

**APROVECHANDO EL TIEMPO LIBRE A TRAVÉS DEL TRABAJO LÚDICO
RECREATIVO CON LOS NIÑOS DEL GRADO 5° DEL CENTRO
EDUCATIVO DE NUEVO SUCRE**

AUTORES:

YANETH DURAN MOLINA

GERMAN LEDEZMA BUSTAMANTE

**FUNDACIÓN UNIVERSITARIA LOS LIBERTADORES
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACION
ESPECIALIZACION EN PEDAGOGIA DE LA RECREACION ECOLOGICA
MAJAGUAL SUCRE**

2015

**APROVECHANDO EL TIEMPO LIBRE A TRAVES DEL TRABAJO LUDICO
– RECREATIVO CON LOS NIÑOS DEL GRADO 5° DEL CENTRO
EDUCATIVO DE NUEVO SUCRE**

AUTORES:

**YANETH DURAN MOLINA
GERMAN LEDEZMA BUSTAMANTE**

**TRABAJO DE GRADO PARA OPTAR AL TÍTULO DE ESPECIALISTA
EN PEDAGOGÍA DE LA RECREACIÓN ECOLÓGICA**

ASESOR

ERNESTO QUINTERO SAAVEDRA

**FUNDACIÓN UNIVERSITARIA LOS LIBERTADORES
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACION
ESPECIALIZACION EN PEDAGOGIA DE LA RECREACION ECOLOGICA
MAJAGUAL SUCRE**

2015

Nota de aceptación:

Firma del presidente del jurado

Firma del jurado

Firma del jurado

DEDICATORIA

Le damos gracias a Dios por demostrarme que cuando hay grandes dificultades maravillosas son sus obras.

A nuestros padres por darme la vida y por enseñarnos buenos principios que nos han servido para ser útiles en esta sociedad.

A nuestros conyugues e hijos por ser la motivación más grande para alcanzar nuestras metas y por su apoyo y colaboración en este proceso.

AGRADECIMIENTOS

El grupo investigador agradece:

A los profesores que con dificultad se trasladaron de muy lejos a brindarnos sus conocimientos para compartirlos.

A la especialista Claudia Estella Méndez Sánchez por su colaboración para la realización de este proyecto.

A la universidad Los Libertadores por brindarnos la oportunidad de capacitarnos y ser mejor en nuestro proyecto de vida.

TABLA DE CONTENIDO

RESUMEN	10
INTRODUCCION	12
DEFINICIÓN DEL PROBLEMA	13
1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	13
1.2 IDENTIFICACIÓN DEL PROBLEMA	15
1.3 ANTECEDENTES	15
1.3.1 Antecedentes Bibliográficos	15
1.3.2 Antecedentes Empíricos	16
JUSTIFICACIÓN	18
OBJETIVOS	20
1.4 OBJETIVO GENERAL	20
1.5 OBJETIVOS ESPECÍFICOS	20
MARCO DE REFERENCIA	21
1.6 MARCO CONTEXTUAL	21
1.7 MARCO TEÓRICO	22
1.7.1 Tiempo Libre	22
1.7.2 Ocio y Recreación. Sus Definiciones	23
1.7.3 Lúdica y tiempo libre	26
1.7.4 La lúdica como desarrollo de habilidades.	27
1.7.5 Dimensión lúdica de la recreación y el deporte	28
1.7.6 ¿Lúdica o juego?	29
1.7.7 Rasgos propios del juego	30
1.7.8 Tipos de juegos y clasificación	32
1.8 MARCO LEGAL	35
1.8.1 Constitución Política De Colombia De 1991	35
1.8.2 LEY 115 DE 1994	35
DISEÑO METODOLÓGICO	36
1.9 METODOLOGÍA DE INVESTIGACIÓN	36
1.10 POBLACIÓN Y MUESTRA	38
1.10.1 Población	38
1.10.2 Muestra	38
1.11 INSTRUMENTOS	38
1.12 ANÁLISIS DE RESULTADOS	39
1.13 DIAGNÓSTICO	41

PROPUESTA	44
1.14 TÍTULO DE LA PROPUESTA	44
1.15 DESCRIPCIÓN DE LA PROPUESTA	44
1.16 JUSTIFICACIÓN	44
1.17 OBJETIVOS	45
1.17.1 Objetivo General:	45
1.17.2 Objetivos Específicos	45
1.18 ESTRATEGIAS Y ACTIVIDADES	45
1.19 PERSONAS RESPONSABLES	46
1.20 BENEFICIARIOS DE LA PROPUESTA	46
1.21 RECURSOS:	46
1.22 EVALUACIÓN Y SEGUIMIENTO	46
<i>Implementación de la Propuesta</i>	47
1.23 Etapa de sensibilización.	47
1.24 Etapa de ejecución.	47
1.25 Etapa de proyección comunitaria.	47
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	48
1.26 CONCLUSIONES	48
1.27 RECOMENDACIONES	50
BIBLIOGRAFIA	51
ANEXOS	51

LISTA DE TABLAS

Tabla 1: Codificación De La Información De La Entrevista Aplicada Al Docente Del Grado Quinto	39
Tabla 2: Codificación De La Información De La Entrevista Aplicada A Los Padres De Familias Del Grado Quinto.....	40

Lista De Anexos

Anexo 1: Evidencias Etapa De Sensibilización.....	51
Anexo 2: Entrevista Al Docente Del Centro Educativo Nuevo Sucre.	60
Anexo 3: Entrevista Estructurada A Los Padres De Familia Del Centro Educativo Nuevo Sucre.....	61

RESUMEN

La presente investigación surge de la pregunta: ¿Cómo promover el desarrollo de habilidades y capacidades físicas; que tributen el empleo del tiempo libre a través de actividades lúdico recreativas con los estudiantes del grado quinto del centro Educativo Nuevo Sucre? Esta se da por la situación observada en la vereda Nuevo Sucre a pesar de que es un caserío con muchos habitantes, no cuenta con sitios que permitan una recreación sana tales como escuela deportiva, parque recreativo, prácticas de danzas entre otros. Por lo contrario solo abundan lugares donde se incita al consumo del alcohol y la droga, ejemplo de estos encontramos, billares, y casinos caseros, por esta razón se busca a través de la ejecución del presente proyecto en el centro educativo Nuevo Sucre promover el desarrollo de habilidades y capacidades físicas; que tribute al empleo del tiempo libre a través de actividades lúdico recreativas con los estudiantes del grado quinto.

Tiene un enfoque cualitativo crítico social en el método investigación acción participación; en el que se desarrollará las siguientes fases.

La primera etapa: Diagnostico: en ella se hará un acercamiento a la problemática partir de la observación.

Segunda etapa: programación: aquí se hará un proceso de apertura a estudiar los puntos de vista existente de la población objeto de estudio a través de una revisión bibliográfica, con el fin de recopilar información significativa para diseñar una serie de actividades lúdicas recreativas. Unas encuestas, dirigidas a padres de familia, docente directora de grupo y estudiantes.

Tercera etapa: conclusiones y recomendaciones: en él se elaborará un informe final y se negociara para propuesta de solución. Las variables que se trabajaran: Actividades lúdicas recreativas, tiempo libre, Uso del tiempo libre

La población beneficiada es de 135 personas en total, se trabajó directamente en grado quinto con 22 estudiantes, 1 docente y 19 padres de familia; para un total de 42 personas. La recolección de la información para esta investigación se hizo a través de: Una revisión bibliográfica con el fin de recopilar información significativa

para diseñar una serie de actividades lúdicas recreativas encaminadas al uso del tiempo libre y al desarrollo de habilidades y capacidades físicas en los estudiantes, Encuestas, dirigidas a padres de familia, docente directora de grupo y estudiantes con el fin de verificar si las actividades lúdicas recreativas aplicadas a los estudiantes llevaron al buen uso del tiempo libre y al desarrollo de habilidades y capacidades físicas, observación directa, para especificar las características más visibles del uso del tiempo libre y al desarrollo de habilidades y capacidades físicas en el comportamiento de los estudiantes.

Después de aplicado los instrumentos se puede deducir que el docente se preocupa muy poco por brindar estrategias que le permitan al estudiante el buen uso del tiempo libre;

Por otra parte los padres de familia manifiestan estar muy preocupados por las actividades de ocio que realizan sus hijos que son las mejores para su desarrollo integral.

Demostraron acogida hacia la propuesta y encontraron que esta puede ser la solución a la problemática presentada. Espacio que les permitiría a sus hijos desarrollar la espontaneidad y la creatividad; posibilitándole el descubrir poco a poco sus destrezas y debilidades, como también sus gustos y sueños y, en este sentido aprender a conocerse y desplegar todo su potencial.

Por todo lo anterior el grupo investigador realizó una propuesta pedagógica que tiene por nombre “Aprovechando el tiempo libre con los estudiantes del grado quinto centro educativo Nuevo Sucre a través de actividades lúdico recreativas”.

Se considera que esta es la primera vez que se plantean y aplican estrategias pedagógicas para solucionar este problema con actividades nuevas que dieron muy buenos resultados formando el hombre integral del mañana y por ende ampliando formación cultural de la institución mejorando su proyección ante la sociedad.

Palabras claves: palabra uno, palabra dos, palabra tres.

INTRODUCCION

Las inquietudes que surgen del trabajo cotidiano de los docentes del centro educativo Nuevo Sucre, cuya misión es la de formar estudiantes con altas calidades educativas, busca brindar estrategias y herramientas didácticas o pedagógicas encaminadas a potenciar el desarrollo integral de sus estudiantes.

Uno de los problemas que más aqueja a nuestra comunidad estudiantil es la ocupación del tiempo libre de los y las estudiantes, a través de la participación o no en actividades extraescolares, una vez finalizada la jornada lectiva. De ahí surge entonces varios interrogantes especialmente el ¿Cómo promover el desarrollo de habilidades y capacidades físicas; que contribuyan y beneficien el aprovechamiento del tiempo libre a través de actividades lúdico recreativas con los estudiantes del grado quinto del centro Educativo Nuevo Sucre? Como objetivo general se planteó Promover el desarrollo de habilidades y capacidades físicas; que favorezca el aprovechamiento del tiempo libre a través de actividades lúdico recreativas con los estudiantes del grado quinto del centro Educativo Nuevo Sucre. Así mismo se pretendía: Diseñar una serie de actividades lúdicas recreativas encaminadas al uso del tiempo libre y al desarrollo de habilidades y capacidades físicas en los estudiantes del grado quinto. Aplicar actividades lúdicas recreativas para hacer buen uso del tiempo libre en los estudiantes. Verificar si las actividades lúdicas recreativas aplicadas a los estudiantes del grado quinto A llevaron al buen uso del tiempo libre y al desarrollo de habilidades y capacidades físicas.

Para la efectividad y validez de esta investigación se elabora un estudio de tipo cualitativo con un enfoque etnográfico crítico social y con una metodología de observación participante, utilizando técnicas descriptivas expresivas, en busca de la transformación de la práctica en favor de mejor aprovechamiento del tiempo libre de los y las estudiantes.

DEFINICIÓN DEL PROBLEMA

1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

El trabajo con los niños y las niñas es una tarea multidisciplinar, puesto que son muchas los intereses en aspectos relacionados con el cuidado en la promoción no sólo de la salud infantil sino de sus derechos, su educación y el estudio de su entorno; algunas de estas disciplinas son la Pedagogía, el Trabajo Social, la Medicina, la Psicología, la Sociología, etc., que siempre están promoviendo la actividad lúdica, recreativa o física, como herramientas fundamentales para un desarrollo armónico e integral

En las últimas décadas se han producido una serie de cambios socioeducativos que han suscitado el interés y la preocupación por estudiar la utilización del tiempo fuera del horario lectivo por parte de los niños/as y adolescentes. Se considera el tiempo libre y el ocio como términos que se encuentran en continua evolución. En cada época se desarrollan acciones que atienden a los calificativos de “tiempo libre” o de “ocio” con vocación creadora y contemplativa en la lúdica y en la recreación. “El tiempo libre hoy en día se presenta como una reivindicación de todas las clases sociales y de todos los grupos de edad”¹ (Hernández y Morales, 2008). La importancia de tener tiempo libre tiene, además, un carácter preventivo de algunos de los males que aquejan a la sociedad: depresión, soledad, drogadicción, enfermedades por sedentarismo, etc. Se puede afirmar que la calidad de vida que experimenta una persona está ligada al tiempo libre y al uso que hace del mismo.

El centro educativo Nuevo Sucre consiente de esas problemáticas que viven los jóvenes y niños de hoy en día en cualquier lugar del mundo, y especialmente los que se encuentran en el municipio de Guaranda Sucre, y los de la vereda Nuevo

¹ Hernández, A. y Morales, V. (2008). Una revisión teórica. Ocio, tiempo libre y animación sociocultural. Lecturas EF y Deportes. Disponible en <http://www.efdeportes.com/efd127/una-revisiointeorica-ocio-tiempo-libre-y-animación-sociocultural.htm>. [Consulta 2013, 15 de noviembre].

Sucre a pesar de que es un caserío con muchos habitantes, este no cuenta con sitios que permitan una recreación sana tales como escuela deportiva, parque recreativo, prácticas de danzas entre otros, prestándose para el libertinaje, al consumo de alcohol a temprana edad al igual que a la droga. Por lo contrario solo abundan lugares donde se incita al consumo del alcohol y la droga, ejemplo de estos encontramos, billares, y casinos caseros. De ahí la propuesta de implementar que fomenten el buen uso del tiempo libre de sus estudiantes en jornadas contrarias a las académicas haciendo frente a la problemáticas que viven los jóvenes debido a las características propias que ha tomado el contexto.

Todo lo anterior trae como consecuencia en los estudiantes lo siguiente:

- Bajo rendimiento académico pues les llama más la atención el dedicarle mayor tiempo a otras actividades que no son sanas para ellos como consumo de alcohol, cigarrillo, promiscuidad, que ocupar mayor tiempo al estudio.
- Embarazos no deseados, prostitución y enfermedades de transmisión sexual.
- Mal uso del internet llevando muchas veces a la adicción de su uso y de las redes sociales especialmente.
- La pornografía.
- Deserción escolar.
- Problemas en el núcleo familiar.
- Rechazo por la sociedad.

Por todo lo anterior se hace necesario realizar un proyecto de investigación encaminado al fomentar el aprovechamiento del tiempo libre a través de actividades lúdicas y recreativas que promuevan, el desarrollo armónico del cuerpo desde la corporeidad en lo físico, síquico, social e intelectual. Este propósito se desarrollara con una investigación de tipo cualitativa con un enfoque etnográfico crítico social

1.2 IDENTIFICACIÓN DEL PROBLEMA

¿Cómo promover el desarrollo de habilidades y capacidades físicas; que contribuyan y beneficien el aprovechamiento del tiempo libre a través de actividades lúdico recreativas con los estudiantes del grado quinto del centro Educativo Nuevo Sucre?

1.3 ANTECEDENTES

1.3.1 Antecedentes Bibliográficos

Alvarado Luis Alberto en su libro *Recreación, lúdica y juego. Neurociencia, pedagogía para el siglo XXI* explica desde una concepción holística que para comprender los conceptos de lúdica y de recreación, es necesario introducirnos en las teorías del cerebro total y en los nuevos paradigmas de la complejidad del pensamiento.²

Solo así se asimilarán los significados de la conciencia, integridad e interdependencia de los procesos de la mente que se gestan en el ámbito recreativo. Estos son algunos de los motivos por los cuales en esa obra se incluye una serie de diagnósticos cerebrales para recreacionistas, educadores y niños, para que a partir de ellos se construya un nuevo modelo pedagógico y una serie de heurísticas recreativas que permitan fortalecer el quehacer cotidiano. Ese libro es una reflexión intertextual de autores como: Herrmann Luria, Vigotsky, Maturana, Prigogine, Pribram, Bohm, Krisnamurtri, Morín, Freud, Winnicott, Wilber, Waichman, Briggs-Peats, Capra, Varela, Llinás, Restrepo, Merlano, entre otros.

Sus autores, representantes de Colombia y Uruguay, elaboraron un discurso

² ALVARADO Luis, *Recreación, lúdica y juego. Neurociencia, pedagogía para el siglo XXI*. Editorial Magisterio. 2004

consensual que pretende materializar una nueva propuesta pedagógica para el siglo XXI

1.3.2 Antecedentes Empíricos

La recreación de todas las personas es fundamental para su buen desarrollo físico y mental de la primera infancia. La recreación se puede hacer de diferente forma, siendo unos de los más utilizados el juego, la música, la dramatización y el baile.

Entre los antecedentes más recientes se encuentran algunos proyectos realizados en base a la recreación lúdica, y al rescate de juegos y rondas tradicionales entre los cuales se citaron los que a continuación se relacionan.

En el 2009 bajo la dirección del docente Álvarez Miguel Salvador, se realizó en la Institución Educativa Escuela Normal Superior De La Mojana un pequeño proyecto que aunque no estuvo un seguimiento riguroso pero sí estuvo un éxito rotundo en su desarrollo donde se aplicaron una gran variedad de actividades como bailes folclóricos, dramatizaciones, entre otros, que tenía como objetivo el aprovechamiento del tiempo libre en las horas de descanso durante el año con ayudas y participación de todos los alumnos e igual para ellos.³

HUIZINGA, Johan. Planteó que en el juego y sus manifestaciones que se consideran como manifestaciones de la cultura, se producen profundas transformaciones, siendo múltiples sus variaciones, sus usos reales y virtuales, su énfasis y esquematizaciones.⁴

Por medio de los juegos el niño se pone en contacto físico con los demás, gana confianza con habilidades para ser una variedad de cosas, practican el uso de las imágenes y aprenden a llevársela bien con los demás, en ocasiones han tomado

³ ALVAREZ CARDOZA Miguel Salvador. Didáctica del movimiento, aprovechando el tiempo libre. IEENSM. Majagual – Sucre. 2009.

⁴ HUIZINGA, Johan. Homoludens, alianza editorial Madrid. 1996

los juegos como un método o estrategias para el aprendizaje, sobre todas las infancias intermedias también conocida como edad escolar.

VIRTUDES MAURELLO, MILIAN, ESPINOSA VALENZUELA, Pedro y otros. En su trabajo. La Suiza, rescate de un juego tradicional para la enseñanza primaria: definen que apoyados a fundamentos teóricos se pudo establecer una propuesta de acciones que permitieron fortalecer el uso de los juegos tradicionales mediante un diagnóstico. Aportando un seguimiento a la cultura cubana debido a la importancia que esta requiere en la nueva generación que se forma, y dando continuidad a las que surge, manteniendo vigente juegos que le aportan al alumno un mejor estado físico.⁵

AGUDELO H, Beatriz, CASTAÑO G, Luz Mary. En su estudio RESCATEMOS LOS JUEGOS TRADICIONALES. Establece en que la poca fundamentación en deportes básicos, habilidades y destrezas para el desarrollo de actividades lúdicas son la causa de dificultades cognitivas en los estudiantes; así mismo muestran una marcada agresividad en el empleo de juegos en sus horas de descanso. Por tanto el proyecto “Al rescate de los juegos tradicionales” además de recuperar actitudes valorables y parte de la cultura que venía desapareciendo, es un aporte de las escuelas rurales y urbanas que permitirá a nuestros estudiantes el mejoramiento de habilidades y destrezas que conducirán a cualificar su aspecto cognitivo.⁶

⁵ Virtudes Maurello, Milian, Espinosa Valenzuela, Pedro y otros. La Suiza, rescate de un juego tradicional para la enseñanza primaria, Cuba. 2006.

⁶ Agudelo H, Beatriz, Castaño G, Luzmary. En Su Estudio Rescatemos Los Juegos Tradicionales, Manizales – Caldas. 2008.

JUSTIFICACIÓN

El tiempo libre como parte fundamental del desarrollo integral de los y las estudiantes y especialmente del proceso de socialización en el individuo, permite que las personas tengan derecho a este tiempo para que sea personalmente satisfactorio, siendo su esencia la libertad de escoger entre una variedad de opciones de actividades físicas, recreativas, lúdicas y deportivas; que van a diferir de un individuo a otro de acuerdo a factores como la edad, el contexto familiar, el contexto social, etc., “por ello se debe desarrollar acciones educativas en los diferentes ambientes que abarquen diferentes necesidades, intereses y habilidades, por cuanto las personas tienen el derecho a acceder a entornos de tiempo libre de calidad, logrando oportunidades que deben ofrecer de manera consciente a todos los participantes posibles, sin ningún tipo de discriminación, convirtiéndose en una experiencia humana que cuenta con sus propio beneficios; por tanto, es fuente importante para el desarrollo personal y social, además es aspecto clave para mejorar la calidad de vida”⁷.

El tiempo libre puede ser tiempo de formación, aprendizaje, crecimiento personal y sobre todo de socialización; por consiguiente, los individuos deben ser educados con relación a este aspecto, es por ello que los centros educativos en todos los niveles desde primaria hasta universitaria y los comunitarios, se convierten en los escenarios ideales de formación del ser humano. En ese sentido, los profesionales de la educación son los llamados a desarrollar acciones orientadas a construir y convertirlos en espacios de crecimiento personal y de socialización del ser humano.

El trabajo con los adolescentes del grado quinto del centro educativo Nuevo Sucre es de vital importancia en la sociedad; Puesto que la elaboración de un programa físico-recreativo es muy pertinente de acuerdo a las necesidades contextuales que

⁷ Arranza Rodríguez, Oswaldo.(2013). Educar para la buena utilización del tiempo libre y mejorar la calidad de vida. Revista EFDeportes.com. Año 18. No. 185. Caracas Venezuela..

existe en el entorno. Teniendo en cuenta los gustos y preferencias de los adolescentes se inicia el trabajo constituyéndose esto en una vía para lograr una incorporación más armónica de este grupo de edades a la sociedad, y así poder aprovechar el tiempo libre con la elevación de la calidad de vida mediante el desarrollo de actividades físicas y recreativas.

Es entonces imprescindible que se utilicen en forma adecuada estas estrategias complementarias ligadas a otros aspectos importantes del proceso educativo de los estudiantes. Para esto, se realiza el presente proyecto investigativo que busca contribuir con el mejoramiento de la calidad educativa de la comunidad objeto de estudio.

Se hace importante también esta investigación puesto que permite enriquecer la formación de los maestros compañeros de trabajo y ampliar la visión que se tiene y que se ha de desempeñar en un futuro, como también permitir que su desenvolvimiento sea favorable en cualquier contexto.

La importancia de esta investigación también radica en los beneficios que puede traer al centro educativo, porque desde este foco se pretende proyectar situaciones, soluciones que ayuden a concientizar a la comunidad de lo importante que pueden llegar a ser las prácticas de actividades lúdico recreativas en el proceso educativo, buscando ejemplificar la problemática para crear experiencias en las que los docentes autoevalúen su acompañamiento en el desarrollo integral de sus estudiantes.

Esto se hace significativo además para mejorar la imagen del centro educativo Nuevo Sucre ante la sociedad puesto que es un impulso para involucrar a todos los actores del proceso educativo de los estudiantes como lo son los padres de familia; cobrando valor para la sociedad, puesto que cualquier acción que se realice en aras de mejorar la calidad de vida de las personas, contribuye al avance de todas las estructuras sociales como la familia y a la vez permite que los integrantes de esta sean en gran parte personas integralmente estables.

OBJETIVOS

1.4 OBJETIVO GENERAL

Promover el desarrollo de habilidades y capacidades físicas; que favorezca el aprovechamiento del tiempo libre a través de actividades lúdico recreativas con los estudiantes del grado quinto del centro Educativo Nuevo Sucre.

1.5 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- ✓ Reconocer las actividades en que aprovechan el tiempo libre los y las estudiantes de quinto grado.
- ✓ Diseñar una serie de actividades lúdicas recreativas encaminadas al uso del tiempo libre y al desarrollo de habilidades y capacidades físicas en los estudiantes del grado quinto.
- ✓ Aplicar actividades lúdicas recreativas para hacer buen uso del tiempo libre en los estudiantes.
- ✓ Verificar si las actividades lúdicas recreativas aplicadas a los estudiantes del grado quinto A llevaron al buen uso del tiempo libre y al desarrollo de habilidades y capacidades físicas.

MARCO DE REFERENCIA

1.6 MARCO CONTEXTUAL

El centro educativo Nuevo Sucre se encuentra en el municipio de majagual perteneciente al departamento de Sucre. El **Departamento de Sucre** está situado en el norte del país, en la región de la llanura del Caribe; localizado entre los **10°08'03"** y **08°16'46"** de latitud norte y los **74°32'35"** y **75°42'25"** de longitud oeste. Cuenta con una superficie de 10.670 km² lo que representa el 0.9 % del territorio nacional. Limita por el Norte y Este con el departamento de Bolívar, por el Sur con los departamentos de Córdoba y Bolívar, y por el Oeste con el departamento de Córdoba y el mar Caribe.

El centro educativo Nuevo Sucre está localizado en la vereda Nuevo Sucre ubicada al Noreste a siete kilómetros de distancia de la cabecera municipal "Guaranda – Sucre". Limita por el norte con el corregimiento de Tierra Santa, por el oriente con el corregimiento de Palmaritico, al sur con la vereda Ciénaga del Medio y por el occidente con la vereda Caimanón.

Nuevo Sucre cuenta con una población de 65 casas para un total de 380 habitantes, sus pobladores se sustentan en la agricultura, la ganadería y por épocas en la pesca a poca escala.

Celebra fiestas en muy pocas ocasiones, las más frecuentes son las riñas de gallos y el famoso campeonato de fútbol anual. Su economía se constituye mayormente en el arroz y comercialización de frutas en pocas cantidades como el coco, el zapote y el aguacate.

Las comidas típicas de la región son el cabeza de gato, la viuda de pescado, machucho de carne salada y el famoso sancocho de gallina.

1.7 MARCO TEÓRICO

1.7.1 Tiempo Libre

Cuando se habla de tiempo libre, se hace referencia al periodo de tiempo que le queda al individuo después de llevar a cabo sus obligaciones diarias, sean laborales, educativas, sociales, familiares, entre otras, para dedicarse a aquello que le produce alegría placer o que simplemente le brinda diversión o entretenimiento.

Esto indica que el tiempo verdaderamente libre, está constituido por aquellos momentos de la vida en los que después de satisfacer y cumplir con las obligaciones, el ser humano se dispone a realizar una actividad, que en el mejor de los casos es elegida sin presiones, predominando de esta forma la libertad sobre las necesidades inmediatas.

El propósito del tiempo libre es ofrecer a los seres humanos múltiples posibilidades de revalorizar lo cotidiano y lo extraordinario, las experiencias creativas y lúdicas o la vivencia de valores tales como libertad, participación, solidaridad o comunicación. Es por eso que consideramos fundamental hacer una mirada al uso y aprovechamiento del tiempo libre de los y las estudiantes y sus posibilidades de ocio como de extrema importancia para orientar y dar pautas para el diseño de propuestas acordes a sus necesidades e intereses; y es que la transformación de tiempo libre en ocio no es tarea que se realice de modo espontáneo y los modelos de generaciones pasadas no nos sirven.

El uso del tiempo libre y el ocio en cuanto acción educativa implica la búsqueda del perfeccionamiento, lo mejor de la persona y por extensión, de la comunidad. Esta acción debe hacerse realidad a través de la actividad mental y física, y en la medida que se conjunten, proporcionarán una situación formativa óptima. Un segundo aspecto dentro de ese proceso sería la intencionalidad que se relaciona con la motivación y el fin que persigue una intervención determinada, y un tercer aspecto, sería la sistematización en la proyección temporal y metodología de la

experiencia para profundizar en la acción educativa y su trascendencia, lo cual ayudaría a estudiar críticamente la íntima relación entre educación y ocio-tiempo libre, por cuanto se considera que el ocio formativo debería ser un objetivo social dado que el desarrollo comunitario depende del desarrollo personal de sus miembros.

“De ahí, la necesidad de comprender que el ocio es una realidad accesible pero el verdadero acceso no consiste en la posibilidad de hacer, se requiere una posibilidad de esparcimiento personal al que sólo se accede desde la formación. En consecuencia, el tema debe ser objeto de continuas reflexiones por parte de los actores educativos –padres, educadores, educandos-, dado que sólo a través de un plan compartido y coherente se hará factible una oferta plural, que viabilice el libre desenvolvimiento y la libre elección de nuestros ocios más allá de las limitaciones culturales y los recursos”⁸.

1.7.2 Ocio y Recreación. Sus Definiciones

A Sócrates, filósofo griego (469-399 a. de C.), se le atribuye la afirmación de que “Los ratos de ocio son la mejor de todas las adquisiciones”, y ello destaca la importancia que desde la antigüedad se reconocía a la ocupación del tiempo libre que no se dedicaba a las ocupaciones principales.

Por su parte, el Diccionario de la Real Academia de la Lengua Española, define el ocio como: “Cesación del trabajo, inacción o total omisión de la actividad. Tiempo libre de una persona. Diversión u ocupación reposada...”; con lo cual este se relaciona con la ocupación del tiempo libre en aquellas tareas que no son el trabajo, o las tareas domésticas, y que por su contenido, está muy asociado a la Recreación, que es, según la propia fuente de la RAE: “Diversión para alivio del trabajo”.

⁸ Muñoz M, J. (1983). Pedagogía del ocio y cultura de masas en una época de cambio. Revista Realidades Sociales, No.22.

Otra definición más elaborada y actual sobre la recreación la propone Harry A. Overstrut, citado por Pérez Sánchez (1997), quien plantea que: ".....es el desenvolvimiento placentero y espontáneo del hombre en el tiempo libre, con tendencia a satisfacer ansias psico-espirituales de descanso, entretenimiento, expresión, aventura y socialización"⁹.

Del precedentemente citado pensamiento de Sócrates sobre el ocio y de las definiciones aludidas anteriormente, destacan la atención e importancia que siempre se le ha concedido a esta esfera de la vida humana y su importancia como recurso recuperativo, importante para la salud y la educación.

1.7.2.1 Clasificación de las actividades recreativas

Las Actividades Lúdico-Recreativas son Aquellas presididas por el ejercicio de la libertad de elección, como es característico en la actividad lúdica por excelencia: el juego en su diversidad de formas, a través del cual es posible lograr resultados educativos y formativos, como valores agregados a la obtención del placer.

Son muchas y muy variadas las actividades de ocio, o recreativas, que pueden ocupar el tiempo libre, al respecto Grushin (1966) propone las siguientes:

- La labor creadora activa
- El estudio
- El consumo cultural de carácter individual
- El consumo cultural con carácter de espectáculo público
- Ejercicios físicos
- Ocupaciones de tipo hobby
- Entretenimientos
- Encuentro con amigos

⁹ Pérez, A. (2002, 28 -30 de julio). Tiempo, tiempo libre y recreación y su relación con la calidad de vida y su desarrollo individual. Recuperado el 16 de mayo de 2014 de

<http://www.redcreacion.org/documentos/congreso7/APerez.html>

- Descanso pasivo

Y por su parte Coba y Domínguez las clasifican según su orientación en: motrices, culturales o sociales, resultando de ello algunos ejemplos de las mismas que se resumen en el esquema siguiente:

En otro enfoque del problema, aportado por Sanz y Demerouti (2011), que clasifica las actividades según lo que tributan a la recuperación laboral propiamente, proponen las siguientes:

- El sueño
- Actividades relajantes y de bajo esfuerzo
- Actividades sociales
- Actividades físicas
- Actividades creativas
- Distanciamiento psicológico

1.7.2.2 Importancia del ocio

Por otro lado el ocio se concibe como una desconexión, como un tiempo vacío y pobre en actividades enriquecedoras; la condición del ocio no es disponer del tiempo no ocupado sino no tener la necesidad de estar ocupado. Este término hace referencia a la forma como se debe utilizar el tiempo libre, donde lo importante no es la actividad que se realice en ese periodo sino que se haya elegido libremente, por si mismos y sin un fin concreto. Su desarrollo debe resultar satisfactorio y placentero par quien lo está realizando. Durante nuestro tiempo libre o como también se le llama "de ocio", son numerosas las posibilidades de participar en actividades que favorezcan el descanso, la diversión, el desarrollo personal y social.

La clave para la efectividad de este tipo de actividades reside en que se conviertan en un medio para el crecimiento personal, la auto-realización y la apertura a nuevas dimensiones de la vida.

Viajar, ir al cine, tocar un instrumento, cantar o pintar, ayudar a los demás son algo más que actividades para ocupar el tiempo libre, puesto que bien entendidas y practicadas ofrecen enormes beneficios.

Todos disponemos o deberíamos disponer para beneficio de nuestra salud física y mental, de un tiempo libre en el que podamos realizar aquellas actividades que más nos gustan; ese grado de aprovechamiento va a depender de la propia persona, de sus aspiraciones e implicación; de la conciencia que tenga sobre los beneficios de tal o cual actividad puede llegar a aportarle.

1.7.3 Lúdica y tiempo libre

En el transcurso del tiempo se han trabajado diferentes terminologías y entre ellas esta el juego y la lúdica. Juego viene de raíz latina IOCAR, IOUCUS: que significa divertirse, retozarse, recrearse, entretenerse, le precede del latín ludicer, ludicruz; del francés ludique, ludus y del castellano de lúdrico o lúdico que significa diversión, chiste, broma o actividad relativa al juego.

Retomemos un poco el tiempo y pasemos por los siglos: los Romanos definieron lúdica como la plástica animada y creativa, como alegría y jolgorio. Para Hebreos era conceptualizado como broma y risa, los Alemanes como placer.

En el siglo XVI la pedagogía toma la lúdica como su medio de enseñanza y principio fundamental. La “Teoría de la expresión” según¹⁰ Huizinga plantea que la lúdica desde el punto de vista biológico cumple una función como órgano activo y vivo delimitada por los fenómenos naturales. En el ámbito sociocultural se habla del juego como acciones pasadas de generación en generación. Estas conceptualizaciones y otras que existen nos han presentado la posibilidad que la lúdica va mucho más allá del mismo juego del hombre en ganar goce y placer y llega a otros estados del ser que busca un desarrollo más integral, tanto a nivel individual como colectivo.

¹⁰ Huizinga, Johan. Homo Ludens. Buenos Aires, Ed. Alianza Emecé, 1968.

1.7.4 La lúdica como como desarrollo de habilidades.

La asertividad lúdica debemos reconocerla como la habilidad personal que se nota en lo social, para expresar adecuadamente sentimientos, emociones y pensamientos. Parte de los niveles de respuesta que tiene el ser humano:

Respuesta Emocional o Autonómica: son las manifestaciones emocionales que predisponen una acción. Es el Sentir.

1.7.4.1 Respuesta Cognitiva o Cognoscitiva, es lo que viene de afuera hacia adentro y produce desencadenamientos motores, además de tener aspectos como alta intensidad y corta duración. Es el Pensar.

1.7.4.2 Respuesta Motriz, es el reflejo del cuerpo humano voluntario o involuntario en una acción o movimiento. Es el Actuar.

Nosotros somos los llamados a estimular y a recuperar la capacidad de asombro, de volver extraño lo conocido, lo cotidiano; de encontrar nuevos significados, de construir nuevos sistemas de relaciones. “La actitud lúdica es una característica de la personalidad creativa, del pensamiento creativo”, es la capacidad de aprender jugando, dice Erika Landau¹¹

Las reglas y parámetros que surgen en la actividad lúdica configuran los modelos de comunicación intrapersonal e interpersonal que orientarán las relaciones con nosotros mismos y con los demás en el transcurso de nuestra vida.

Resumiendo, la capacidad lúdica debe ser repensada dentro de los contenidos de la educación física como un componente estructural del ser humano y que encuentra en sus respuestas emocional, cognitiva y motriz su máxima expresión. Debe ser repensada como un contenido posibilitador del desarrollo de la autonomía, de aprendizajes significativos, para suplir las necesidades del individuo y como una posibilidad de adaptación a la realidad.

¹¹ Erika Landau. El vivir creativo. Herder, Barcelona, 1987.

1.7.5 Dimensión lúdica de la recreación y el deporte

Partimos de los postulados enmarcados en la Ley del Deporte donde se define la Educación Física como una disciplina científica, cuyo objeto de estudio es la expresión corporal del hombre. En consecuencia el movimiento es de gran incidencia en el desarrollo integral y en el mejoramiento de la salud y calidad de vida del individuo; lo cual está sujeto a lo dispuesto en la Ley 115 de 1994, donde se admite la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre como un proceso de acción participativa y dinámica que facilita entender la vida como una vivencia de disfrute, creación y libertad, para el pleno desarrollo de las potencialidades del ser humano, para su realización y mejoramiento de la calidad de vida individual y social.

El deporte se concibe como la específica conducta humana, caracterizada por una actitud lúdica y de afán competitivo de comprobación o desafío expresado mediante el ejercicio corporal y mental, dentro de disciplinas y normas preestablecidas que están orientadas a generar valores morales, cívicos y sociales. En consecuencia el joven y el niño a través del juego, interiorizan las normas y las reglas sociales, se fortalecen los procesos de socialización y se expresan con plena libertad, "tal como son", situación que fortalece los procesos de formación y orientación y pueden suministrar valiosa información para formar y orientar a los niños y jóvenes en "el aprender a ser" ciudadanos auténticos.

El deporte, la recreación y el juego constituyen el cultivo de los valores, estimulan la participación, la concentración y la solución de conflictos.

En el desarrollo del proyecto se ofrecen actividades lúdicas, deportivas, recreativas, culturales y de carácter gimnástico que la alumna pueda realizar en forma libre, espontánea, creativa y sin ninguna compulsión.

“En el plano de la recreación se estimulará los festivales recreativos, las rondas, los juegos, las actividades culturales al aire libre y juegos ecológicos y de integración.

La necesidad de movimiento, de recrearse se remonta al legado del barón Pierra de Coubertin "Lo mas importante no es ganar sino saber competir". Fue en el año de 1896 cuando una muchedumbre de ochenta mil personas se dio cita en el recién estrenado Estadio Olímpico de Atenas en Grecia, para dar comienzo a los primeros juegos Olímpicos a los que asistieron 311 atletas de 13 naciones y tratar de unir a todos los países del mundo a través de sus cinco aros, símbolo del Olimpismo"¹².

1.7.6 ¿Lúdica o juego?

Un primer equívoco que debe evitarse es el de confundir lúdica con juego, pese a que semánticamente estas expresiones se tratan como sinónimos. Sin embargo todo juego es lúdico pero no todo lo lúdico es juego, es decir, es necesario reconocer que la lúdica no se reduce o agota en los juegos, sino que va más allá, trascendiéndolos, con una connotación general. Por lo tanto puede asegurarse, con base en lo expuesto, que la lúdica se expresa en actividades que producen emociones placenteras y vivencias excitantes tan diferentes como el baile, el paseo, la observación de un partido de fútbol, el jumping o leer poesía etc.¹³., que difieren de las comúnmente aceptadas como juegos, evidenciando el carácter genérico de la lúdica y la inconveniencia de reducirla a una forma particular de expresión. Esta equivocación se ha prestado para confundir a los estudiantes y padres de familia como que el profesor de Educación Física es el único autorizado pedagógica y curricularmente para ofrecer a sus estudiantes la opción lúdica del juego, imposibilitando otras manifestaciones tan deseadas por los jóvenes, como las ya citadas. Actividades simbólicas e imaginarias como el juego,

¹² Medina Gallego, Carlos Caja de herramientas para transformar la escuela. Santafé de Bogotá. Rodríguez Quito Editores. 1996.

¹³ OMEÑACA CILLA, RAUL, RUIZ OMEÑACA, JESUS VICENTE, Juegos cooperativos y educación física, 3 edición, España 2010, 350p, editorial paidotrivo, ISBN 84 – 8019 -433 - 2

la chanza, el sentido del humor, la escritura, el arte, el descanso, la estética, la cuentería, etc. Inclusive, todos aquellos actos cotidianos como “mirar vitrinas”, “pararse en las esquinas”, “sentarse en una banca”, son también lúdicos y tienen en común estas prácticas culturales, es que en la mayoría de los casos, actúan sin más recompensa que la gratitud y la felicidad que producen dichos eventos. Es en este sentido que la mayoría de los juegos son lúdicos, pero la lúdica no solo se reduce al juego.

Por otra parte para que exista el juego en el niño, tiene que haber interacción y manipulación del entorno físico. De esta forma el juego surge como fruto de nuestra acción o de nuestra actividad cognitiva. En este sentido, el cerebro del niño y toda su corporalidad está continuamente en procesos de auto modificación de su actividad celular, y no de hacer representaciones del mundo externo como muchos autores lo plantean. Recordemos, que cada segundo existen más de cien mil millones de reacciones químicas que transforman todos nuestros tejidos y en especial nuestras neuronas, originando plasticidad cerebral. Desde estas perspectivas, es a través del juego que yo establezco vínculos con otros, por medio del cuidado físico, las afectaciones, el amor, que se producen en el juego social. Lo anterior es determinante no solo para los procesos cerebrales sino que inciden en la construcción y en la regulación celular de procesos de expresión génica (Epigenéticos)¹⁴. De esta forma, el juego no solo permite modificaciones celulares, sino que el ser humano también es transformado en su comportamiento por procesos que ocurren en la dimensión lúdica, especialmente asociados con el campo emocional-afectivo que produce el juego.

1.7.7 Rasgos propios del juego

Son muchos los campos del saber como la antropología, la sociología, la psicología, la educación etc., que han optado por buscar rasgos distintivos del

¹⁴Ibid

juego como paso previo a su exploración y explicación de las posibilidades que emergen en cada uno de los campos. Los más relevantes en todos los campos son¹⁵:

- A. El juego es fuente de alegría de júbilo y de placer. En la mayoría de las ocasiones va unido a vivencias de alegría y sentimientos de placer y plenitud emocional. Estos atributos llenan de sentido las actividades lúdicas.
- B. El juego constituye un fin en sí mismo. Es decir no demanda metas extrínsecas, al contrario representa más un disfrute de medios, un recrearse en la propia actuación. Se supera a través del juego la visión utilitaria de la actividad humana y los planteamientos de una sociedad orientada hacia la acción teleológica, hacia el logro de objetivos. Surge de este rasgo una paradoja en el contexto educativo, puesto que si el juego es un fin en sí mismo, en la escuela se utiliza como medio al servicio educativo o como instrumento de aprendizaje.
- C. El juego es espontáneo y voluntario. Es libremente elegido, es decir no está sometido a imposiciones surgidas desde fuera erigiéndose de este modo altas cotas de autonomía personal y social. Sin embargo surge una segunda paradoja constituida por el hecho de que para participar en una actividad lúdica, es necesario aceptar restricciones y normas fundamentalmente de carácter colectivo. Las normas acotan y ponen límites a la libertad individual en la actividad colectiva.
- D. El juego propicia el aprendizaje. Está presente de modo muy especial en los aprendizajes que realizan los niños durante los primeros años de la vida, pero su potencialidad como fuente de aprendizaje se mantiene a lo largo de toda ella. Aspectos como el desarrollo cognitivo, afectivo, motriz, ético o la adquisición de habilidades comunicativas y sociales que hacen del juego un importante campo para la exploración y el crecimiento personal.

¹⁵OMEÑACA CILLA, RAUL, RUIZ OMEÑACA, JESUS VICENTE, Juegos cooperativos y educación física, 3 edición, España 2010, 350p, editorial paidotrivo, ISBN 84 – 8019 -433 - 2

- E. El juego es una forma de expresión, ha sido valorado como una representación simbólica de sentimientos, preocupaciones, y experiencias; un medio para expresar las necesidades y las vivencias experimentadas por el “yo” y para establecer relaciones constructivas con los demás. Este aspecto J. Piaget y L.S. Vygotsky lo enmarcan en el ámbito explicativo más que en el ámbito descriptivo.
- F. El juego implica participación activa. Convierte en protagonista a la persona que participa, que actúa, demanda más nuestro concurso como actores que como espectadores y lo convierte en alternativa ideal ante la influencia sedentaria que ejerce la televisión y el video.
- G. El juego posee puntos de encuentro en situaciones reales. Contrasta la cotidianidad con las reglas del juego permitiendo una adaptabilidad y aceptación de reglas, especialmente durante la infancia. El juego constituye un modo de enfrentarse a la realidad proporcionándole vivencias y experiencias que permiten el progreso personal, no es extraño en consecuencia que los niños acometan la actividad del juego con una mezcla de alegría y seriedad, como algo que le proporciona satisfacción, pero sin resultar en absoluto banal.

1.7.8 Tipos de juegos y clasificación

Los juegos se pueden clasificar atendiendo a diferentes criterios de ahí que no se pueda encontrar una única clasificación. Las clasificaciones están hechas para orientar y ayudar a los educadores. A éstos les han de servir de guía en el desarrollo de sus funciones pero en ningún caso se deben utilizar para encasillar a los sujetos y exigir que su actividad lúdica se adecue a lo prefijado según la clasificación con la que en el momento se les esté comparando. Los educadores tienen que observar al niño cuando juega, ya sea de forma libre y espontánea o de forma dirigida; al compararla con la clasificación elegida como norma tipo, podrá revelar su etapa de desarrollo y su inclinación personal. A través del juego el niño muestra su momento evolutivo sin sentirse estudiado y de una forma

completamente espontánea y sincera. Cuando se revisan las clasificaciones se obtiene un conocimiento concreto y resumido de lo que sería la naturaleza del juego y de su secuenciación en el tiempo¹⁶. En el anexo 1 se incluye una taxonomía de juegos que nos permite reconocer las múltiples clasificaciones que se pueden dar de acuerdo al propósito y funcionalidad que poseen para cada uno de los ámbitos.

Para los propósitos de esta investigación hacemos referencia a la clasificación según la edad liderada por J. Piaget y otros en donde hay una respuesta al orden cronológico de aparición de juegos a partir del nacimiento del niño, incluyendo elementos relativos a tipos de juegos en función de realidades evolutivas y juguetes empleados por la alusión a cómo éstos encajan en la etapa concreta del desarrollo que se presenta. Así, tenemos la siguiente clasificación¹⁷:

De 0 a 2 años: juegos sensorio-motores: En este período la inteligencia del niño es fundamentalmente práctica, ligada a lo sensorial y a la acción motora. Los logros más destacados son el establecimiento de la conducta intencional, la construcción del concepto permanente y de las primeras representaciones, y el acceso a la función simbólica. En este período son comunes los juegos del niño en donde emplea su propio cuerpo (dobla brazos y piernas, se balancea, produce ruidos, se observa ante los espejos...), pero también manipula con otros objetos: sonajeros, cascabeles, móviles, instrumentos musicales sencillos, arroja objetos, rasga papeles, arrastra muñecos y peluches, conduce carritos, etc.

De 2 a 4 años: juegos simbólicos, de imitación o ficción: En este período, niños y niñas utilizan objetos para “convertirlos” en otros elementos: una caja de cerillas en una casa, una escoba en un caballo, debajo de una mesa como una casita,

¹⁶Martínez, Raquel, Tipos de juego y clasificación, Utopía Infantil, [en línea], <https://utopiainfantil.wordpress.com/2011/07/15/tipos-de-juegos-y-clasificacion/>

¹⁷ Alvarado, Luis Alberto, “Escuela De Recreación Comcaja, Juegos y mas juegos, Ponencia 7º camping taller nacional de recreación [en línea], <http://www.redcreacion.org/documentos/camping7/LAAAlvarado.html>

etc., al tiempo que también imitan escenas o situaciones: hacen como si hablan por teléfono, como si leen, como si duermen, etc. Más ejemplos de sus juegos y los objetos utilizados en la manifestación de sus conductas lúdicas son: disfrutan con trenes, construcciones de cubos, rompecabezas de elementos simples, muñecos, instrumentos musicales con músicas pregrabadas o notas simples que ellos ejecutan, xilófonos, etc.

De 4 a 7 años: es el momento en que declina el juego simbólico: El juego simbólico o de ficción suele considerarse como el más típico y el que reúne los caracteres de juego en forma más sobresaliente. Es el juego por excelencia de la edad de la Educación infantil y marca el apogeo del juego infantil. Muchos de los juegos que se observan como propios de esta etapa son el uso de rompecabezas y puzles, las construcciones, juegos que consisten en dibujar, moldear, esculpir, coser, etc., siendo muy persistentes los juegos de muñecas.

De 7 a 9 años: el desarrollo de los juegos de reglas: Los juegos de reglas, por otro lado, se estructuran en función de unas reglas establecidas por agentes externos al propio sujeto, o propuestas por los propios jugadores, reglas que deben seguirse para la buena marcha del juego, se consolida la inteligencia abstracta y la sociabilidad en éstos. Los juegos más representativos de esta época son: canicas, cartas, juegos didácticos (de letras o números), rompecabezas con cierta dificultad, etc.

Más tarde, entre los 9 y los 12 años, niños y niñas viven una época tranquila en la que valoran enormemente el compañerismo y los amigos, cierta forma de relaciones en donde también empieza a haber desavenencias, liderazgos, riñas, etc., muy propias de las formas de sociabilidad de esta etapa.

Para los intereses de este trabajo es necesario caracterizar de mejor manera los juegos simbólicos y los juegos de reglas, debido a que las edades de los estudiantes de grado primero de la escuela el Molino de Ubaque fluctúan entre los 4y 7 años, y además muchos de ellos no cursaron el nivel de preescolar por lo que no han tenido la vivencia de aprendizaje a través del juego.

1.8 MARCO LEGAL

1.8.1 Constitución Política De Colombia De 1991

Algunos artículos de la Constitución que abordan la recreación como aspecto fundamental en la sociedad son:

Artículo 52: El Estado fomentara las actividades de recreación, práctica del deporte y el aprovechamiento del tiempo libre.

Del mismo modo se reconoce como un derecho fundamental de los niños, individual inalienable, social y general de la población. La cual debe propiciar el desarrollo de las capacidades creativas y potencialidades del hombre, de modo que la vivencia en sí misma, le permita descubrir nuevas posibilidades y sentidos a la vida y a su cotidianidad.

Artículo 64: Es deber del Estado promover el acceso de los trabajadores a los servicios de educación y la recreación.

Artículo 67: La educación formará al colombiano en la práctica del trabajo y la recreación.

1.8.2 LEY 115 DE 1994

Por el cual se expide la Ley General de Educación. Hace referencia a los fines de la educación entre los que se encuentra la promoción y preservación de la salud resaltando la importancia de la educación física, la recreación, el deporte y la utilización adecuada del tiempo libre

En el artículo 14 establece que el aprovechamiento del tiempo libre, la práctica de la educación física, la recreación y el deporte debe ser obligatorio en todos Los establecimientos oficiales o privados en todos Los niveles.

DISEÑO METODOLÓGICO

1.9 METODOLOGÍA DE INVESTIGACIÓN

Para la presente investigación se desarrolló un estudio de tipo cualitativo con un enfoque etnográfico crítico social y con una metodología de observación participante, utilizando técnicas descriptivas expresivas, en busca de la transformación de la práctica en favor de mejor aprovechamiento del tiempo libre de los y las estudiantes.

Hablar hoy de investigación social exige inicialmente ubicar el contexto actual en el cual se desarrollan los procesos investigativos, es decir, los referentes de sentidos, situaciones y condiciones en las que se estructuran y constituyen las realidades sociales, es darse cuenta de lo que acontece y sucede en un tiempo y espacio, lo que implica comprender y articular las distintas dimensiones de la realidad desde una perspectiva crítica. “Esta perspectiva crítica de la investigación reconoce y asume el lugar central del sujeto y la subjetividad de la investigación social, donde el sujeto investigado cobra sentido y se concibe como un sujeto social, como aquel ser humano que se reconoce y es reconocido por otros, que se nombra y es nombrado por otros el cual hace parte del mundo de lo humano, del lenguaje, de lo simbólico, de lo cultural, partícipe y constructor de su propia realidad y no como objeto a histórico, anónimo, perteneciente al mundo físico de lo controlable y manipulable”¹⁸.

La investigación social como una praxis „constructiva, intersubjetiva e intencionada igual que la realidad social de la que se ocupa y la contiene, lo cual implica reconocer que se articula de una manera sistémica a todas las realidades y dimensiones del desarrollo humano.

¹⁸ García Chacón Beatriz Elena, González Zabala Sandra Patricia, Quiroz Trujillo Andrea, Velásquez Velásquez Ángela María. (2002). Técnicas interactivas para la investigación social cualitativa. Fundación Universitaria Luis Amigo. Medellín. Colombia

Acceder a la realidad social implica utilizar un tipo de investigación cualitativo cuyo énfasis se halla en la comprensión a profundidad de las realidades humanas, su sistema de relaciones, su estructura dinámica, aquella que da razón plena de su comportamiento y manifestaciones, donde las descripciones detalladas de situaciones, eventos, personas, interacciones y comportamientos, permiten develar sentidos, aspectos y componentes de esas realidades tal y como ocurren en sus contextos naturales, incorporando lo que los participantes dicen, sus experiencias, actitudes, creencias, pensamientos y reflexiones tal y como son expresadas por ellos mismos. “En la investigación cualitativa existe un interés por comprender a los individuos dentro de sus contextos o mundos de vida, es decir, se busca el sentido de la acción humana, dar cuenta de los cambios que se operan en los procesos de construcción de la realidad social, indagar por las representaciones o imaginarios que las personas tienen de sí mismas, de sus grupos, de su entorno, de su vida cotidiana y de su hacer”¹⁹.

El enfoque etnográfico contempla mucho más que la descripción incluye también la comprensión e interpretación de los fenómenos desde una mirada histórica, holística e interactiva, en la que la palabra y las acciones se reconocen como precedidas y precediendo algo: ese algo que pueden ser otras palabras, otros hechos o formas alternativas de discursividad silenciosa, en el discurso no solo se evidencia las aprehensiones del mundo por el sujeto, sino también las formas de interacción en las que éstas se producen²⁰.

Y por último desde la observación participante como una de las metodologías que aporta la etnografía se hace posible la interacción entre el observador y los sujetos de observación, con la posibilidad de intercambiar saberes y vivencias, generando relaciones abiertas, basadas en el reconocimiento, la escucha, el diálogo y donde los sentidos del observador se abren a la presencia del otro, se recrean con el otro. Desde esta mirada es posible proporcionar una imagen de la vida, del

¹⁹ *Ibíd.*

²⁰ FUNDACIÓN UNIVERSITARIA LUIS AMIGO. Centro de Investigaciones. JIMÉNEZ GÓMEZ, Luz Elena. (documento de trabajo). 2000. p. 3-4

quehacer de los individuos y los grupos, en sus escenarios específicos y contextualizados. A partir de este proceso de reflexión, el investigador le asigna significaciones a lo que ve, oye y se hace, llegando a construir e interpretar la realidad sin anteponer su sistema de valores.

1.10 POBLACIÓN Y MUESTRA

1.10.1 Población

La población objeto de estudio es de carácter mixto, está conformada por los integrantes del centro educativo Nuevo Sucre que son 135 personas en total; corresponde a 80 estudiantes, 52 padres de familia, 3 docentes y un directivo

1.10.2 Muestra

La muestra seleccionada es el grado quinto con 22 estudiantes, 1 docente y 19 padres de familia; para un total de 42 personas.

1.11 INSTRUMENTOS

La recolección de la información para esta investigación se hará a través de:

Una **revisión bibliográfica**, con el fin de recopilar información significativa para diseñar una serie de actividades lúdicas recreativas encaminadas al uso del tiempo libre y al desarrollo de habilidades y capacidades físicas en los estudiantes.

La observación participante a través de diarios de campo, a padres de familia, docente directora de grupo y estudiantes con el fin de verificar si las actividades lúdicas recreativas aplicadas a los estudiantes llevaron al buen uso del tiempo libre y al desarrollo de habilidades y capacidades físicas.

Observación directa, para especificar las características más visibles del uso del tiempo libre y al desarrollo de habilidades y capacidades físicas en el comportamiento de los estudiantes.

1.12 ANÁLISIS DE RESULTADOS

Tabla 1: Codificación De La Información De La Entrevista Aplicada Al Docente Del Grado Quinto

CATEGORIAS	SUBCATEGORIAS	RESPUESTAS AGRUPADAS	CODIGOS
EL TIEMPO LIBRE	Opinión acerca de la propuesta para el buen uso del tiempo libre	Idea muy novedosa. Excelente para evitar que los niños hagan cosas indebidas en su tiempo libre como es el jugar billar	OPPR
ESTRATEGIAS	Estrategias y orientaciones para el buen uso del tiempo libre	Lo más usual que hago es aconsejarlos y dejarles bastantes tareas en las asignaturas.	ESTR
USO DEL TIEMPO LIBRE	Ocupación del tiempo libre de los estudiantes	Observo que mis estudiantes juegan billar. Algunos ya se toman sus traguitos cuando	OCTL

		hay fiesta y tienen oportunidad.	
--	--	----------------------------------	--

Tabla 2: Codificación De La Información De La Entrevista Aplicada A Los Padres De Familias Del Grado Quinto

CATEGORIAS	SUBCATEGORIAS	RESPUESTAS AGRUPADAS	CODIGOS
ACOGIDA	Opinión acerca de la propuesta para el buen uso del tiempo libre	-Me parece una idea muy buena. - Que bueno que se preocupen por esas cosas. Si. Porque hay niños que están haciendo cosas indebidas en su tiempo libre. - los niños de hoy en día ya no juegan quieren es hacer ya las mismas cosas de los adultos-	OPPR 12 OPPR5 OPPR1 OPPR1
ESTRATEGIAS	Estrategias y orientaciones del	Sé que le da consejos.	ESTR5

	docente para el buen uso del tiempo libre	En educación física juegan y ya.	ESTR8
USO DEL TIEMPO LIBRE	Ocupación del tiempo libre de sus hijos.	Juego de billar. Matando pajaros Gallos Fiestas Algunos ya enamorados	OCTL19

Los datos recogidos en las diferentes fichas de campo y en los diferentes momentos de la investigación confirman la hipótesis de que los y las estudiantes de grado quinto del centro educativo Nuevo Sucre, no se les ha orientado ni desde la familia ni desde la escuela para que aprovechen el tiempo libre de una manera sana y productiva, a través de actividades de ocio o lúdicas como el deporte, el teatro, etc.

1.13 DIAGNÓSTICO

Después de aplicado los instrumentos se puede deducir que el docente se preocupa muy poco por brindar estrategias que le permitan al estudiante el buen uso del tiempo libre; solo se limita a aconsejar a sus estudiantes pero no los acompaña en el proceso ni brinda conocimiento de otras alternativas para divertirse sanamente con actividades que les produzca alegría, placer o que simplemente les brinde diversión o entretenimiento sin hacerse daño ni hacerle a los demás.

Por otra parte los padres de familia manifiestan estar muy preocupados por las actividades de ocio que realizan sus hijos después de llevar a cabo sus

obligaciones diarias, sean laborales, educativas, sociales, familiares, entre otras, para dedicarse a aquello que le produce alegría placer o que simplemente le brinda diversión o entretenimiento pero que también les ocasiona daños porque estas no son las apropiadas para la edad de los niños. Ni son las mejores para su desarrollo integral.

Demostraron acogida hacia la propuesta y encontraron que esta puede ser la solución a la problemática presentada. Espacio que le permitiría a sus hijos desarrollar la espontaneidad y la creatividad; posibilitándole el descubrir poco a poco sus destrezas y debilidades, como también sus gustos y sueños y, en este sentido aprender a conocerse y desplegar todo su potencial.

PROPUESTA

1.14 TÍTULO DE LA PROPUESTA

Aprovechando el tiempo libre con los estudiantes del grado quinto centro educativo Nuevo Sucre a través de actividades lúdico recreativas.

1.15 DESCRIPCIÓN DE LA PROPUESTA

El problema que se espera solucionar con esta propuesta consiste en:

La tendencia al bajo interés por parte de las nuevas generaciones, a hacer buen uso del tiempo libre en jornadas contrarias a las académicas; situación que se viene presentando en los estudiantes del centro educativo Nuevo Sucre. Nadie se ha preocupado por hacerle frente a la problemática que viven los jóvenes debido a las características propias que ha tomado el contexto sin lugares de esparcimientos y recreación.

1.16 JUSTIFICACIÓN

La propuesta que se llevará a cabo tiene como objetivo el fomento de actividades lúdico recreativas con miras a incentivar a los estudiantes del grado quinto del centro educativo Nuevo Sucre a aplicarlas y hacer buen uso del tiempo libre.

Con la ejecución de esta propuesta se pretende acabar con esta problemática en el centro educativo Nuevo Sucre, que a la vez este mismo proyecto pueda aplicarse y desarrollarse en los demás grados de la básica primaria, y porque no en otras, pues esta es una problemática que afecta a muchos niños y jóvenes en nuestro país.

Se considera que esta es la primera vez que se plantean y aplican estrategias pedagógicas para solucionar este problema con actividades nuevas que darán muy buenos resultados formando el hombre integral del mañana y por ende ampliando formación cultural de la institución mejorando su proyección ante la sociedad.

1.17 OBJETIVOS

1.17.1 Objetivo General:

Fomentar actividades lúdicas recreativas con miras a incentivar a los estudiantes del grado quinto del centro educativo Nuevo Sucre a aplicarlas y hacer buen uso del tiempo libre

1.17.2 Objetivos Específicos

- Valorar el contenido de la propuesta identificando su importancia para que se estimule la participación.
- Realizar acciones que favorezcan la participación de los estudiantes del centro educativo Nuevo Sucre a aplicarlas y hacer buen uso del tiempo libre.
- Proyectar desde la escuela hacia la comunidad local con las nuevas actividades lúdicas recreativas.

1.18 ESTRATEGIAS Y ACTIVIDADES

- Para el desarrollo de la siguiente propuesta se tendrán en cuenta las siguientes estrategias metodológicas:
- Charlas, prácticas de juegos, actividades de coordinación, actividades de expresión corporal.

1.19 PERSONAS RESPONSABLES

Las personas responsables del desarrollo de la presente propuesta es el grupo investigador.

1.20 BENEFICIARIOS DE LA PROPUESTA

Los beneficiarios directos de la aplicación de la presente propuesta son los estudiantes del grado quinto del centro educativo Nuevo Sucre.

1.21 RECURSOS:

- a. Recursos Humanos: profesor del área de investigación. Comunidad educativa: grupo de investigación, estudiantes de la escuela que quieran formar parte de la investigación, docentes directores y padres de familia.
- b. Recursos Técnicos: Modulo De Investigación.
- c. Recursos Didácticos: Videos, Música, Libros.

1.22 EVALUACIÓN Y SEGUIMIENTO

El seguimiento y evaluación se llevara a cabo por parte de la universidad Y él/los docentes asignados.

Se evaluará de acuerdo al cumplimiento de los objetivos propuestos.

Implementación de la Propuesta

1.23 ETAPA DE SENSIBILIZACIÓN.

Esta etapa consiste en convocar a los alumnos para motivarlos a participar del trabajo lúdico recreativo que se estará desarrollando en el tiempo libre con los estudiantes que deseen participar del grado quinto. Así mismo se le dará a conocer a los padres de familia el proyecto y se harán partícipes para que estos sean conscientes de la necesidad del buen uso del tiempo libre por parte de sus hijos.

1.24 ETAPA DE EJECUCIÓN.

Consiste en desarrollar una serie de actividades lúdico recreativas con los estudiantes su tiempo libre en jornadas contrarias a las académicas.

1.25 ETAPA DE PROYECCIÓN COMUNITARIA.

Esta etapa consiste en darle conocer a la comunidad en general las actividades lúdicas recreativas realizadas en jornadas contrarias: así mismo se mostraran a la comunidad todos los beneficios que se puede conseguir si el proyecto se implementa con otros grupos de estudiantes.

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

1.26 CONCLUSIONES

1. El desarrollo de las actividades lúdico recreativas con los estudiantes del grado quinto permitieron en ellos un encuentro consigo mismo y con los demás; con su aplicación descubrieron su personalidad, su esencia; fue un tiempo en que los niños dedicaron para sí mismo, para soñar y dar un espacio a su imaginación.
2. Esta propuesta se convirtió en un valioso recurso para la manifestación del comportamiento de los niños. Permitió desarrollar la espontaneidad y la creatividad; es un espacio que les permitió el descubrir poco a poco sus destrezas y debilidades, como también sus gustos y sueños y, en este sentido aprender a conocerse y desplegar todo su potencial.
3. Es de hacer notar que, el buen uso del tiempo libre como agente socializador, debe ser aplicado por los docentes en el área educativa procurando el desarrollo armónico de todas las dimensiones humanas del individuo: en lo estético, cultural, social y por supuesto en el aspecto recreativo; de allí que toma en cuenta los intereses, expectativas y necesidades de satisfacción personal y grupal del individuo, fortaleciendo sus valores, a través de acciones, de actividades elegidas consciente y responsablemente en un tiempo libre constructivo, con asimilación de normas de vida, convivencia, interrelación social y con conocimientos de la importancia sobre el proceso de socialización, además del desarrollo de las potencialidades del individuo y una formación integral sin limitaciones, ayudando en su autorrealización y fortaleciendo el desarrollo integral humano.
4. Planteado desde una visión compleja, el tiempo libre en el proceso de socialización educativo, se convierte en una herramienta valiosa para el logro de este proceso, como un medio de prevención para la ociosidad, la

adquisición de conductas positivas, para la proyección desde el punto de vista social y comunitario pero sobre todo la formación axiológica en el ser humano, dándole sentido a la autorrealización, a los valores que dan sentido a su vez a la vida, la libertad, la sociabilidad y el autoconocimiento posibilitando de manera efectiva la transformación social y educativa de las personas, ofreciendo posibilidades para adquirirlos, ejercitarlos y promoverlos en el ámbito educativo, como parte de la creación sobre todo los valores hedónicos (representado por lo creativo y deportivo), los sociales (representados por la socialización), los intelectuales (reflexión, conocimiento, creatividad), y los eudemónicos (presentados por la felicidad, amistad, convivencia y solidaridad hacia los seres humanos), eliminando así actitudes poco solidarias y antivalores que tanto daño han hecho a la sociedad.

1.27 RECOMENDACIONES

Después de aplicar esta propuesta y notar los resultados positivos se puede recomendar que esta sea aplicada año tras año con los estudiantes que desde el grado cuarto para evitar que los niños cuando lleguen a la pubertad se dediquen en su tiempo libre a otras actividades no aptas para su edad y dañinas para su personalidad.

BIBLIOGRAFIA

- Agudelo H, Beatriz, Castaño G, Luzmary. En Su Estudio Rescatemos Los Juegos Tradicionales, Manizales – Caldas. 2008.
- Alvarado Luis, Recreación, lúdica y juego. Neurociencia, pedagogía para el siglo XXI. Editorial Magisterio. 2004
- Alvarado, Luis Alberto, “Escuela De Recreación Comcaja, Juegos y mas juegos, Ponencia 7º camping taller nacional de recreación [en línea], <http://www.redcreacion.org/documentos/camping7/LAAlvarado.html>
- Alvarez Cardoza Miguel Salvador. Didáctica del movimiento, aprovechando el tiempo libre. IEENSM. Majagual – Sucre. 2009.
- Arranza Rodríguez, Oswaldo.(2013). Educar para la buena utilización del tiempo libre y mejorar la calidad de vida. Revista EFDeportes.com. Año 18. No. 185. Caracas Venezuela..
- Erika Landau. El vivir creativo. Herder, Barcelona, 1987
- Fundación Universitaria Luis Amigo. Centro de Investigaciones. Jiménez Gómez, Luz Elena. (documento de trabajo). 2000. p. 3-4
- García Chacón Beatriz Elena, González Zabala Sandra Patricia, Quiroz Trujillo Andrea, Velásquez Velásquez Ángela María. (2002). Técnicas interactivas para la investigación social cualitativa. Fundación Universitaria Luis Amigo. Medellín. Colombia
- Hernández, A. y Morales, V. (2008). Una revisión teórica. Ocio, tiempo libre y animación sociocultural. Lecturas EF y Deportes. Disponible en <http://www.efdeportes.com/efd127/una-revisionteorica-ocio-tiempo-libre-y-animacion-sociocultural.htm>. [Consulta 2013, 15 de noviembre].
- Huizinga, Johan. Homoludens, alianza editorial Madrid. 1996
- Martínez, Raquel, Tipos de juego y clasificación, Utopía Infantil, [en línea], <https://utopiainfantil.wordpress.com/2011/07/15/tipos-de-juegos-y-clasificacion/>
- Medina Gallego, Carlos Caja de herramientas para transformar la escuela. Santafé de Bogotá. Rodríguez Quito Editores. 1996.

Muñoz M, J. (1983). Pedagogía del ocio y cultura de masas en una época de cambio. Revista Realidades Sociales, No.22.

Omeñaca Cilla, Raul, Ruiz Omeñaca, Jesus Vicente, Juegos cooperativos y educación física, 3 edición, España 2010, 350p, editorial paidotrivo, ISBN 84 – 8019 -433 – 2

Pérez, A. (2002, 28 -30 de julio). Tiempo, tiempo libre y recreación y su relación con la calidad de vida y su desarrollo individual. Recuperado el 16 de mayo de 2014 de

<http://www.redcreacion.org/documentos/congreso7/APerez.html>

Virtudes Maurello, Milian, Espinosa Valenzuela, Pedro y otros. La Suiza, rescate de un juego tradicional para la enseñanza primaria, Cuba. 2006.

ANEXOS

Anexo 1: Evidencias Etapa De Sensibilización

REUNIÓN CON LOS PADRES DE FAMILIAS

CHARLA SOBRE EL APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE

Mayo 18

Explicarles a los padres de familia porque es importante que los niños hagan buen uso del tiempo libre, entendiendo por tiempo libre el que tienen los niños después de terminar sus actividades asignadas debido a que muchos padres no saben en que lo utilizan los niños

Es enfatizar en la utilizar en actividades lúdicas recreativa que les ayude a desarrollar habilidades y destreza como también en el aspecto cognitivo se les explicara el tiempo que utilizaran los niños para cada juego que es un tiempo limitado que evitara que los niños se adicione



Mayo 21 CHARLA CON LOS ESTUDIANTES

Donde se les explicara la importancia del proyecto los beneficios que les traerán las habilidades y destreza que desarrollaran y las actividades a desarrollar durante el proyecto



ETAPA DE APLICACIÓN

MAYO 25

INTEGRACION CON LOS PADRES DE FAMILIA

Ante la negatividad de algunos padres de sobre el proyecto se les invito a una integración con los padres donde se les organizo un concurso de bolitas de cristal concurso de atarrayeros y terminar con un cuadrangular de Microfútbol



JUNIO 15 Primera práctica de micro futbol

Se organizó todos los viernes partiendo del 15 hasta la culminación del proyecto



ETAPA DE PROYECCION A LA COMUNIDAD

7 DE AGOSTO

Se invitó la comunidad educativa para mostrar las actividades trabajadas durante el proyecto





JUNIO 19.- 20 -21 PRACTICAS DE GIMNASIAS RITMICAS

Los niños harán ejercicio al ritmo de la música haciendo buen uso de su concentración y coordinación



JUNIO 22 segunda practica de microfútbol



Junio 25-26-27- PRACTICA DE AJEDREZ

Donde los niños pondrán en práctica su capacidad analítica y estratégica



JUNIO 29 TERCERA PRÁCTICA DE MICROFUTBOLL



JULIO 2-3 PRÁCTICA DE PARQUE

Poniendo en práctica su capacidad analítica en su conocimiento en las matemáticas.



JULIO 4—5 PRACTICAS DE JUEGOS CON CUERDA: Donde pondrán en práctica su fuerza y su agilidad saltando la cuerda y haciendo ejercicio de fuerza halando la cuerda.



Julio 16- 17 CARRERAS EN COSTALES: Se organizan grupos en el campo y participan en carreras Para ver quien tiene más agilidad.



JULIO 18—19 CONCURSO DE COMETAS: Se les entrega a los niños los materiales donde cada uno utilizara su creatividad para construirlas y se les organizo un concurso donde se premiara la que más vuele, la más bonita y la más grande





Anexo 2: Entrevista Al Docente Del Centro Educativo Nuevo Sucre.

PROPÓSITO: saber si el docente tiene interés en que sus alumnos hagan buen uso de su tiempo libre en actividades sanas

1. ¿Cómo les parece la propuesta ludo - recreativa Aprovechando el tiempo libre con los estudiantes del grado quinto centro educativo Nuevo Sucre?
2. ¿Qué estrategias y orientaciones utiliza usted para motivar a los estudiantes a desarrollar juegos adecuados para el aprovechamiento del tiempo libre?
3. ¿Qué creen ustedes que están ocasionando el uso inadecuado de juegos en el tiempo libre?
5. ¿creen ustedes que los padres se interesan por el tiempo libre de sus hijos?

Anexo 3: Entrevista Estructurada A Los Padres De Familia Del Centro Educativo Nuevo Sucre.

PROPÓSITO: saber la actitud de los padres de familia ante el uso del tiempo libre de sus hijos.

1. ¿cree usted que el docente toma interés de enseñarles a sus hijos actividades lúdico recreativas para el buen uso del tiempo libre?
2. ¿Saben ustedes que clases de actividades realizan sus hijos en el tiempo libre?