.

MONTERO, F. Lineamientos para el diseño de un curso dirigido a la formación de un recurso humano en el área de educación física. [Artículo de Internet]. En: Revista digital. Buenos Aires. Año. 11, N° 100, Septiembre 2006. [Citado el 15 de Septiembre 2008]. Disponible en Internet: <www.efdeportes.com>

MORA, MARTIN. El modelo de las representaciones sociales de Serge Moscovici. [Artículo de Internet]. Universidad de Guadalajara, México. 2006. [Citado el 01 de Octubre de 2008] Disponible en Internet: <www.geocities.com/Paris/Rue/8759/mosco2.html>

PACHON, N; MORENO, G. ESTRATEGIAS PARTICIPATIVAS PARA LA RECREACIÓN COTIDIANA. “Una Propuesta De Educación Ciudadana” EN: Camping Taller Nacional de recreación CORPASAR “Por una cultura ciudadana hacia el desarrollo social y humano”. Pereira. Marzo de 2007.

PUIG, R. Josep Maria; TRILLAS, Jaume. La pedagogía del ocio. Editorial Laertes. Barcelona, 1996.

JACOBY, R. Enrique; BULL, Fiona; NEIMAN, Andrea. Cambios acelerados del estilo de vida obligan a fomentar la actividad física como prioridad en la Región de las Américas. Volumen 14. Octubre 31, 2003. p. 223-5

PEREZ, S. Aldo. Tiempo, tiempo libre y recreación y su relación con la calidad de vida y el desarrollo individual. Instituto Superior Manuel Fajardo. Cuba. VII Congreso Nacional de Recreación - II ELAREL. Cartagena de Indias, 2002

PICHARDO, J. Josafat. Los mapas conceptuales. En: Estudio exploratorio acerca del concepto de investigación. Universidad Pedagógica Experimental Libertador. 1997.

Plan Integral De Convivencia Ciudadela *Cuba*. *Comuna* 9. Pereira. 2008.

[Citado el: 16 de Octubre de 2008]. Disponible en Internet: <www.pfyaj.com>

RAMOS, F. Fundamentos de la recreación. Venezuela. Imprenta Instituto Pedagógico de Caracas. 1986

REPUBLICA DE COLOMBIA. Constitución Política de Colombia. 1991.

REPUBLICA DE COLOMBIA. Ministerio de Educación. Ley 181 de 1995

REPUBLICA DE COLOMBIA. Plan nacional de recreación 2.004 - 2.009.

RICO, A. Carlos. 2007. Recreación. Sanjose, Costa Rica. Editorial Universidad de Costa Rica, 2007. [Citado el: 23 de Octubre de 2008]. Disponible en Internet: <www.edufi.ucr.ac>

TREJOS, Jhon Jairo y col. Recreación Psicoterapéutica. Conceptos Básicos. Universidad Tecnológica de Pereira. 1° ed. Pereira (Colombia). 2005.

VENTOSA, Víctor. Ocio, cultura y tiempo libre. Manual de Monitor de Tiempo Libre. 1 ed. Madrid (España): CSS, 1998.

VILAS, Fabián. Conferencia Central. 5° Encuentro Internacional De Tiempo Libre Y Recreación. www.redcreacion.org/relareti/documentos/fvilas.html

VILLEGAS, Margarita. Estudio Exploratorio Acerca Del Concepto De Investigación. Un Caso de Futuros Profesores. Universidad Pedagógica Experimental Libertador. Instituto Pedagógico de Maracay Rafael A. Escobar Lara. 1997.

WAICHMAN, Pablo. Tiempo libre y recreación un desafío pedagógico. 1 ed. Armenia (Colombia): Kinesis, 2000.

WAICHMAN, A. Pablo. Tiempo Libre, Libertad Y Educación .Instituto Superior de Tiempo Libre y Recreación. Argentina. 2004

WIKIPEDIA. La Enciclopedia Libre. Artículo. [Citado el: 23 de Octubre de 2008]. Disponible en Internet: <es.wikipedia.org>

UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE PEREIRA. Explicación guía de proyectos de investigación, 2007.

ANEXOS

ANEXO A. Instrumento Adaptado



UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE PEREIRA
 FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
 PROGRAMA CIENCIAS DEL DEPORTE Y LA RECREACIÓN
 ALCALDÍA DE PEREIRA
 SECRETARÍA MUNICIPAL DE RECREACIÓN Y DEPORTE



"PRÁCTICAS Y CONCEPCIONES DE TIEMPO LIBRE, OCIO Y RECREACIÓN EN LOS DOCENTES DE EDUCACIÓN BÁSICA PRIMARIA DEL NÚCLEO EDUCATIVO 8 DE PEREIRA

Agradecemos su colaboración para el presente trabajo de investigación que pretende conocer qué entienden y qué realizan los docentes del núcleo educativo 8 de la ciudad de Pereira con relación a la recreación, el ocio y el uso que hacen de su tiempo libre y cómo impacta ello en sus dinámicas sociales y de comportamiento, y en la construcción de opciones saludables.

El objetivo de la presente investigación es: Describir cuáles son las prácticas y las concepciones de Tiempo Libre, Ocio y Recreación en los docentes de educación básica primaria del núcleo educativo número 8 de Pereira, en la búsqueda de implementar nuevas prácticas para los niños y el aprovechamiento de la recreación, el ocio y el tiempo libre, a través de los docentes.

1. INFORMACIÓN GENERAL

1.1 Institución educativa:			1.2 Grado que orienta:	
1.3 Pensionado: <input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No	1.4 Género: <input type="checkbox"/> M <input type="checkbox"/> F	1.5 Edad: _____	1.6 Estrato socioeconómico: <input type="checkbox"/> Bajo <input type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Alto Barrio: _____	1.7 Zona: <input type="checkbox"/> Rural <input type="checkbox"/> Urbana

2. REPRESENTACIÓN SOCIAL DEL CONCEPTO

Asocie los siguientes conceptos:	
1. Recreación	Es un estado del alma donde se desarrollan actividades libres, de no trabajo*
2. Ocio	Es un espacio cronológico útil para una vivencia de libertad, dominio y diversión*
3. Tiempo Libre	Actitud de placer, de libertad para volver a crearse, relacionada con el juego*

3. FRENTE A LAS PRÁCTICAS SOCIALES EN RECREACIÓN

3.1 ¿Practica alguna creencia religiosa?	Sí ___ No ___	Nº. Horas por semana:
3.2 ¿Asiste a Parques?	Sí ___ No ___	Nº. Horas por semana: ¿Cuál? _____
3.3 ¿Asiste a teatro?	Sí ___ No ___	Nº. Horas por semana: Género _____
3.4 ¿Asiste a Cines?	Sí ___ No ___	Nº. Horas por semana: ¿Cuál? _____
3.5 ¿Asiste a Centros Comerciales?	Sí ___ No ___	Nº. Horas por semana: ¿Cuál? _____

3.6 ¿Participa en juegos de mesa?	Sí ____ No ___	Nº. Horas por semana: ¿Cuál? _____
3.7 ¿Conoce programas o proyectos en recreación que se manejen en el municipio?	Sí ____ No ___ (vaya a la 3.7) (vaya a la 3.8)	¿Cuál? _____
3.8 ¿A través de qué medios de comunicación recibe usted información sobre recreación?	Escrito ____ Visual ____ Auditivo ____ Otra persona ____	Ninguno ____ Otro ____ ¿Cuál? _____
3.9 ¿Practica algún deporte?	Sí ____ No ___	Nº. Horas por semana: ¿Cuál? _____
3.10 ¿Practica algún tipo de actividad física?	Sí ____ No ___	Nº. Horas por semana: ¿Cuál? _____
3.11 ¿Sale a Bailar?	Sí ____ No ___	Nº. Horas por semana:
3.12 ¿Establece espacios para el diálogo?	Sí ____ No ___	Nº. Horas por semana:
3.13 ¿Escucha música?	Sí ____ No ___	Nº. Horas por semana:
3.14 ¿Comparte con sus compañeros de trabajo?	Sí ____ No ___	Nº. Horas por semana:
3.15 ¿Visita parques recreacionales?	Sí ____ No ___	Nº. Horas por semana: ¿Cuál? _____
3.16 ¿Sale a pasear?	Sí ____ No ____	Nº. Horas por semana: ¿Dónde? _____

4. REPRESENTACION SOCIAL Y PRÁCTICA DEL CONCEPTO

Asocie los siguientes conceptos:		
1. Recreación		Experiencia de disfrute voluntaria que implica temporalidad, intencionalidad y organización, generando satisfacción hacia el propio yo*
2. Ocio		Experiencia de libertad y un estado mental, de libre elección en el tiempo propio*
3. Tiempo Libre		Modo del tiempo social de participación voluntaria, de actividades de no trabajo*

5. FRENTE A LAS PRÁCTICAS SOCIALES EN OCIO

5.1 ¿Tiene un trabajo adicional y/o diferente al de docente?	Sí ___ No ___	Nº. Horas por semana: ¿Cuál? _____
5.2 ¿Estudia otros idiomas?	Sí ____ No ___	Nº. Horas por semana: ¿Cuál? _____
5.3 ¿Realiza otros estudios de carácter técnico?	Sí ____ No ___	Nº. Horas por semana: ¿Cuál? _____
5.4 ¿Asiste a Café Internet?	Sí ____ No ___	Nº. Horas por semana:
5.5 ¿Lidera grupos juveniles?	Sí ____ No ___	Nº. Horas por semana:
5.6 ¿Participa en grupos artísticos?	Sí ____ No ___	Nº. Horas por semana:
5.7 ¿Participa en grupos musicales?	Sí ____ No ___	Nº. Horas por semana:
5.8 ¿Pertenece a un grupo o un club acorde con su edad?	Sí ____ No ___	Nº. Horas por semana: ¿Cuál? _____
5.9 ¿Ve televisión?	Sí ____ No ___	Nº. Horas por semana:
5.10 ¿Escucha música?	Sí ____ No ___	Nº. Horas por semana:
5.11 ¿Establece espacios para la	Sí ____ No ___	Nº. Horas por semana:

lectura?		
5.12 ¿Establece espacios para la producción literaria?	Sí ____ No ___	Nº. Horas por semana:
5.13 ¿Le gusta escuchar historias cómicas?	Sí ____ No ___	<input type="checkbox"/> Chistes <input type="checkbox"/> Cuentaría <input type="checkbox"/> Otro_____
5.14 ¿Tiene algún pasatiempo?	Si ____ No ___	Nº. Horas por semana: ¿Cuál? _____

6. REPRESENTACIÓN SOCIAL Y PRÁCTICA DEL CONCEPTO

Asocie el concepto con las actividades:

1. Recreación	Escuchar música, lo artístico, auto formarse, socializarse*
2. Ocio	Actividades de no trabajo, ausencia de obligaciones, de trascendencia y desarrollo personal*
3. Tiempo Libre	Actividades para el descanso, la libertad, autonomía e independencia*

*Gerlero Julia C. ¿Ocio, tiempo libre y recreación? Primera Edición. Editorial Educo. Neuquén (Argentina) 2004

7. FRENTE A LAS PRÁCTICAS SOCIALES DE TIEMPO LIBRE

7.1 ¿Duerme ocasionalmente en el día?	Sí ___ No___	Nº. Horas por semana:
7.2 ¿Utiliza su tiempo libre para comer lo que le gusta?	Sí ___ No___	Nº. Horas por semana:
7.3 ¿Asiste a lugares para el esparcimiento?	Sí____ No ___	Nº. Horas por semana: ¿Cuál? _____
7.4 ¿Practica algún deporte?	Sí ____ No ___	Nº. Horas por semana: ¿Cuál? _____
7.5 ¿Le gusta estar en su tiempo libre en el aula de clase?	Sí ___ No___	Nº. Horas por semana:
7.6 ¿Participa en grupos y/o voluntariados?	Sí____ No ___	Nº. Horas por semana: ¿Cuál? _____
7.7 ¿Hace uso de Videojuegos?	Sí ____ No ___	Nº. Horas por semana:
7.8 ¿Utiliza su tiempo libre para compartir con alguien en la institución?	Sí____ No ___	Nº. Horas por semana: ¿Quién?_____
7.9 ¿Plantea usted actividades extras para los estudiantes en su tiempo libre?	Sí____ No ___	Nº. Horas por semana:
7.10 ¿Utiliza su Tiempo libre al interior de la Institución donde labora?	Sí____ No ___	Nº. Horas por semana:
7.11 ¿Frecuenta lugares de la institución en su tiempo libre?	Sí____ No ___	Nº. Horas por semana: ¿Cuál? _____
7.12 ¿En qué momentos del día usa su tiempo libre?	<input type="checkbox"/> Mañana <input type="checkbox"/> Tarde <input type="checkbox"/> Noche	Nº. Horas por semana:
7.13 ¿Utiliza su tiempo libre para dedicarse a los quehaceres del hogar?	Sí____ No ___	Nº. Horas por semana:

8. REPRESENTACION SOCIAL DEL CONCEPTO

Asocie los siguientes conceptos:	
1. Recreación	Es el uso constructivo que el ser humano hace de él... en funciones básicas el descanso, la diversión, el complemento de la formación, la socialización, la creatividad, el desarrollo personal, la liberación en el trabajo y la recuperación psico biológica*
2. Ocio	Un proceso de acción participativa y dinámica que facilita entender la vida como una vivencia de disfrute, creación y libertad, en el pleno desarrollo de las potencialidades del ser humano para su realización y mejoramiento de la calidad de vida individual y social, mediante la práctica de actividades físicas o intelectuales de esparcimiento*
3. Tiempo Libre	Es un espacio creativo, de expansión de la personalidad, de contenido lúdico, formativo, auto expresivo y de salud en sus acepciones de bienestar, físico, psíquico y social

*Gerlero Julia C. ¿Ocio, tiempo libre y recreación? Primera Edición. Editorial Educo. Neuquén (Argentina) 2004

*Ley 181 de 1995, ley General del Deporte. Artículo 5.

ENCUESTADOR Y SISTEMATIZADORES:

- MARIA VICTORIA HIGUITA VALENCIA
- LAURENT MARCELA OSORIO CIFUENTES



ANEXO B. Instrumento Recomendado.



UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE PEREIRA
 FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
 PROGRAMA CIENCIAS DEL DEPORTE Y LA RECREACIÓN
 ALCALDÍA DE PEREIRA
 SECRETARÍA MUNICIPAL DE RECREACIÓN Y DEPORTE



"CONCEPTOS Y PRÁCTICAS SOCIALES DE RECREACIÓN, OCIO Y TIEMPO LIBRE EN LOS DOCENTES DE EDUCACIÓN BÁSICA PRIMARIA DEL NÚCLEO EDUCATIVO 8 DE PEREIRA"

Agradecemos su colaboración para el presente trabajo de investigación que pretende conocer qué entienden y qué realizan los docentes del núcleo educativo 8 de la ciudad de Pereira con relación a la recreación, el ocio y el uso que hacen de su tiempo libre y cómo impacta ello en sus dinámicas sociales y de comportamiento, y en la construcción de opciones saludables.

El objetivo de la presente investigación es: Describir cuáles son los conceptos y prácticas sociales de Recreación, Ocio y Tiempo Libre en los docentes de educación básica primaria del núcleo educativo número 8 de Pereira, en la búsqueda de implementar nuevas prácticas para los niños y el aprovechamiento de la recreación, el ocio y el tiempo libre, a través de los docentes.

4. INFORMACIÓN GENERAL

1.1 Institución educativa:				
1.2 Pensionado: <input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No	1.3 Género: <input type="checkbox"/> M <input type="checkbox"/> F	1.4 Edad: ____	1.5 Estrato socioeconómico: <input type="checkbox"/> Bajo <input type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Alto Barrio: _____	1.6 Zona: <input type="checkbox"/> Rural <input type="checkbox"/> Urbana

2. RELACIÓN DE

CONCEPTOS	PRÁCTICAS
<ul style="list-style-type: none"> • PARTICIPACIÓN • DINAMISMO • DISFRUTE • CREACIÓN • LIBERTAD • CALIDAD DE VIDA • INDIVIDUAL • SOCIAL • ACT. DLLO. DE POTENCIALIDADES • INTELLECTUAL • ESPARCIMIENTO • ACTITUD • APTITUD • SATISFACCIÓN NECESIDAD PERSONAL • ELECCIÓN AUTÓNOMA • DLLO. LIBRE • DESCANSO • DIVERTIMIENTO • ESPACIO NECESARIO • INTEGRIDAD PERSONAL • PROCESO DE DLLO. • REMUNERADOS O NO • ACT. VOLUNTARIA • SIN PRESIONES • TIEMPO LABORAL 	<ul style="list-style-type: none"> • VISITA CENTROS CULTURALES • DEPORTE Y/O ACT. FISICA • TIENE ALGÚN PASATIEMPO • LUGARES DE ESPARCIMIENTO •

	RECREACIÓN	OCIO	TIEMPO LIBRE
CONCEPTOS			
PRÁCTICAS			

ANEXO C. Fichero Lúdico “Programa Educativo”

FICHAS LÚDICAS
PROGRAMA EDUCATIVO “PROYECTANDO”
SECRETARÍA MUNICIPAL DE RECREACIÓN Y DEPORTE
UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE PEREIRA
FICHA nº 1



NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: SALPICÓN

OBJETIVO: Esta dinámica permite ejercitar la memoria, la concentración, la direccionalidad y el conocimiento de un tema o del grupo.

NÚMERO DE PARTICIPANTES: grupos numerosos, más de 10 personas.

TIEMPO DE DURACIÓN: El tiempo que requiere esta actividad depende de lo numeroso que sea el grupo.

ESPACIO REQUERIDO: Preferiblemente en un lugar espacioso, donde el grupo pueda formarse en círculo.

APTO PARA NIÑOS Y ADULTOS.

DESCRIPCIÓN: la actividad consiste en formar el grupo en círculo, preferiblemente sentados. El juego tiene unas coordenadas que son explicadas a los participantes. Se puede elegir al azar a uno de ellos para que comience la actividad por medio de otro juego como el tingo tango, o simplemente que empiece algún voluntario. La persona que comienza el juego, señala a uno de sus compañeros diciendo, por ej. Limón- Limón. Quien es señalado debe decir el nombre de la persona que está a su derecha, si ésta se equivoca pasa a tomar el lugar de quien comenzó el juego, y así sucesivamente. Las coordenadas son las siguientes:

DERECHA: Limón-Limón (NOMBRAR AL COMPAÑERO DE LA DERECHA)

IZQUIERDA: Naranja-Naranja (NOMBRAR AL COMPAÑERO DE LA IZQUIERDA)

QUIEN ES SEÑALADO: Mango- Mango (NOMBRARSE ÉL MISMO)

SALPICÓN: Todos deben cambiar de puesto.

ORGANIZACIÓN: La actividad la inicia alguien elegida al azar o algún voluntario. Deben comenzar en círculo.

VARIANTES: EL juego es muy útil en aquellas personas que apenas se están conociendo, de igual forma se puede llevar a cabo en otras temáticas, pues no necesariamente debe ser con nombres, las personas pueden representar personajes históricos, países y más.

RECURSOS: Todos los participantes

FICHAS LÚDICAS
PROGRAMA EDUCATIVO "PROYECTANDO"
SECRETARÍA MUNICIPAL DE RECREACIÓN Y DEPORTE
UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE PEREIRA
FICHA nº 2



NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: STOP

OBJETIVO: Este tipo de dinámica permite que los participantes desarrollen agilidad mental. Evalúa ortografía y el conocimiento sobre un tema.

NÚMERO DE PARTICIPANTES: de 2 a más participantes.

TIEMPO DE DURACIÓN: El tiempo está determinado por el responsable de la actividad, se detiene cuando cree cumplido el objetivo o cuando los participantes presenten fatiga por el mismo.

ESPACIO REQUERIDO: Un salón, una casa, un parque, en fin, en cualquier lugar se puede realizar.

APTO PARA NIÑOS Y ADULTOS.

DESCRIPCIÓN: esta dinámica consiste en que los participantes tomen una hoja y un lapicero; la hoja será dividida en varias columnas con características diferentes (nombre, ciudad, color). En la primera columna va la letra, determinada por el responsable del juego. Al decir Ya!!! Se da comienzo al juego y gana quien termine primero la fila, cuando lo haya hecho, grita STOP!!!. Se deben tener en forma correcta todas las palabras, con buena ortografía. Si se tiene una palabra correcta tendrá un valor de 100 puntos, si tiene una palabra repetida con algún compañero tendrá 50 puntos. Finalmente ganará el juego quien obtenga mayor puntaje.

ORGANIZACIÓN: Puede dar inicio al juego cualquiera de los participantes, a partir de ahí tendrá privilegio en elegir la letra que se jugará quien lleve mayor puntaje.

VARIANTES: Para el programa educativo fueron evaluados los conceptos de recreación, ocio y tiempo libre. Los docentes pueden evaluar por medio de éste juego operaciones matemáticas o cualquier otro tema de interés, español, sociales, etc.

RECURSOS: hojas de cuaderno y lapiceros.

FICHAS LÚDICAS
PROGRAMA EDUCATIVO "PROYECTANDO"
SECRETARÍA MUNICIPAL DE RECREACIÓN Y DEPORTE
UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE PEREIRA
FICHA nº 3



NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: EN SILENCIO

OBJETIVO: En esta actividad se evalúan, el trabajo en equipo, la comprensión sobre un tema y el reto, como desarrollarlo todo el tiempo en silencio.

NÚMERO DE PARTICIPANTES: preferiblemente un grupo numeroso. Más de 10 personas.

TIEMPO DE DURACIÓN: la duración de la actividad está determinada por el tiempo que demore el grupo en comunicarse y formar la frase.

ESPACIO REQUERIDO: idealmente un lugar amplio, para que las personas se muevan fácilmente, como un aula de clase.

APTO PARA NIÑOS Y ADULTOS.

DESCRIPCIÓN: La actividad consiste en que el grupo debe formar una frase, según un tema anteriormente estudiado, la idea es que cada participante debe tener pegada a su pecho una cartulina que tenga una palabra que haga parte de la frase. El objetivo es formar la frase, en silencio y en el menor tiempo posible.

ORGANIZACIÓN: El responsable del grupo, los organiza en fila y les pega las cartulinas donde en cada una hay una palabra y unidas forman una frase, deben estar en desorden para que ellos la organicen. Al momento de empezar a organizar la frase deben formar un círculo, debe estar incluida la palabra que define el concepto.

VARIANTES: Cuando son grupos muy numerosos se pueden formar varias frases para hacerlo más complejo, de igual forma se pueden incluir palabras que no tengan nada que ver con el concepto para aumentar el grado de dificultad.

RECURSOS: cartulinas de colores cortadas en rectángulos, marcador y cinta.

FICHAS LÚDICAS
PROGRAMA EDUCATIVO "PROYECTANDO"
SECRETARÍA MUNICIPAL DE RECREACIÓN Y DEPORTE
UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE PEREIRA
FICHA nº 4



NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: FRASES INCOMPLETAS

OBJETIVO: esta dinámica permite estar al tanto de los conocimientos o ideas que tenga cada uno de los participantes sobre un tema.

NÚMERO DE PARTICIPANTES: preferiblemente un grupo numeroso. Más de 10 personas.

TIEMPO DE DURACIÓN: el final de la actividad se da depende del número de participantes. Aproximadamente 15 a 20 minutos en un grupo de más de 10 participantes.

ESPACIO REQUERIDO: se puede hacer en un lugar cerrado, donde quepan ampliamente los participantes

APTO PARA NIÑOS Y ADULTOS.

DESCRIPCIÓN: esta dinámica consiste en que el responsable de la actividad hace en un papelito por participante, una frase incompleta, la idea es que al momento de repartirla a cada uno, estos la completen con lo que piensan sobre el tema. Por ej. Pienso que el número de horas adecuadas para dormir son....

ORGANIZACIÓN: Puede estar cada uno en su silla sentado sin necesidad que sea en mesa redonda, lo ideal es que todos tengan una frase que completar. Al momento de leer cada una de las frases ya completas, lo puede hacer quien dirige la actividad, o también para que nadie sepa quién es el autor de la respuesta se pueden todos los papelitos en una bolsita y cada uno puede tomar una frase al azar y leerla en voz alta, para proseguir a la discusión del tema.

VARIANTES: Es ideal para utilizar en las instituciones educativas para que los docentes evalúen en forma diferente y distractora el dominio de un tema de clase. Tener en cuenta que es un juego.

RECURSOS: papel bond cortado en cuadritos, lapicero, ambos por cada uno de los participantes, una bolsa plástica, sillas y salón.

FICHAS LÚDICAS
PROGRAMA EDUCATIVO "PROYECTANDO"
SECRETARÍA MUNICIPAL DE RECREACIÓN Y DEPORTE
UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE PEREIRA
FICHA nº 5

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: CÓMO COMO

OBJETIVO: este es un ejercicio que permite evaluar los hábitos alimenticios de las personas e ilustrar cuáles son los adecuados.

NÚMERO DE PARTICIPANTES: puede llevarse a cabo en grupos pequeños o grandes.

TIEMPO DE DURACIÓN: 20 minutos aproximadamente.

ESPACIO REQUERIDO: se requiere de un espacio donde los participantes estén cómodos, con luz adecuada y que cuente preferiblemente con un tablero.

APTO PARA NIÑOS Y ADULTOS.

DESCRIPCIÓN: el responsable de la actividad escribe en cada cartulina un alimento, lo ideal es que exista una buena cantidad de éstas para tener de todas las opciones. En el tablero se hacen dos cuadros con tres columnas, cada uno; en la primera columna dice cantidad, en la segunda alimento y en la tercera, frecuencia. Estos cuadros representarán una comida del día.

El grupo en general, dividido en equipos escoge un representante. Cada equipo debe seleccionar los alimentos que más consumen según la comida del día que se les ha pedido organizar.

El representante de un equipo sale al tablero y debe escribir en la primera columna la cantidad, en la segunda columna pone las cartulinas de los alimentos elegidos y en la tercera la frecuencia con que los consume.

El resto del grupo debe discutir lo que eligió éste equipo y mejorar el menú convirtiéndolo en uno saludable.

ORGANIZACIÓN: Para la selección de los equipos debe hacerse al azar, sí el grupo es muy pequeño pueden dividirse en 3 equipos cada uno representará, el desayuno, el almuerzo o la cena. Si el grupo es muy grande, se dividen en cinco para que representen además la media mañana o la media tarde.

VARIANTES: Este ejercicio no sólo es útil con los alimentos, se puede cambiar el tema, según el interés de la clase.

RECURSOS: tablero, marcador borrable, cartulinas en rectángulos, marcador, cinta.

DESAYUNO

MENÚ ACOSTUMBRADO

CANTIDAD	ALIMENTO	FRECUENCIA
2	HUEVO	DIARIO

MENÚ RECOMENDADO

CANTIDAD	ALIMENTO	FRECUENCIA
1	HUEVO	4 SEMANA

FICHAS LÚDICAS
PROGRAMA EDUCATIVO "PROYECTANDO"
SECRETARÍA MUNICIPAL DE RECREACIÓN Y DEPORTE
UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE PEREIRA
FICHA nº 6



NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: MENSAJE VA, MENSAJE VIENE

OBJETIVO: esta actividad permite a los participantes comunicarse, sin tener que hacerlo frente a frente, permite romper el hielo ante una situación y logra mayor cohesión grupal.

NÚMERO DE PARTICIPANTES: puede realizarse tanto en grupos pequeños como grandes.

TIEMPO DE DURACIÓN: 20 minutos aproximadamente.

ESPACIO REQUERIDO: se puede hacer en un lugar cerrado, donde quepan ampliamente los participantes.

APTO PARA NIÑOS Y ADULTOS.

DESCRIPCIÓN: se le pide a cada uno de los participantes que escriba en un papel el nombre de una persona (o de varias) a quien quiere decirle o preguntarle algo, que por timidez u otras razones, nunca antes lo ha hecho personalmente.

Cada papelito se pone en una bolsa para ser leído en voz alta. Queda claro que la persona que escribe el mensaje no pone su nombre.

ORGANIZACIÓN: Los participantes pueden estar dispersos en todo el lugar par mayor privacidad al momento de escribir el mensaje. La persona responsable de la actividad reparte un papelito en blanco a cada participante, y al finalizar todos de escribir, los pone en una bolsita. Pueden repartirse al azar para leerlos en voz alta.

VARIANTES: De esta manera, los mismos estudiantes se pueden evaluar sobre un tema visto en clase, sin la intervención del docente, pues ellos mismos lanzan una pregunta a alguien y ésta debe responder.

RECURSOS: papel bond cortado en cuadritos, lapicero, ambos por cada uno de los participantes, una bolsa plástica, sillas y salón.

Secretaría Municipal de
Recreación y Deporte

FICHAS LÚDICAS
PROGRAMA EDUCATIVO "PROYECTANDO"
SECRETARÍA MUNICIPAL DE RECREACIÓN Y DEPORTE
UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE PEREIRA
FICHA nº 7



NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: CUENTA UNA HISTORIA

OBJETIVO: sirve para medir la creatividad e imaginación del grupo, su comprensión, redacción, y ortografía.

NÚMERO DE PARTICIPANTES: puede realizarse tanto en grupos pequeños como grandes.

TIEMPO DE DURACIÓN: 20 minutos aproximadamente.

ESPACIO REQUERIDO: se puede hacer en un lugar cerrado, donde quepan ampliamente los participantes.

APTO PARA NIÑOS Y ADULTOS.

DESCRIPCIÓN: la persona responsable del grupo, en una hoja de papel empieza una historia con una breve frase, por ej. Erase una vez un elefante rosado que iba por la ciudad....

Quien comienza la frase debe pasar la hoja a un compañero para que siga la historia con otra frase, y así sucesivamente.

ORGANIZACIÓN: Se pueden los participantes hacer en fila para que se siga un orden.

VARIANTES: El responsable de la actividad puede hacer un listado de diferentes palabras en el tablero, así cada uno debe usar una de las palabras para formar su frase.

RECURSOS: una hoja de papel bond, un lapicero.

Secretaría Municipal de
Recreación y Deporte

FICHAS LÚDICAS
PROGRAMA EDUCATIVO "PROYECTANDO"
SECRETARÍA MUNICIPAL DE RECREACIÓN Y DEPORTE
UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE PEREIRA
FICHA nº 8



NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: TIO Y SOBRINO

OBJETIVO: este es un ejercicio que permite evaluar en un grupo cuánto se conocen y qué imagen tienen cada uno de sí mismos.

NÚMERO DE PARTICIPANTES: puede realizarse tanto en grupos pequeños como grandes.

TIEMPO DE DURACIÓN: 20 minutos aproximadamente.

ESPACIO REQUERIDO: se puede hacer en un lugar cerrado, donde quepan ampliamente los participantes.

APTO PARA NIÑOS Y ADULTOS.

DESCRIPCIÓN: a cada uno de los participantes se le entrega una hoja donde escribirán una pequeña carta a un tío que nunca han visto. El objetivo es que en la carta cada uno se describa muy bien pero sin llegar a firmarla, pues estas cartas, posteriormente, serán leídas al azar y el grupo debe descubrir a quien pertenece.

ORGANIZACIÓN: EL responsable de la actividad entrega una hoja a cada participante, éstos últimos pueden estar dispersos por todo el lugar, cada uno debe comenzar la carta diciendo Querido Tío... y hablar de características físicas, hobbies, gustos, opiniones y más.

VARIANTES: Se puede utilizar en una clase de historia, donde cada participante debe hablar sobre un personaje histórico y todos deben descubrir cuál es.

RECURSOS: papel bond pequeño, lapicero, ambos por cada uno de los participantes, una bolsa plástica, sillas y salón.

Secretaría Municipal de
Recreación y Deporte

FICHAS LÚDICAS
PROGRAMA EDUCATIVO "PROYECTANDO"
SECRETARÍA MUNICIPAL DE RECREACIÓN Y DEPORTE
UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE PEREIRA
FICHA nº 9



NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: CAZADORES, SABUESOS Y VENADOS

OBJETIVO: esta actividad permite activar las energías del grupo, al mismo tiempo se evalúa disposición, participación y trabajo en equipo. Es útil en actividades de calentamiento.

NÚMERO DE PARTICIPANTES: realizarse en grupos grandes.

TIEMPO DE DURACIÓN: 15 a 20 minutos aproximadamente.

ESPACIO REQUERIDO: es importante para esta actividad espacio amplio, ojalá en campo abierto.

APTO PARA NIÑOS Y ADULTOS.

DESCRIPCIÓN: El grupo debe estar dividido en tres equipos, el equipo 1 serán los cazadores, el equipo 2 los sabuesos y el equipo 3 los venados. Los venados deben esconderse, los sabuesos van y los buscan y llaman a los cazadores para que los atrape. Cuando el sabueso avise que ha visto el venado debe aullar para que el cazador lo escuche. El venado puede escapar si se entera que lo descubrieron, pero no se debe dejar atrapar.

ORGANIZACIÓN: Los equipos se escogen al azar, puede ser simplemente enumerarse de 1 a 3. Los sabuesos y cazadores deben trabajar en equipo, lo ideal es que escojan cuál va a ser su sabueso o cazador para que el trabajo sea más efectivo. Triunfa el equipo que mayor número de venados atrape.

VARIANTES: Se les puede colocar un tiempo determinado para encontrar los venados, así se le puede dar ventaja a éstos últimos.

RECURSOS: los participantes y un lugar amplio.

Secretaría Municipal de
Recreación y Deporte

FICHAS LÚDICAS
PROGRAMA EDUCATIVO "PROYECTANDO"
SECRETARÍA MUNICIPAL DE RECREACIÓN Y DEPORTE
UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE PEREIRA
FICHA n° 10



NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: EL MUNDO AL REVÉS

OBJETIVO: este es un ejercicio ideal para medir la concentración de los participantes, de igual forma ayuda a desestresarlos y hacerlos reír. Es útil para realizar movilidad articular.

NÚMERO DE PARTICIPANTES: puede realizarse tanto en grupos pequeños como grandes.

TIEMPO DE DURACIÓN: 5 minutos aproximadamente.

ESPACIO REQUERIDO: se puede hacer en un lugar cerrado, donde quepan ampliamente los participantes.

APTO PARA NIÑOS Y ADULTOS.

DESCRIPCIÓN: este es un juego corto, sólo consiste en dar unas órdenes a los participantes y ellos deben hacer todo lo contrario. Por ej. Si dice manos arriba, ellos las deben tener abajo.

ORGANIZACIÓN: Los participantes deben estar mirando al frente al responsable de la actividad y deben despojarse de todo objeto que los limite a hacer la actividad.

VARIANTES: Cuando se hace en campo abierto pueden exigirse actividades de mucho movimiento.

RECURSOS: participantes.

Secretaría Municipal de
Recreación y Deporte

FICHAS LÚDICAS
PROGRAMA EDUCATIVO "PROYECTANDO"
SECRETARÍA MUNICIPAL DE RECREACIÓN Y DEPORTE
UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE PEREIRA
FICHA nº 11



NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: VELOCIDAD

OBJETIVO: esta actividad permite evaluar el trabajo en equipo, comunicación, estrategia y el liderazgo que puede existir en el grupo, así mismo se mide el aporte individual que da cada participante.

NÚMERO DE PARTICIPANTE: preferiblemente en grupos grandes, más de 10 participantes.

TIEMPO DE DURACIÓN: 15 minutos aproximadamente.

ESPACIO REQUERIDO: se puede hacer en un lugar cerrado, donde quepan ampliamente los participantes.

APTO PARA NIÑOS Y ADULTOS.

DESCRIPCIÓN: El grupo se puede formar en círculo, fila o hilera, lo importante es que la figura que formen no se deforme al momento de hacer el ejercicio. Se pueden pasar cualquier tipo de objeto, en este caso, una pelota. La idea es que deben pasársela con una parte del cuerpo, la cual es elegida con anterioridad por el responsable del grupo, pero nunca deben intervenir las manos. Si la pelota cae, deben volver a empezar desde el punto de partida, esto hasta que logren pasarla a todos los participantes. Deben hacer esto en el menor tiempo posible.

ORGANIZACIÓN: El responsable de la actividad pone las reglas de juego antes de comenzar, después de esto no debe intervenir, el grupo solo, debe crear sus estrategias y buscar soluciones ante inconvenientes.

VARIANTES: El objeto a pasarse puede variar de complejidad, más pequeño, más deforme, etc. De igual forma la posición y las partes del cuerpo para pasarse la pelota varían, con las piernas, las caderas, la cabeza, sentados, acostados, parados, o hasta con los ojos vendados.

RECURSOS: una pelota, participantes.

FICHAS LÚDICAS
PROGRAMA EDUCATIVO "PROYECTANDO"
SECRETARÍA MUNICIPAL DE RECREACIÓN Y DEPORTE
UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE PEREIRA
FICHA nº 12



NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: PASAR LA CUERDA

OBJETIVO: esta actividad permite evaluar el trabajo en equipo, comunicación, estrategia y el liderazgo que puede existir en el grupo, así mismo se mide el aporte individual que da cada participante. Es importante también la atención que ponen al momento de explicar el ejercicio

NÚMERO DE PARTICIPANTES: preferiblemente en grupos grandes.

TIEMPO DE DURACIÓN: 15 minutos aproximadamente. El tiempo depende de la comunicación y el trabajo en equipo.

ESPACIO REQUERIDO: se debe hacer en lugar amplio, como un parque o una cancha. El terreno debe ser uniforme.

APTO PARA NIÑOS Y ADULTOS.

DESCRIPCIÓN: Esta es una actividad que consiste en pasar la cuerda en diferentes formas, de lo más simple a lo más complejo.

1. Se da la orden que dos personas en cada punta de la cuerda deben sostenerla, todos deben pasarla. (poner atención desde este punto, por lo general los participantes hacen cosas que no se les ordena, como por ejemplo, batir la cuerda, ponerla alta, así mismo tener en cuenta que cuando se dice que todos deben pasarla, incluye las personas que la sostienen. Pasado este punto deben hacer lo siguiente:
2. La cuerda se va a batir, todos deben pasarla sin saltar.
3. La cuerda se bate, todos deben pasar saltando, no puede repetir quien salte, la cuerda nunca debe estar sola (siempre debe estar alguien saltando)

Si se cumple todo lo anterior y todos pasan, la prueba se termina, de lo contrario deben comenzar desde el principio.

ORGANIZACIÓN: Lo ideal primero es tener seguro que ninguno va a correr algún riesgo de caerse o lastimarse. Las estrategias deben ser creadas por los participantes, pues el responsable sólo vigila que las reglas se cumplan, en lo demás no debe intervenir.

VARIANTES: El nivel de complejidad es importante, se pueden agregar tantos como sea posible.

RECURSOS: una cuerda, si el grupo es numeroso debe ser aproximadamente de 12 mts. Participantes.

FICHAS LÚDICAS
PROGRAMA EDUCATIVO "PROYECTANDO"
SECRETARÍA MUNICIPAL DE RECREACIÓN Y DEPORTE
UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE PEREIRA
FICHA nº 13



NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: ANTIGRAVEDAD

OBJETIVO: Además de ser una actividad de reto grupal, les permite relajarse y divertirse.

NÚMERO DE PARTICIPANTE: preferiblemente en grupos grandes, más de 10 participantes.

TIEMPO DE DURACIÓN: 15 minutos aproximadamente.

ESPACIO REQUERIDO: realizarlo en una cancha o un parque, preferiblemente

APTO PARA NIÑOS Y ADULTOS.

DESCRIPCIÓN: Todo el grupo formado en círculo, debe pasarse una pequeña pelota, que sea liviana, con las únicas dos reglas, que no puede caer al suelo, y debe nombrarse el compañero al que se le va a pasar la pelota antes de lanzársela. Lo interesante de la actividad es que de repente, el responsable de la actividad saca otra pelota, ésta también se debe lanzar y así sucesivamente hasta completar 12 pelotas. Todo se va volviendo un desorden completo, donde hay muchas risas y diversión.

ORGANIZACIÓN: Deben pasarse las pelotas sin dar aviso a los participantes, para que sea una completa sorpresa para ellos y así sea más divertido.

VARIANTES: las pelotas se pueden ver reemplazadas por otros materiales, como el periódico enrollado en bolitas, lo importante es que no haya ningún riesgo para los participantes.

RECURSOS: 12 pelotas pequeñas aproximadamente (ojalá de piscina de pelotas).

Secretaría Municipal de
Recreación y Deporte

FICHAS LÚDICAS
PROGRAMA EDUCATIVO "PROYECTANDO"
SECRETARÍA MUNICIPAL DE RECREACIÓN Y DEPORTE
UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE PEREIRA
FICHA nº 14



NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: El cuadrado perfecto.

OBJETIVO: evaluar la comunicación y la agilidad en un grupo, es útil para calentamiento, previo a la actividad central.

NÚMERO DE PARTICIPANTE: preferiblemente en grupos grandes, más de 10 participantes.

TIEMPO DE DURACIÓN: 5 minutos aproximadamente.

ESPACIO REQUERIDO: realizarlo en una cancha o un parque, preferiblemente.

APTO PARA NIÑOS Y ADULTOS.

DESCRIPCIÓN: El responsable del grupo ordena a los participantes formarse en un cuadrado lo más posiblemente perfecto, el responsable se ubica en el medio del cuadrado, la idea es que éste se desplace rápidamente por todo el lugar, el grupo debe seguirlo, manteniendo en forma el cuadrado perfecto.

ORGANIZACIÓN: La actividad sólo comienza cuando el grupo en su totalidad haya formado el cuadrado, se termina cuando los participantes lo deseen.

VARIANTES: Si el grupo es muy grande puede dividirse en subgrupos, dando la posibilidad de que éstos choquen y se confundan un poco.

RECURSOS: participantes y un lugar espacioso.

Secretaría Municipal de
Recreación y Deporte

FICHAS LÚDICAS
PROGRAMA EDUCATIVO "PROYECTANDO"
SECRETARÍA MUNICIPAL DE RECREACIÓN Y DEPORTE
UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE PEREIRA
Ficha N° 15



NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: primera impresión.

OBJETIVO: es una actividad divertida, permite distencionar y percibir actitud grupal.

NÚMERO DE PARTICIPANTE: preferiblemente en grupos grandes, más de 10 participantes.

TIEMPO DE DURACIÓN: 10 minutos aproximadamente.

ESPACIO REQUERIDO: se puede realizar en lugar abierto o cerrado.

APTO PARA NIÑOS Y ADULTOS.

DESCRIPCIÓN: El responsable de la actividad diseña una tarjeta por cada participante, donde haya un mensaje que describa un personaje o una situación que pueda presentar alguien. Posterior a esto, se pega en la espalda de cada uno la tarjeta. Todos se leen que dice en cada uno de sus compañeros y deben tratarlo a hacer algún comentario al respecto para que éste pueda descubrir qué dice en su tarjeta.

ORGANIZACIÓN: La regla principal es que no deben decirse entre ellos qué dice exactamente en la tarjeta, de igual forma se debe procurar no manejar mensajes muy fuertes que puedan ofender o incomodar a alguien.

VARIANTES: En el ámbito escolar es una excelente actividad, pues se puede trabajar con un tema visto en clase y así evaluarlo de manera creativa.

RECURSOS: una cartulina pequeña por cada participante, cinta, marcador.

Secretaría Municipal de
Recreación y Deporte

FICHAS LÚDICAS
PROGRAMA EDUCATIVO "PROYECTANDO"
SECRETARÍA MUNICIPAL DE RECREACIÓN Y DEPORTE
UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE PEREIRA
FICHA nº 16



NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: si puedes oírme.

OBJETIVO: permite evaluar la concentración y la atención en clase.

NÚMERO DE PARTICIPANTE: preferiblemente en grupos grandes, más de 10 participantes.

TIEMPO DE DURACIÓN: 1 minuto aproximadamente.

ESPACIO REQUERIDO: realizarlo en el aula de clase.

APTO PARA NIÑOS Y ADULTOS.

DESCRIPCIÓN: Debido a que al iniciar una actividad los participantes pueden estar dispersos y distraídos, el responsable del grupo para enfocar la atención simplemente dice la frase: "si puedes oírme aplaude una vez" inmediatamente lo hará quien realmente esté atento, lo cual puede llamar la atención de los demás. La actividad finaliza cuando todos terminen aplaudiendo.

ORGANIZACIÓN: Se puede advertir al grupo que en cualquier momento puede llevarse a cabo esta actividad, lo que hace que los participantes estén más atentos en cuanto ésta se dé.

VARIANTES: A medida que aumenta las personas que responden ante el mensaje, así mismo aumenta la cantidad de aplausos.

RECURSOS: participantes.

FICHAS LÚDICAS
PROGRAMA EDUCATIVO "PROYECTANDO"
SECRETARÍA MUNICIPAL DE RECREACIÓN Y DEPORTE
UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE PEREIRA
FICHA nº 17



NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Calentamiento.

OBJETIVO: preparar al cuerpo para una actividad central que implique mucho movimiento.

NÚMERO DE PARTICIPANTE: 1 o más personas.

TIEMPO DE DURACIÓN: 15 minutos aproximadamente.

ESPACIO REQUERIDO: realizarlo en una cancha o un parque, preferiblemente.

APTO PARA NIÑOS Y ADULTOS.

DESCRIPCIÓN: El calentamiento consta de tres actividades:

Movilidad Articular: se realiza en orden, de arriba hacia abajo (céfalo-caudal) o de abajo hacia arriba (caudo-craneal), donde se implique todo tipo de movimiento como rotación, flexión o extensión de cada una de las articulaciones con un mínimo de 12 repeticiones para cada articulación.

Elevación de los valores basales: permita aumentar la frecuencia cardiaca, la frecuencia respiratoria, la presión arterial, activando entonces el cuerpo para el ejercicio que se vaya a realizar posteriormente, esta actividad tiene una duración de 5 minutos.

Estiramiento: debe realizarse en orden, como en el caso de la movilidad articular, y consiste en elongar los diferentes grupos musculares, sin llegar al dolor, con un tiempo mínimo de 20 segundos por grupo muscular.

ORGANIZACIÓN: Pueden realizarse cada una de las actividades en forma grupal o individual, debe seguir el orden de movilidad articular, elevación de valores basales y estiramiento. El calentamiento debe ser dirigido por una persona que sepa corregir la mala práctica de éste, ya que en sí, el calentamiento se realiza para preparar y proteger al cuerpo, lo cual indica que no se debe correr ningún tipo de riesgo al llevarlo a cabo

VARIANTES: Si se apoya con actividades recreativas resultará más placentero.

RECURSOS: participantes y un lugar espacioso.

FICHAS LÚDICAS
PROGRAMA EDUCATIVO "PROYECTANDO"
SECRETARÍA MUNICIPAL DE RECREACIÓN Y DEPORTE
UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE PEREIRA
FICHA n° 18



NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Quietos.

OBJETIVO: permite medir la concentración, la agilidad del grupo, al mismo tiempo logra aumentar los valores basales del cuerpo.

NÚMERO DE PARTICIPANTE: preferiblemente en grupos mayores a 10 participantes.

TIEMPO DE DURACIÓN: 15 minutos aproximadamente.

ESPACIO REQUERIDO: realizarlo en una cancha o un parque, preferiblemente.

APTO PARA NIÑOS Y ADULTOS.

DESCRIPCIÓN: una persona elegida al azar comenzará el juego, ésta lanzará una pelota hacia arriba mientras nombra a algún compañero presente, éste último deberá correr a atrapar el balón, mientras tanto todos los demás salen a correr, y dirá: ¡Quietos! En ese momento todos deben quedarse en su lugar, quien tenga el balón dará tres pasos dirigiéndose a alguien que quiera ponchar, sí lo hace, quien sea ponchado tomará el balón y repetirá la actividad, sino lo poncha, debe continuar la misma persona hasta que lo logre.

ORGANIZACIÓN: el lugar debe estar limitado por una línea o algunos conos para evitar que los participantes se alejen demasiado.

VARIANTES: los participantes pueden representar un país de un continente, el espacio donde corren es el continente y al ser ponchado debe decir una característica de su país.

RECURSOS: un balón suave, conos, lazos o tiza para limitar el lugar.

Secretaría Municipal de
Recreación y Deporte

FICHAS LÚDICAS
PROGRAMA EDUCATIVO "PROYECTANDO"
SECRETARÍA MUNICIPAL DE RECREACIÓN Y DEPORTE
UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE PEREIRA
FICHA n° 19



NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Las horas.

OBJETIVO: permite medir la concentración, la agilidad y la estrategia del grupo, al mismo tiempo logra aumentar los valores basales del cuerpo.

NÚMERO DE PARTICIPANTE: 10 o más personas.

TIEMPO DE DURACIÓN: 15 minutos aproximadamente.

ESPACIO REQUERIDO: realizarlo en una cancha o un parque, preferiblemente.

APTO PARA NIÑOS Y ADULTOS.

DESCRIPCIÓN: el grupo deberá dividirse en dos subgrupos, el grupo número 1 formará un círculo, el grupo número 2 formará una fila. El grupo 1 se rotará una pelota, por cada vez que ésta pase por todos los participantes del grupo se contará como una hora, mientras esto pase, el grupo número 2 deberá correr alrededor del círculo lo más rápido posible. Cuando termine de correr el último de la fila se terminará la primera parte de la actividad, el grupo 1 dirá cuantas horas hizo mientras el otro grupo corría. Seguido esto se cambiarán los roles y se volverá a hacer la actividad para comparar cuál fue el grupo que más horas logró hacer.

ORGANIZACIÓN: cada grupo deberá crear una estrategia para hacer las horas más rápido buscando que el grupo que debe correr alrededor tarde más tiempo.

VARIANTES: en esta actividad el grupo que haga menos horas podrá ser evaluado con un tema de clase.

RECURSOS: participantes y un lugar espacioso y pelota.

**Secretaría Municipal de
Recreación y Deporte**

FICHAS LÚDICAS
PROGRAMA EDUCATIVO "PROYECTANDO"
SECRETARÍA MUNICIPAL DE RECREACIÓN Y DEPORTE
UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE PEREIRA
FICHA n° 20



NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: balance.

OBJETIVO: permite medir la agilidad, al mismo tiempo logra aumentar los valores basales del cuerpo.

NÚMERO DE PARTICIPANTE: 10 o más personas.

TIEMPO DE DURACIÓN: 15 minutos aproximadamente.

ESPACIO REQUERIDO: realizarlo en una cancha o un parque, preferiblemente.

APTO PARA NIÑOS Y ADULTOS.

DESCRIPCIÓN: todos los participantes se organizan en parejas formando una hilera, posterior a esto se toman de las palmas de las manos dirigiéndolas hacia arriba y con los pies a la anchura de los hombros, pegando la punta de los pies con las del compañero. Quien dirige la actividad indicará movimientos como, agacharse, saltar, a un lado o al otro; las parejas no se pueden soltar y la idea es que lo hagan todo al mismo tiempo logrando ser muy parejos.

ORGANIZACIÓN: las parejas preferiblemente deben ser lo más niveladas posibles en estatura.

VARIANTES: se puede hacer con música, como si se tratara de una clase de baile, también se puede hacer por equipos tomados de la cintura.

RECURSOS: participantes y un lugar espacioso.

Secretaría Municipal de
Recreación y Deporte

FICHAS LÚDICAS
PROGRAMA EDUCATIVO "PROYECTANDO"
SECRETARÍA MUNICIPAL DE RECREACIÓN Y DEPORTE
UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE PEREIRA
FICHA n° 21



NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: El cien pies.

OBJETIVO: permite medir la concentración, la agilidad y la estrategia del grupo.

NÚMERO DE PARTICIPANTE: 10 o más personas.

TIEMPO DE DURACIÓN: 10 minutos aproximadamente.

ESPACIO REQUERIDO: realizarlo en una cancha o un parque, preferiblemente.

APTO PARA NIÑOS Y ADULTOS.

DESCRIPCIÓN: El responsable del grupo dirá que se debe formar un gusanito hasta convertirse en cien pies, entonces éste irá pidiendo al grupo que se formen de tal manera que quede un gusano con los pies que se ha pedido, aumentando poco a poco los pies del animalito.

ORGANIZACIÓN: el grupo automáticamente se organizará dependiendo de los pies que deba tener el gusano. La actividad termina cuando exista el cien pies.

VARIANTES: se puede realizar con la ayuda de una canción.

RECURSOS: participantes y un lugar espacioso.

Secretaría Municipal de
Recreación y Deporte

FICHAS LÚDICAS
PROGRAMA EDUCATIVO "PROYECTANDO"
SECRETARÍA MUNICIPAL DE RECREACIÓN Y DEPORTE
UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE PEREIRA
FICHA nº 22



NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: El zoológico.

OBJETIVO: permite evaluar la creatividad, la participación y la comunicación grupal.

NÚMERO DE PARTICIPANTE: 10 o más personas.

TIEMPO DE DURACIÓN: 15 minutos aproximadamente.

ESPACIO REQUERIDO: realizarlo en una cancha o un parque, o en el aula de clase.

APTO PARA NIÑOS Y ADULTOS.

DESCRIPCIÓN: Esta actividad consiste en comunicarse sólo con sonidos y movimientos característicos de animales, cada uno de ellos se pasa el ruido como si se estuvieran contando alguna anécdota sucedida. El juego lo inicia el responsable del grupo y termina con el último participante.

ORGANIZACIÓN: El responsable del grupo reparte a cada participante un papelito donde esté el nombre de un animal para que cada uno lo represente. Es preferible organizar el grupo en un círculo muy cerrado para que se escuchen entre todos, debe tener un orden, uno por uno le va pasando a su compañero el ruido como si le estuviera contando algo.

VARIANTES: Se puede hacer con otro tema, no necesariamente deben ser animales, de igual forma primera se puede hacer una ronda de sólo sonidos y en una segunda ronda que implique el sonido más el movimiento.

RECURSOS: participantes y un lugar espacioso.

Secretaría Municipal de
Recreación y Deporte

FICHAS LÚDICAS
PROGRAMA EDUCATIVO "PROYECTANDO"
SECRETARÍA MUNICIPAL DE RECREACIÓN Y DEPORTE
UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE PEREIRA
FICHA n° 23



NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Juegos Tradicionales.

OBJETIVO: permite integrar, motivar la participación en el grupo, evaluar conocimiento gracias a las actividades recreativas que habitualmente realizan las personas.

NÚMERO DE PARTICIPANTE: 15 o más personas.

TIEMPO DE DURACIÓN: 1:30 minutos aproximadamente.

ESPACIO REQUERIDO: realizarlo en una cancha o un parque, preferiblemente.

APTO PARA NIÑOS Y ADULTOS.

DESCRIPCIÓN: se dividirá el grupo en subgrupos iguales y se harán 5 estaciones de juegos tradicionales, así:

Estación 1: trompos

Estación 2: carrera de encostados

Estación 3: canicas

Estación 4: relevos de pimpones

Estación 5: chicle americano

Y entre cada estación se realizará una prueba de conocimiento, en este caso de cultura general.

ORGANIZACIÓN: Para dividir el grupo se jugará agua de limón. Tres participantes harán de jueces y explicarán claramente a sus compañeros las reglas de cada estación, se otorgará un punto al grupo que termine de manera efectiva la prueba. Las pruebas de conocimiento permitirán nivelar el juego en caso tal que algunos tengan mayor dominio en este tema que jugando en cada estación.

VARIANTES: se puede realizar con cualquier otro tipo de juegos tradicionales.

RECURSOS: un trompo por equipo, mínimo un costal por equipo, canicas, resorte, pimpones vasos plásticos.

Secretaría Municipal de
Recreación y Deporte

FICHAS LÚDICAS
PROGRAMA EDUCATIVO "PROYECTANDO"
SECRETARÍA MUNICIPAL DE RECREACIÓN Y DEPORTE
UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE PEREIRA
FICHA n° 24



NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: coreografía.

OBJETIVO: permite evaluar la creatividad del grupo y lo recursivos que pueden ser.

NÚMERO DE PARTICIPANTE: 10 o más personas.

TIEMPO DE DURACIÓN: 45 minutos aproximadamente.

ESPACIO REQUERIDO: aula de clase.

APTO PARA NIÑOS Y ADULTOS.

DESCRIPCIÓN: El responsable del grupo enseña a los participantes diferentes canciones y materiales con los cuales deben montar una coreografía. La idea es que sólo se haga con los materiales entregados por el responsable, para así medir su creatividad y recursividad.

ORGANIZACIÓN: si el grupo es muy pequeño, la coreografía puede hacerse de un solo grupo, si es muy grande éste podrá dividirse en subgrupos.

VARIANTES: puede hacerse también de diferentes canciones en una y que los participantes vayan cambiándose y utilizando los materiales según la canción que suene.

RECURSOS: papel seda, pintura, pinta caritas, cinta, periódico, escarcha, cintas de diferentes colores.

Secretaría Municipal de
Recreación y Deporte