

**UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS
ESCUELA DE CIENCIA Y TECNOLOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL
DEPORTE -ECTAFIDE-**

**CÓMO UTILIZAN EL TIEMPO LIBRE Y LAS PREFERENCIAS DEPORTIVAS DE
LOS ALUMNOS Y ALUMNAS DEL NIVEL BÁSICO**

GONZÁLO ANTONIO PINEDA MEDA

GUATEMALA, JUNIO DE 2013

**UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS
ESCUELA DE CIENCIA Y TECNOLOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL
DEPORTE –ECTAFIDE-**

**COMO UTILIZAN EL TIEMPO LIBRE Y LAS PREFERENCIAS DEPORTIVAS DE
LOS ALUMNOS Y ALUMNAS DEL NIVEL BÁSICO**

**INFORME FINAL DE INVESTIGACIÓN PRESENTADO AL HONORABLE
CONSEJO DIRECTIVO
DE LA ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS**

**POR
GONZÁLO ANTONIO PINEDA MEDA**

**PREVIO A OPTAR EL TÍTULO DE
LICENCIADO EN EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTE Y RECREACION**

**EN EL GRADO ACADÉMICO DE
LICENCIADO**

GUATEMALA, JUNIO DE 2013

**MIEMBROS DEL CONSEJO DIRECTIVO
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS
UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA**

**LICENCIADO ABRAHAM CORTÉZ MEJÍA
DIRECTOR**

**M.A. MARÍA LILIANA GODOY CALZIA
SECRETARIA**

**LICENCIADA DORA JUDITH LÓPEZ AVENDAÑO
LICENCIADO RONALD GIOVANNI MORALES SÁNCHEZ
REPRESENTANTES DE LOS PROFESORES**

**LICENCIADO JUAN FERNANDO PORRES ARELLANO
REPRESENTANTE DE EGRASADOS**

**MARÍA CRISTINA GARZONA LEAL
EDGAR ALEJANDRO CORDÓN OSORIO
REPRESENTANTES ESTUDIANTILES**



c.c. Control Académico
ECTAFIDE
Reg.97-2013
CODIPs. 1087-2013

De Orden de Impresión Informe Final de Investigación

11 de junio de 2013

Estudiante
Gonzálo Antonio Pineda Meda
ECTAFIDE
Edificio

Estudiante:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto DÉCIMO TERCERO (13º.) del Acta VEINTIDOS GUIÓN DOS MIL TRECE (22-2013), de la sesión celebrada por el Consejo Directivo el 05 de junio, que copiado literalmente dice:

DÉCIMO TERCERO: El Consejo Directivo conoció el expediente que contiene el informe Final de Investigación, titulado: "**CÓMO UTILIZAN EL TIEMPO LIBRE Y LAS PREFERENCIAS DEPORTIVAS DE LOS ALUMNOS Y ALUMNAS DEL NIVEL BÁSICO**", de la carrera de Licenciatura en Educación Física, Deporte y Recreación, realizado por:

Gonzálo Antonio Pineda Meda

CARNÉ No.200219282

El presente trabajo fue asesorado por el Licenciado Byron Ronaldo González; M.A., y revisado por el Licenciado Byron Ronaldo González; M.A. Con base en lo anterior, el Consejo Directivo **AUTORIZA LA IMPRESIÓN** del Informe Final para los Trámites correspondientes de graduación, los que deberán estar de acuerdo con el instructivo para Elaboración de Investigación de Tesis, con fines de graduación profesional."

Atentamente,

"ID Y ENSEÑAD A TODOS"

M.A. María Iliana Godoy Calzia
SECRETARIA



/gaby

UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS
DE GUATEMALA



ESCUELA DE CIENCIA Y TECNOLOGÍA DE LA
ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE -ECTAFIDE-
Edificio M-3, 1er. Nivel ala sur,
Ciudad Universitaria, Zona 12
Tefefax 24439730, 24188000 ext. 1423, 1465
E-mail: ectafide_m3@usac.edu.gt

"ID Y ENSEÑAD A TODOS"

Escuela de Ciencias Psicológicas
Recepción e Información
CUMUSAC



Of. ECTAFIDE No. 187-13

Reg. 97-13

CODIPs. 355-2013

INFORME FINAL DE INVESTIGACIÓN

Guatemala, 4 de junio de 2013

Señores Miembros
Consejo Directivo
Escuela de Ciencias Psicológicas
Centro Universitario Metropolitano -CUM-

Respetables Señores:

Reciban un cordial saludo de la Coordinación General de la Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte -ECTAFIDE-.

Por este medio me dirijo a Ustedes, para informarles que he procedido a la revisión del Informe Final de Investigación, previo a optar al grado de la carrera de Licenciatura en Educación Física, Deporte y Recreación, del estudiante:

Nombre: GONZÁLO ANTONIO PINEDA MEDA

Carné No. 200219282

Titulado: **CÓMO UTILIZAN EL TIEMPO LIBRE Y LAS PREFERENCIAS DEPORTIVAS DE LOS ALUMNOS Y ALUMNAS DEL NIVEL BÁSICO.**

Asesor: Lic. Byron Ronaldo González; M.A.

Revisor Final: Lic. Byron Ronaldo González; M.A.

Por considerar que el trabajo cumple con los requisitos establecidos por ECTAFIDE, emito **dictamen favorable**, para que continúen con los trámites administrativos respectivos.

Atentamente,

"Id y Enseñad a Todos"

Lic. Byron Ronaldo González; M.A.
Coordinador General
ECTAFIDE



C.c. Control Académico
Archivo
BRG/rosario

UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS
DE GUATEMALA



ESCUELA DE CIENCIA Y TECNOLOGÍA DE LA
ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE -ECTAFIDE-
Edificio M-3, 1er. Nivel ala sur,
Ciudad Universitaria, Zona 12
Tefefax 24439730, 24188000 ext. 1423, 1465
E-mail: ectafide_m3@usac.edu.gt

"ID Y ENSEÑAR A TODOS"

REF.-ICAF- No.30-13
Informe Final de Investigación
Guatemala, 29 de mayo de 2013

Doctor
Sergio Alexander Escobar Suasnavar
Subcoordinador -ICAF-
Escuela de Ciencia y Tecnología de la
Actividad Física y el Deporte -ECTAFIDE-

Doctor Escobar:

Cordialmente me dirijo a usted, para informarle que he procedido a la revisión del Informe Final de Investigación, previo a optar al grado de Licenciatura en Educación Física, Deporte y Recreación, de:

Estudiante **Gonzálo Antonio Pineda Meda**

Carné: **200219282**

Tema "CÓMO UTILIZAN EL TIEMPO LIBRE Y LAS PREFERENCIAS DEPORTIVAS DE LOS ALUMNOS Y ALUMNAS DEL NIVEL BÁSICO"

Por considerar que el trabajo cumple con los requisitos establecidos por -ICAF- emito **Dictamen Favorable**, para que continúe con los trámites administrativos respectivos.

Atentamente,

Licenciado Byron Ronaldo González; M.A.
Revisor Final



c.c. archivo
/rut

UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS
DE GUATEMALA



ESCUELA DE CIENCIA Y TECNOLOGÍA DE LA
ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE –ECTAFIDE–

Edificio M-3, 1er. Nivel ala sur,
Ciudad Universitaria, Zona 12
Tefefax 24439730, 24188000 ext. 1423, 1465
E-mail: ectafide_m3@usac.edu.gt

"D Y ENSEÑAN A TODOS"

REF.-ICAF- No. 26-13
Guatemala, 17 de mayo de 2013

Doctor
Sergio Alexander Escobar Suasnavar
Subcoordinador de Investigación –ICAF–
Escuela de Ciencia y Tecnología de la
Actividad Física y el Deporte –ECTAFIDE–

Doctor Escobar:

De la manera más cordial me dirijo a usted, para comunicarle que he procedido a la Asesoría del Informe Final de Investigación, del estudiante: **Gonzálo Antonio Pineda Meda**, carné: 200219282, titulado: "CÓMO UTILIZAN EL TIEMPO LIBRE Y LAS PREFERENCIAS DEPORTIVAS DE LOS ALUMNOS Y ALUMNAS DEL NIVEL BÁSICO", y por considerar que cumple con los requisitos establecidos en el Reglamento del ICAF, emito **dictamen favorable** para que continúe con los trámites administrativos correspondientes.

Agradeciendo su atención, me suscribo.

Atentamente,

Licenciado Byron Ronaldo González; M.A.
Asesor



c.c. archivo
/rut



UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
 ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS



C.c. Control Académico
 ECTAFIDE
 Reg.97-13
 CODIPs. 355-2013

De Aprobación de Proyecto de Investigación

18 de marzo de 2013

Estudiante
 Gonzálo Antonio Pineda Meda
 Escuela de Ciencias Psicológicas
 ECTAFIDE
 Edificio

Estudiante:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el punto VIGÉSIMO OCTAVO (28º.) del Acta CERO OCHO GUIÓN DOS MIL TRECE (08-2013) de la sesión celebrada por el Consejo Directivo el 11 de marzo de 2013, que literalmente dice:

"VIGÉSIMO OCTAVO: El Consejo Directivo conoció el expediente que contiene el Proyecto de Aprobación de Proyecto de Investigación, titulado: **CÓMO UTILIZA EL TIEMPO LIBRE Y LAS PREFERENCIAS DEPORTIVAS DE LOS ALUMNOS DEL INSTITUTO NACIONAL DE EDUCACIÓN BÁSICA MIXTO "TEZULUTLÁN"**, de la carrera de, Licenciatura en Educación Física, Deporte y Recreación, presentado por:

Gonzálo Antonio Pineda Meda

CARNÉ No. 200219282

El Consejo Directivo considerando que el proyecto en referencia satisface los requisitos metodológicos exigidos por la Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte **-ECTAFIDE-**, resuelve **APROBAR SU REALIZACIÓN** y nombrar como Asesor, al Licenciado Byron Ronaldo González; M.A.."

Atentamente,

"ID Y ENSEÑAD A TODOS"


 M.A. María Iliana Godoy Calzia
 SECRETARIA



/gaby



Guatemala 17 de mayo de 2013

Licenciado
Byron Ronaldo González M,A.
Coordinador General
Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte
- ECTAFIDE -

Licenciado González


Deseándole éxito al frente de sus labores, por este medio le informo que el estudiante Gonzalo Antonio Pineda Meda, Carné No. 200219282 realizó en esta institución, entrevistas a todos los alumnos como parte del trabajo de Investigación titulado: **“Cómo utilizan el tiempo libre y las preferencias deportivas de los alumnos del Instituto Nacional de Educación Básica Mixto Tezulutlán”** en el periodo comprendido del del 01 de octubre de 2012 al 15 de marzo de 2013.

La estudiante en mención cumplió con lo estipulado en su proyecto de Investigación, por lo que agradecemos la participación en beneficio de nuestra institución.

Sin otro particular, me suscribo de Usted.

Atentamente,




Licda. Irene Paula Muñoz Pérez de Petz
Directora

c.c. Archivo

PADRINOS

Agradecimientos especiales por la enseñanza y el tiempo dedicado a mejorar y fortalecer mi proceso de aprendizaje y formación para el futuro.

**LICENCIADO BYRON RONALDO GONZÁLEZ; M.A.
MAGISTER ARTIUM EN EDUCACIÓN SUPERIOR**

Colegiado No. 4,500

**BORIS ESTUARDO RODAS FIGUEROA
LICENCIADO EN EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTE Y RECREACION**

Colegiado No. 5967

AGRADECIMIENTO

A DIOS

Por la fortaleza de mi espíritu, por el cuidado y bendiciones que me ha dado durante toda la vida.

A MIS PADRES

Mérida Telma Meda y Pedro Gonzalo Pineda González (QPD), por la vida, el amor, comprensión y un legado de trabajo y sabiduría.

A MI ESPOSA E HIJOS

Por su amor, paciencia y comprensión incondicional

A MI HERMANA

Clemencia Aracely Pineda Meda

A MIS ABUELOS

Juliana González Dávila

Clemencia Meda Bran (QPD.)

Fabio Pineda y Pineda

Juan Herrarte Aceituno (QPD.)

A MIS AMIGOS

Luis Arnoldo Santos, Juan Carlos Ruiz, Alex Gudiel, Zuly Barragán, Gerardo Aguirre, Estuardo Negreros; a todos ellos, gracias por su amistad y su apoyo.

Tabla de Contenido

Introducción.	
I. Marco Conceptual	2
1.1 Antecedentes	2
1.2 Justificación	4
1.3 Planteamiento del problema	6
1.4 Alcances y límites	7
II. Marco Teórico	8
2.1 Tiempo libre	8
2.2 El tiempo desde un enfoque materialista dialectico	9
2.3 Del tiempo social al tiempo libre	10
2.4 El tiempo libre en la sociedad actual	13
2.5 Ocio	15
2.6 Recreación	18
2.7 La actividad Recreativa	19
2.8 El tiempo de recreación	20
2.9 Espacio Recreativo	20
2.10 Tiempo Lúdico	21
2.10.1 El juego	21
2.10.2 El campo de la actividad lúdica	22
2.11 Educación extraescolar	24
III. Marco Metodológico	25
3.1 Objetivos	25
3.1.1 Objetivo General	25
3.1.2 Específicos	25
3.2 Hipótesis	25
3.3 Variables	26
3.3.1 Independiente	26

3.4 Población	26
3.5 Trabajo de campo	27
3.5.1 Método utilizado en la Investigación	27
3.5.2 Materiales de trabajo de campo	27
3.5.3 Instrumentos utilizados en la Investigación	27
IV. Marco Operativo	28
4.1 Descripción de la investigación	28
4.2 Técnica de Recolección de datos	28
4.3.1 Boletas de datos importantes	28
4.3 Sistema de información de la investigación	28
4.4 Control del proyecto	28
4.5 Grafico de Gantt	29
V. Marco Administrativo	30
5.1 Recursos	30
5.1.1 Humanos	30
5.1.2 Materiales	30
5.1.3 Físicos	30
VI. Análisis e Interpretación de Datos	31
6.1 Análisis descriptivo en porcentajes	31
6.2 Aspectos que se analizaron	31
6.3 Resultados obtenidos	31
VII. Conclusiones	55
VIII. Recomendaciones	56
IX. Referencias Bibliográficas	57
IX. Anexo	59
9.1 Boleta de Diagnóstico	59
9.2 Fotografías	60

Introducción

El tiempo libre se ha convertido en la sociedad moderna en un verdadero problema. Los países industrializados han disminuido las jornadas de trabajo dejando de esta forma mayor tiempo disponible para el ocio. En nuestra sociedad, este fenómeno no presenta las mismas características, los problemas económicos por lo que atraviesa la inmensa mayoría de nuestra población han conducido a que los adultos cada día dediquen mayor cantidad de su tiempo a diversas actividades, disminuyendo el tiempo de atención a los niños, Esto conlleva, a que la mayor parte de niños se involucren en actividades que no tienen que ver con la mejora de la calidad de vida o a la buena utilización del tiempo libre. Esto representa situaciones de riesgo para esta población.

Este estudio surge para determinar en que utilizan del tiempo libre los alumnos y alumnas de primero, segundo y tercer año del nivel medio del Instituto Nacional de Educación Básica Mixto “Tezulutlán”, en edades entre 12 y 15 años. Identificar los comportamientos para el uso de este tiempo frente a la actividad física. Esto nos permite realizar un análisis que aporta los elementos necesarios para el diseño de proyectos de intervención, enmarcados dentro de una concepción de formación holística del niño y acudiendo a los paradigmas de explicación e intervención cultural de las actividades físicas. Para responder a estas exigencias el diseño del proyecto debe estar articulado a las expectativas de los estudiantes.

Saber en que usan tiempo libre los alumnos y alumnas del nivel medio es de extrema importancia si se quieren diseñar proyectos de intervención para su buena utilización. Los agentes socioculturales encargados de promover este tipo de actividades, deben pasar obligatoriamente por un diagnóstico previo del uso del tiempo libre de los escolares, que permita orientar y dar las pautas para el diseño de programas acordes a las necesidades de la población. Para el egresado de La Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte –ECTAFIDE- es de suma importancia esta investigación ya que muchos de los aspectos de la cultura

Marco conceptual

1.1 Antecedentes

La Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte – ECTAFIDE-, fue creada con el propósito de brindar al país, profesionales de la cultura física y el deporte, científicamente calificadas y especializadas, que mediante la aplicación de conocimientos técnico-metodológicos, puedan contribuir al desarrollo de Guatemala y de cada uno de sus habitantes.

En la Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte-ECTAFIDE-, ingresan hoy en día un promedio de 82 personas al primer semestre, las cuales son matriculadas por la Universidad de San Carlos de Guatemala, que de una forma u otra están vinculados al deporte la educación física y la recreación en nuestro medio. Por tal motivo, dentro de la misión de la Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte-ECTAFIDE- para sus egresados esta lo siguiente.

- a) A través de los docentes profesionales que laboran, impartir los conocimientos técnicos metodológicos: lo cual será un soporte conceptual en todas las áreas laborales afines a la educación física, deporte, cultura y actividad física.
- b) Aspectos científicos: lo cual permitirá al estudiante, tener las herramientas para tratar fisiológicamente con niños, jóvenes y adultos de los diferentes establecimientos educativos donde ejercen su profesión como maestros de educación física.
- c) Psicológicos: esta área, que es una de las más importantes, permitirá que los alumnos, vean cómo se desarrolla, fortalece y consolida la conducta de los grupos con los cuales se trabaja en las diferentes instituciones donde se requiera los servicios de los mismos.
- d) Social y cultural: en una de las misiones de la misma Universidad de San Carlos de Guatemala, y la Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte-ECTAFIDE- esta, no descuidar en ningún momento el aspecto social, teniendo la educación física, el deporte y la recreación como una de la claves para una mejor calidad de vida entre todos los habitantes de

e) Guatemala, especialmente a la población estudiantil. (Departamento de Registro y Estadística de la USAC, enero de 2010)

f) Luego de estudiar, analizar y estar consciente de la misión de la Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte, ECTAFIDE, ubicada en el campus central de la Universidad de San Carlos de Guatemala, en su deber profesional y académico, está el preparar técnica y científicamente a todos (as) y cada uno de los que se quieran involucrar en el avance, desarrollo y profesionalización de la educación física, el deporte y la recreación en Guatemala, llevando a cabo investigaciones realizadas, que vinculen a los estudiantes de diferentes niveles educativos, con metodologías que sustente la incidencia de la actividad física; siendo este un medio para la solución de problemas de carácter social y de forma más específica al fomento de la buena utilización del tiempo libre de la población.

En el año 2011 se realizó un diagnóstico de tiempo libre con alumnos de la Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte-ECTAFIDE- y demostró que a ese nivel muy pocas personas utilizan su tiempo libre en actividad física, optando por actividades como navegar en el internet y actividades laborales que consumen mucha parte de su tiempo.

1.2 Justificación

La vida moderna trajo consigo el desequilibrio de varios factores determinantes para la salud y la calidad de vida del individuo, sedentarismo, descomposición del núcleo familiar y social, inestabilidad afectiva y emocional, deterioro del ambiente urbano, agresividad y violencia. Esta crisis de valores, violencia, drogadicción, aislamiento y baja autoestima, que sufre gran parte de los escolares, no puede seguir siendo tratadas con acciones de carácter informativo, el problema es mucho más grave y por lo tanto requiere reflexiones e intervenciones profundas desde el campo de la formación y la práctica de actividades donde la actividad física represente el centro de atención de los niños y jóvenes, y así transformar sus necesidades en oportunidades.

La utilización adecuada del tiempo libre, se muestra como una necesidad social en la cual ha de tomar parte la escuela, por ello dentro de una perspectiva constructivista, de educar para la vida, el fomentar hábitos de vida sanos a través de la buena utilización del tiempo libre, se favorece el proceso de socialización en la vida escolar.

La calle y los parques son los espacios de preferencia o únicos lugares posibles donde nuestros niños y jóvenes hacen uso del tiempo libre y el ocio. Escenarios inermes desprovistos de cualquier acción educativa y por el contrario plagado de situaciones de riesgo que comprometen su integridad, al conocer los intereses y las actividades que mueven a los educandos en su tiempo libre convierte a la Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte-ECTAFIDE-, en un eje real de desarrollo con bases sólidas de acción, ya que con herramientas como el deporte, el ejercicio físico y la recreación puede proponer programas y proyectos que beneficien a sus usuarios y les provean de actividades que cubran ese tiempo y se convierta en tiempo utilizado en el proceso del desarrollo de la cultura física. El educar en la perspectiva del buen uso del tiempo libre es uno de los retos que se debe abordar.

Se requiere que el niño o el joven utilice bien su tiempo libre, se tiene que educar y formar para que haga de este un espacio que le proporcione elementos para su desarrollo físico y mental, conduciéndolo a adquirir hábitos de vida saludables, que le permitan vislumbrar y construir un proyecto de vida. Es decir formar a los individuos para que utilicen este recurso, desde una perspectiva formativa, creativa y lúdica, que le permita crecer y desarrollarse, prevenir, y disminuir los factores de riesgo para la aparición de enfermedades crónicas en su edad adulta, favorecer la creación de espacios de socialización, de integración, de autoafirmación. El buen uso del tiempo libre representa para el ser humano una necesidad básica, tan esencial como el sueño, la nutrición, el trabajo, que permiten construir un estado de equilibrio psicológico de integración social y de salud física.

La investigación contribuirá a elaborar acertadas estrategias para la prevención y promoción de la salud y de sus efectos últimos: el mejoramiento de calidad de vida, por medio del deporte, la educación física y la recreación.

1.3 Planteamiento del problema

1.3.1 Determinación del problema.

El tiempo libre se ha convertido en un problema para el análisis sociológico de una civilización en riesgo como la nuestra. ¿Qué hacer con el tiempo libre y para qué?, ¿Qué sentido darle a la gran cantidad de tiempo libre con que se dispone?, ¿Cómo hacer que el ocio se convierta en un bien verdaderamente digno del niño? Estos interrogantes que nosotros nos planteamos han sido también planteados por los grandes teóricos del tiempo libre. En este caso nos planteamos la incógnita de: ¿Cómo utilizan su tiempo libre y las preferencias deportivas de los alumnos y alumnas del nivel medio”?

1.3.2 Definición del problema de investigación.

Siendo la Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte-ECTAFIDE- en la Universidad de San Carlos de Guatemala, la que imparte la preparación superior a todos aquellos profesionales, que están involucrados en la actividad física, el deporte y la recreación en Guatemala, es de suma importancia, que en dentro de las estrategias de promoción de la cultura física, se cuente con conocimiento de las actividades que realizan los estudiantes.

Al realizar un sondeo general podremos verificar, que hay una gran cantidad de alumnos, que no utilizan de buena forma el tiempo libre, necesitan ser instruidos de cómo y cuáles son los beneficios de incluir alguna práctica deportiva o ejercitación física sistemática, para utilizar de forma productiva y saludable su tiempo libre.

1.4 Alcances y límites.

1.4.1 Ámbito geográfico.

8va. Av. 31-02 Zona 11 Colonia “Las Charcas”, Municipio de Guatemala, Guatemala.

1.4.2 Ámbito institucional.

Instituto Nacional de Educación Básica Mixto “Tezulutlán”.

1.4.3 Ámbito poblacional.

Estudiantes del nivel medio de primero, segundo y tercero básico en edades de 12 a 15 años.

1.4.4 Ámbito temporal.

Del 1 de octubre de 2012 al 15 de marzo de 2013.

1.4.5 Ámbito temático

Fenómeno social

Sociología – fenómeno social

Salud – calidad de vida

II. Marco teórico.

2.1 Tiempo libre:

El tiempo libre, que para unos es poco y para otros es mucho, es un momento donde el niño supuestamente, hace uso de su libertad y autonomía; en él, podría decidir qué hacer y realiza actividades no impuestas, que no estuvieran sometidas, ni restringidas; en las cuales no existiría una utilidad material, pero sí debería obtenerse de ellas un beneficio espiritual, psíquico, afectivo y corporal.

Desafortunadamente, como lo plantea para nuestra sociedad es un tiempo que debe utilizar el sujeto para reponerse física y mentalmente, no pensando en su bienestar, en su equilibrio afectivo y emocional, sino para que de regreso al trabajo, sea un sujeto productivo en primera instancia y en segunda instancia, para que tenga tiempo de consumir lo que se produce. Por lo tanto se le deja en esa libertad, para que consuma y haga parte del engranaje comercial.

En el enfoque conceptual del tiempo libre podemos delimitar dos grandes campos de interpretación y desarrollo teórico - metodológico: el burgués y el marxista. Las concepciones teórico - metodológicas sobre tiempo libre se han desarrollado inconteniblemente en entre estas dos corrientes, existiendo una tradición cognoscitiva que brinda un cuerpo conceptual e instrumental común, y tendencias divergentes en la dinámica del conocimiento científico. Son comunes gran parte de los métodos y técnicas de obtención de la información. El concepto de tiempo libre ha sido definido, a partir de un proceso lógico que, aunque enmarcado en presupuestos filosóficos y sociales esencialmente diferentes, muestra una convergencia sobre la cual pueden surgir esfuerzos comunes que consigan sobre bases actuales de las sociedades en que vivimos, aplicar modelos de comportamiento que conlleven el proceso de desarrollo humano en las condiciones de una creciente calidad de vida.

2.2 El tiempo desde un enfoque materialista dialéctico:

El núcleo esencial desde esta orientación se encuentra ubicado en dos grandes vertientes del conocimiento:

1. El tiempo como categoría filosófica.
2. El tiempo como categoría socioeconómica.

En el primero de los casos, al plantear que la definición y caracterización del concepto se realiza en los marcos del materialismo dialéctico, es decir que se sustenta en las leyes universales del movimiento y desarrollo de la materia. Aquí el tiempo y el espacio son definidos como formas objetivas de existencia de la realidad objetiva: los procesos y fenómenos de la realidad objetiva son dinámicos y existen en el espacio y en el tiempo. Se define una unidad entre el movimiento, el espacio y el tiempo, unidad que caracteriza el contenido material del mundo, pero de ninguna manera se establece una equivalencia entre el contenido material del mundo y las formas universales de su existencia.

En la particularización del tiempo como categoría filosófica la sociedad se desarrolla, establece sus principios generales del movimiento (lucha de clases, papel del estado, dirección de la sociedad, etc.) en los marcos del tiempo y el espacio, condicionados por el tiempo y el espacio, que le otorgan carácter concreto y precisan el contexto y las determinaciones universales de la actividad y el movimiento social. Además, la consideración del espacio y del tiempo en la sociedad lleva a la función política organizativa.

El segundo modo de concebir el tiempo es como categoría socioeconómica y es realizado a partir del análisis de la formación económico social y cumple la función de concepto auxiliar, en tanto forma o medio en el cual se desarrolla la actividad humana y las relaciones sociales que se desarrollan en ella, lo cual constituye la esencia de la sociedad y el hombre.

2.3 Del tiempo social al tiempo libre:

La actividad productivo material de los individuos en la cual descansa el fundamento de la sociedad, la cual determina como hemos visto las formas de vida fuera de la producción, naturalmente por esto se presenta la estructura del tiempo social en dos partes fundamentales:

1. El tiempo de trabajo.
2. El tiempo extra laboral, que se encuentra fuera de la producción material.

El tiempo extra laboral constituye, como promedio, aproximadamente las dos terceras partes del tiempo de la actividad cotidiana de los hombres, esto lo convierte en una importante categoría social y obliga a analizar seriamente los elementos que lo componen en su interacción. Sin embargo no es menos cierto que es a partir de la incorporación tiempo extra laboral como categoría se acentúa y hace más rigurosa la complejidad de la definición conceptual del tiempo libre ya que, por una parte nos lleva a la delimitación en principio de los elementos relativos o no al tiempo propiamente libre y, lo que es más importante, en la condiciones sociales actuales, a la búsqueda de reservas de tiempo libre dentro de la esfera extra laboral. El tiempo libre por lo tanto es una parte específica del tiempo de la sociedad.

La problemática del tiempo libre ha sido abordada por muchos autores cuyas concepciones varían en función de una situación y formación histórica determinada y respondiendo a una realidad socio - política muy definida. Resultaría difícil, por lo tanto, adoptar una definición valida universalmente. Una gran cantidad de especialistas abordan la problemática a partir de un enfoque cronológico, donde surge la oposición entre tiempo de actividades y el tiempo extra laboral. Este enfoque tomaría el sentido de " libre de".

En lo general el tiempo humano se puede dividir en tiempo relacionado directamente con la producción (tiempo de producción) y un tiempo no relacionado directamente con la producción (tiempo de reproducción). Se

sostiene la unidad de estos tiempos, puesto que se desarrolla el hecho de que el uso, forma y contenido de las actividades del tiempo libre, están determinadas por la forma en como se participe en el proceso de producción.

La dimensión del tiempo de la reproducción en general, está en relación directa con el grado de desarrollo de las fuerzas productivas que aumenta el tiempo libre, como parte que es el tiempo de reproducción y esto es cierto, pero sólo en general en abstracto. Para llegar a la esencia del tiempo libre es necesario analizar las actividades de estos tiempos, especialmente las características de obligatoriedad y necesidad de ellas.

A simple vistas las actividades del tiempo de producción presenta un alto grado de obligación y necesidad que va decreciendo en las actividades del tiempo de reproducción que son denominadas utilitarias (comer, dormir, asearse, etc.) y que todavía tiene un grado de obligatoria ejecución pero una cierta flexibilidad oportunidad, duración y forma de esa ejecución. Pero dentro de ese tiempo extra laboral (reproducción) hay un sector de actividades de reproducción que por el bajo grado de obligatoriedad y por la amplia gama de ellas permite al individuo optar por una u otra actividad según su interés, las cuales se encuentran condicionadas socialmente aunque se expresan individualmente.

Se debe enfatizar que las actividades antes mencionadas, actividades recreativas pueden escogerse libremente y pueden también no seleccionarse, no realizarse, porque aunque se sobreentienda que estas son absolutamente necesarias en la vida del hombre esta necesidad es de otro género, por lo que la sociedad debe contribuir a condicionar los intereses en las esferas de las actividades del tiempo libre. A la interrelación existente entre las actividades recreativas, la posibilidad de opción de estas y la disponibilidad de un tiempo para su realización, dada como una unidad es lo que denominamos genéricamente Recreación. Pero el tiempo disponible socialmente determinado para la realización de actividades recreativas, no es tiempo de recreación, no es tiempo libre, sino cuando se dan ciertas condiciones socioeconómicas que permitan satisfacer en un nivel básico, las necesidades humanas vitales que

corresponde a la sociedad específica. Sobre esta base se encuentra sustentado el principio de opcionalidad, de la libre selección de las actividades del tiempo libre.

El tiempo de la recreación y el tiempo libre, más que la existencia de un tiempo cronológico, de un tiempo en horas y minutos, es un problema de la existencia de condiciones socioeconómicas que permita la realización o no, a la vez que utilizar y disfrutar ese tiempo sus actividades recreativas. Es obvio, que los millones desempleados y subempleados que existen en muchos países no poseen tiempo libre, es una burla decirles que lo tienen.

El concepto de tiempo libre ha sido durante un buen tiempo objeto de numerosas discusiones y debates entre economistas, sociólogos y psicólogos. Su definición plantea numerosas interrogantes que todavía hoy en día no están totalmente solucionadas por lo que al abordar este concepto existe un axioma que opera como punto de partida metodológico en el estudio del tiempo libre como fenómeno social: se considera que la cultura de la sociedad en general y del hombre en particular (cultura en sentido antropológico) tiene dos fuentes, el trabajo, que es la fuente primitiva y fundamental, y la actividades de tiempo libre. A su vez, en términos de categorías socioeconómicas, trabajo y actividades de tiempo libre constituyen un binomio inseparable.

Por esto sería importante destacar que toda concepción del tiempo libre debiera contemplar además del aspecto cronológico el sentido y la significación que este posee o puede llegar a tener para el hombre. Esto representa, abordar el tema incluyendo la posición conceptual de "libre para".

De esta manera, se plantea algo más que el "tiempo por el tiempo"; es el "tiempo por el hombre", en el que pueda satisfacer no solamente sus necesidades biofisiológicas y domésticas, sino además, aquellas que lo definen como un ser biopsicosocial, cargado de espiritualidad. Por tanto es necesario detenerse, en la atención del mundo interno del hombre, en el intento de aproximación a sus conflictos individuales y colectivos a través de una de las

más genuinas formas de expresión humana: la capacidad creativa.

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

2.4 El tiempo libre en la sociedad actual:

La revolución científico técnica y sus consecuencias en el orden social, producen modificaciones sustanciales en el ritmo de vida del hombre contemporáneo. Los avances de la tecnología, implican un singular progreso en las sociedad actual, observándose también importantes transformaciones en la actitud del hombre frente al trabajo y la vida en general la manufactura sucumbe ante la producción masiva, se facilitan los procesos de comunicación a distancia, se masifica los gustos a partir de unos medios de comunicación omnipotentes, produciéndose un proceso (de forma general) en que la creatividad individual queda subordinada a esquemas rutinarios y aparece un tiempo libre que en su relación conceptual y contenido guarda muy poca relación con el tiempo de trabajo.

Paralelamente a los cambios en el orden social, surgen corrientes filosóficas que abordan la temática del tiempo libre. Entre ellas la liberalista, que entiende al tiempo libre como versión opuesta al tiempo atado o sujeto (tiempo de trabajo). Por lo tanto, se ocupa de la significación de tiempo "libre de", sin contemplar la de " libre para". Por esto, no resulta apropiado concebir un tiempo libre opuesto al trabajo, sino diferenciarlo del trabajo alienante que no da lugar al auto expresión del hombre.

Ahora bien, en la sociedad contemporánea un gran porcentaje de la población laboral ejerce actividades productivas dentro de patrones rutinarios. Esta actitud se repite también en el tiempo extra laboral, de no producción. El tiempo libre ha sido disociado y prescripto, ha perdido su sentido totalizador y creativo; que el hombre lo posea no implica en sí la responsabilidad de disfrutarlo. A tantas horas de trabajo, se le oponen tantas horas de entretenimientos, pasatiempos, actividades con horarios rígidos, que en una gran mayoría ha ido perdiendo su

finalidad cultural y social, ahogando todo ímpetu vital siendo este fenómeno conocido como un proceso de heterocondicionamiento.

Aceptar esta situación sin plantear alternativas adecuadas, conduce a la alineación progresiva del hombre. Se puede observar dificultad de encarar un cambio hacia otras posibilidades de disfrute de la vida. Nos referimos hacia posiciones de auto condicionamiento.

Dos aspectos fundamentales:

Desde lo psicológico: El individuo tiene sus actividades pautadas o rutinarias dentro de una ocupación que le quita posibilidades de plantearse un tiempo para sí, cae también la mayoría de las veces, en actividades pautadas y rutinarias en su tiempo libre, lo que permite defensivamente negar sentimientos de angustia y soledad generados por ciertos conflictos personales; sentimientos que de lo contrario, emergerían ocasionando perturbaciones y malestar en la conducta manifiesta del individuo. Pero la negación no significa la resolución del conflicto, ya que éste permanece en forma latente, sino que es una manera defensiva que no permite el pleno desarrollo y bienestar del sujeto.

Desde lo social: Esta angustia puede ser producida por una sociedad que tiende a la despersonalización y a la rigidez en la relación interhumana. El hombre es fijado en una actitud pasiva, de simple espectador y no de un participante creativo y crítico con su realidad. El tiempo extra laboral y de descanso es llenado por una variedad de actividades compulsivas que no le permiten el reencuentro consigo mismo y con los otros.

Existe una interacción recíproca entre lo psicológico y lo social. Es decir, una sociedad que no favorece la relación del hombre con los otros, que no permite el pleno desarrollo de sus potencialidades, que no da lugar al pleno esplendor de la creación. etc., puede ser generadora de conflictos internos del individuo y estos una vez instalados, dificulta su plena inserción social. Este camino puede ser recorrido a la inversa, desde lo social a lo individual.

los intentos que se aborden para promover un cambio de actitud en el hombre, en los grupos que este integra, producirá modificaciones en la comunidad, que una vez alcanzadas, permitirán que el individuo se pueda desarrollar plenamente, en instancias más creativas, con una mayor capacidad de gestión, de auto condicionamiento.

Es importante y necesario promover la reflexión y propender a una toma de conciencia que permita acceder (y disfrutar) de un mayor grado de libertad de elección consciente. No solamente en lo individual sino también en los grupos que conforman nuestra comunidad, todo esto para el aprovechamiento adecuado del tiempo libre. (<http://ocio-elocioyeltiempolibre.blogspot.com/2010/04/el-tiempo-libre-en-la-sociedad-actual.html>)

2.5 Ocio:

El ocio es el tiempo libre no utilizado para el trabajo. Se trata de distinguir entre trabajo y ocio.

Derivado del latín otium, que corresponde al significado de descanso y guarda relación con el entretenimiento, la distracción del espíritu. Entendido desde la época griega como momento de reflexión, encuentro consigo mismo, espacio para la creación, el fluir de ideas, el reposo material. El ocio como un momento espiritual, un estado del alma.

Joffre Dumazedier, quien define el ocio como, esencialmente una forma de ser, un estado, una experiencia profunda que puede llegar a percibir el ser humano en el ejercicio libre de sus actividades. Entendiendo por actividades no sólo lo activo, en el estricto sentido de la palabra, sino también lo pasivo, porque en el ocio no puede existir tal diferencia. Según esto el ocio es la negación del tiempo. Negación experimentada como la abolición de la presión temporal al ejecutar cualquier actividad de la libertad y la comprensión de la existencia humana.

Desde el punto de vista histórico, el ocio se ha asociado con el estilo de vida de la aristocracia, mientras que el resto de la población no podía disfrutar de él

porque tenía que trabajar para subsistir. De hecho, y según el protestantismo, el objeto de la vida es glorificar a Dios por medio del trabajo. Paradójicamente, el crecimiento económico se ha explicado en parte como resultado de una mayor aceptación del protestantismo, y hoy es justamente en estos países donde la gente dispone de más tiempo libre para el ocio al ser más ricos y tener mayores ingresos.

En la realidad social, sin embargo, oportunidades de ocio y recreación han pasado a formar parte de la vida en todas las sociedades. Han variado de acuerdo con las condiciones climáticas y la naturaleza circundante, y han ido progresando a medida que se han producido mejoras tecnológicas y se ha logrado un mayor control sobre el medio ambiente. Realmente todos tienen momentos de ocio, momentos de reflexión, espacios para repensar, momentos que simplemente llegan, que no tienen espacios, ni horas, ni tiempos predeterminados. El llamado entonces, es a redimensionar no solamente el término, sino lo que este conlleva, a no dejarse poseer por la velocidad que imponen actividades como el trabajo, la familia, la educación... el tener que hacer, "la obligación"; procurar en cambio el acrecentar los momentos de ocio en pequeños y ancianos y recuperarlos e incentivarlos para el joven y el adulto.

El ocio, según parece, no es una pérdida de tiempo sino una actividad recreativa. De igual manera, el trabajo ya no se define tan sólo como una actividad, sino como una modificación del mundo físico y mental a través de un esfuerzo, y sólo se considera como trabajo si no constituye un motivo de recreación para la persona. En última instancia, la diferencia entre trabajo y ocio radica en el significado que demos al concepto de recreación.

La pérdida de tiempo, tal y como Marx y De Tocqueville señalaron desde puntos de vista muy diferentes, es típicamente un fenómeno colectivo que surge como consecuencia de fallos del mercado. Ciclos de prosperidad y recesión, o fluctuaciones de la actividad económica de veinte años o más, pueden hundir o fomentar la prosperidad de una comunidad. La productividad está ligada a la especialización en la división del trabajo, pero, de igual manera, expone a la

zona o región especializada a las vicisitudes de las fluctuaciones en la oferta y la demanda. Así, por ejemplo, Europa parece estar padeciendo una alta tasa de desempleo al final del siglo XX, debido no sólo a estos factores, sino también al desajuste entre las demandas del mercado de trabajo y las aptitudes de los trabajadores. Como resultado, se produce una desocupación forzosa allí donde la meta de la innovación para reducir las necesidades de trabajo ha sido ofrecer más ocio.

De cualquier manera, la tendencia actual se aventura por menos trabajo y más ocio o tiempo libre. Las horas de trabajo, diarias, semanales, anuales, así como vitales (a lo largo de toda la vida), se han visto paulatinamente reducidas, en especial para los hombres y, en particular, para los menos cualificados. La edad tradicional de jubilación de 65 años se anticipa e iguala con frecuencia entre los sexos, mientras que la esperanza de vida es mayor por lo que el mundo del ocio nos atrae cada vez más. Como consecuencia, surgen multitud de programas de construcción de estadios, complejos deportivos, centros de ocio y ciudades universitarias; el ocio se ha convertido en una industria gigantesca que, paradójicamente, ocupa a un número creciente de personal laboral. La televisión se acerca a niveles de saturación y el turismo o los viajes al extranjero se han generalizado. Distinciones tradicionales de sexo y edad pierden progresivamente su sentido en este contexto. La gente puede divertirse en oficinas y fábricas, del mismo modo que con el trabajo realizado desde su propia vivienda.

Sin embargo se debe el analizar el esquema de las 3 ocho: 8 horas de trabajo, 8 de sueño y 8 de descanso. Puesto que tristemente es imposible no con la realidad de que en este uso del tiempo, muchas de las actividades cotidianas extra laborales giran usualmente en torno al trabajo propio o del círculo familiar (lo que hace quitar del de supuesto descanso para efectuar desplazamientos al lugar de trabajo o de estudio, el arreglo y aseo personal), la alimentación, la atención de compromisos familiares y sociales. Así mismo ha habido también una reestructuración generalizada de la división del trabajo en las sociedades

industriales avanzadas. Las mujeres han entrado en el mercado de trabajo de forma masiva, empleadas tanto a tiempo parcial, como a tiempo completo. Hace 50 años, las mujeres con niños pequeños estaban virtualmente confinadas en la economía doméstica. Hoy la mayoría de las mujeres trabaja fuera de casa y, por lo tanto, su tiempo para el ocio ha disminuido. De igual manera, los niños emplean más tiempo en el proceso educativo, permanecen en él hasta una edad más avanzada, juegan menos y se emplean en un trabajo remunerado con menor frecuencia.

Claro está que adicionalmente existe el ocio casual y el ocio serio. Mirar para el techo es ocio, casual y del bueno (cuando no debería estar trabajando...). Aprender técnicas de pintura al óleo puede ser una excelente opción de ocio serio (a no ser que esto sea trabajo). (http://www.angelfire.com/zine2/uvm_lce_lama/CENF.htm)

2.6 Recreación.

La recreación siempre ha estado sellada por la bifurcación de la sugestión de libertad en su goce y el direccionamiento implícito en la oferta institucional de alternativas para su disfrute.

En el programa recreativo, su práctica generalmente es de carácter lúdico y sistemático, acciones continuadas con un sentido placentero, claro está, en que es el nivel de la simple vivencia individual el elemento más determinante está derivado del pensamiento ético de quien la disfruta, quien en su nivel de valores, gustos y preferencias determina que es conveniente o no para entrar en ese estadio de satisfacción que le brinda. Para algunos un casino, jugar monedas en la calle, puede ser una recreación positiva; para otros es censurable. Para algunos pintar, ir a un concierto callejero, detenerse a mirar un mimo en la calle es una recreación positiva; para otros es aburrido y lo más lejano posible de la recreación.

No obstante, la recreación tiene una significación educativa y no únicamente de entretenimiento, por cuanto proyecta generar modelos de conducta consientes y

autónomos ante el tiempo; así mismo la recreación nace de la grupalidad como unidad de trabajo (en contra de la tendencia individualista) sosteniendo el desarrollo de valores, tales como la solidaridad, la colaboración, etc.

En un programa recreativo los elementos que intervienen en la vivencia recreativa, a saber la actividad, el tiempo y el espacio deben ser tenidos en cuenta como piezas claves del desenvolvimiento de esta.

2.7 La actividad recreativa.

Se considera que para que una actividad sea recreativa debe caracterizarse por que la participación concebida es voluntaria, placentera, libre de obligaciones externas. La integración debe ser basada en el compromiso, no en la indiferencia En consecuencia nadie puede obligar a alguien a recrearse... Igualmente se debe especificar las clases de actividades voluntarias y placenteras que son recreativas, puesto que para algunos su trabajo es voluntario y placentero.

Desde una posición ideal, el proceso de recreación se caracteriza por operar con toda la realidad como contenido, enfatizando aquellos aspectos poco estimulados o no considerados por el sistema educativo formal o por la realidad social y cultural. Básicamente se trata de intervenciones intencionales que propenden a que los recreándose superen la expectativa, por ejemplo la generada por los medios masivos de comunicación que estimulan el sedentarismo y la dependencia. Se procura entonces, a través de acciones lúdicas y placenteras proveer condiciones para alcanzar el protagonismo y la participación activa y comprometida por parte de los participantes, en síntesis, la autonomía.

La propuesta fundamental entiende que las actividades son medios para alcanzar los fines. Por ende, lo que define la selección de esas acciones no es tanto el grado de diversión que proveen como el grado en que facilitan el logro de los objetivos educativos. Esta posición en recreación se enfrenta a la más conocida y comercializada que consiste en procurar el mayor placer en forma

inmediata y pasajera entendiendo la tarea del recreólogo como aquel que “divierte aburridos” sin más intención que “pasar el tiempo”. (Brown Paisan)

2.8 El tiempo de recreación:

Un gran problema es la presunción que solo por fuera de la actividad cotidiana es que uno puede recrearse, y obviamente el tiempo de recreación sería el que queda después de cumplir con las obligaciones cotidianas. Ello es que lo que ha llevado a hacer sinónimo de recreación el tiempo libre. Sin embargo, la recreación no se refiere a esto, compete simplemente sobre acciones a lo largo de un tiempo determinado más que de situaciones aisladas o casuales, sin que este espacio sea necesariamente el que queda de las actividades cotidianas extra laborales, puesto que también puede ubicarse en el momento de trabajo.

2.9 El espacio recreativo:

La recreación como proceso, suele tener lugar en estructuras específicas que desarrollan instituciones públicas, empresas u ONG - tales como colonias, campamentos, viajes de egresados, actividades turísticas, etc.

Sin embargo, el carácter recreativo del espacio se lo dará el carácter de la vivencia. Por esto es importante generar opciones que faciliten el tránsito del espacio físico al espacio lúdico, el tránsito del espacio al lugar.

Es decir un simple espacio físico, que está ahí, omnipresente, como una calle o un parque, puede convertirse en un espacio vital o en un espacio lúdico, puede transformarse en lugar de recreación, lo cual sería ideal en el campo cultural, lograr esa metamorfosis de espacio público a espacio lúdico. (<http://efdeportes.com>.)

2.10 Tiempo lúdico:

2.10.1 El juego:

El juego es una actividad que se realiza en un tiempo y un espacio, está determinado por reglas, trazadas de antemano por los jugadores, creando así el campo de juego el cual es determinado por unas características específicas, una de ellas, la fundamental, la más importante, el cómo sí, la cual conduce a la representación. En el juego se funde la realidad con la virtualidad, la realidad con la fantasía.

Actividad que ha acompañado al hombre durante su proceso histórico y evolutivo, fundamental e inherente en el desarrollo del individuo, ha atravesado la cultura, el crecimiento de las comunidades y, por tanto, ha tenido un seguimiento histórico y un desarrollo teórico a través de diversas áreas. No es el juego una actividad exclusiva de los niños, ha sido parte del desarrollo cultural, del mito, de propuestas pedagógicas, de estudios psicológicos y, es parte fundamental en las expresiones del arte. Es por ello que tanto antropólogos, como sociólogos, psicólogos, pedagogos y filósofos se han ocupado de su estudio y han reflexionado acerca de él.

La mayoría de buscan los orígenes del juego y de la cultura al cuestionarse, si el juego surge en la cultura o si por el contrario la cultura surge de la actividad de juego "la cultura brota del juego - como juego- y allí se desarrolla"; además, amplía la actividad de juego, no como exclusiva del ser humano, sino que también la considera parte de la vida animal.

El juego es una de las actividades humanas más comunes y uno de los hábitos más extendidos; aun cuando parezca paradójico, jugar es una de las cosas más serias que hay.

El filósofo y psicopedagogo, León Zuleta R., considera que el juego está en las entrañas del hombre, de la cultura y que es tan vasto su campo, que encierra la mayoría de las actividades y realizaciones del ser. (Gadamer, H. G. 1991).

2.10.2 El campo de la actitud lúdica:

Del latín *ludere*, del griego *lúdica*, que significa juego; no referenciado únicamente como actividad, sino como actitud ante la vida, que propone movimiento, inquietud, jugueteo, hacia los proyectos que se emprenden; es una forma de ser, de percibir el mundo, y conlleva a una dinámica particular de relacionarse con el entorno. La actitud lúdica va unida al hacer, al pensar y al sentir, está ligada a rasgos de la personalidad como son: el carácter y el temperamento; hace parte del carisma del individuo y está íntimamente relacionada con el liderazgo.

La lúdica no está sujeta a reglas, puesto que su característica fundamental, es romper con ellas, no hace pactos con la norma, ni con las costumbres, mucho menos con los hábitos; quien posee una actitud lúdica suele fracturar esquemas y sus acciones conducen a la consecución de la libertad y la autonomía, que no pueden llegar a entenderse como libertinaje o anarquismo. Entonces encontramos la lúdica ligada al proponer, recrear, imaginar, a la exploración, a la reconstrucción, a la trasgresión; siempre acompañada de la búsqueda del placer, del disfrute, del goce y se evidencia cuando se emprenden actividades, acciones, proyectos que implican riesgo, azar, vértigo, sorpresa.

El término "lúdico" ha sido empleado en sentido predominantemente descriptivo cuando se ha usado en relación con el examen de la función que tiene el juego en la vida humana y aun en muchos seres orgánicos. El impulso lúdico ha sido examinado estético, psíquico, biológica y culturalmente.

Lo lúdico, al contrario del juego (materialidad fenoménica) es un modo de ser. En una combinatoria entre deseo y ley, necesidad y azar, se cuela en lo cotidiano fundando un orden diferente. Implica una ruptura, un despegue de la realidad, una inclusión de lo imposible - posible en el tratamiento de la misma, un asomarse al vacío, a la aventura y en especial una disposición permanente para el cambio.

Es importante resaltar que tal vez no se encuentre un sujeto que active su actitud lúdica permanentemente, como tampoco aquel que no la contemple dentro de su forma de actuar; pero esta hace parte del comportamiento del hombre sólo que unos sujetos se potencian más a vivenciarla que otros, sólo que unos gustan más de sus riesgos y aventuras, que otros que prefieren la fijeza y "seguridad".

No se trata pues, de mantener la ruptura entre lo útil y lo inútil, no podemos caer en la trampa de que en el proceso intelectual y el desempeño laboral no puede haber lúdica. No, la lúdica también acompaña al pensamiento, al concepto, a la razón, a la lógica; ya que es necesario transformar el pensamiento, movilizar los conceptos, buscar otras lógicas dentro de la lógica misma. Es necesario atreverse, proponer, romper para volver a construir.

Ahora bien, si la actitud lúdica no realiza aleaciones con la regla, con la norma, tampoco lo hace con el orden; ya que el cumplimiento de reglas establece un orden, dando como resultado la organización, la tranquilidad; entendida ésta, no como paz interior, sino como sedante, algo que adormece... ya que la calma aparente, la quietud, conllevan a la certeza, que le brinda al sujeto la seguridad y desde ella se evade la turbulencia, la tempestad, el remolino que todo lo mueve y trastoca, y provoca el surgimiento del riesgo, el vértigo, el azar.

El tiempo lúdico tiene características semejantes al tiempo sagrado, es el tiempo de la "fiesta", reversible y recuperable. La primera de ellas

consiste en sostener un contrato (consigo mismo y/o con otros), cuyo efecto es poner la realidad cotidiana entre paréntesis. Este proceso es producto de un mecanismo psíquico que todos hemos creado que nos permite jugar, crear y también vivir. Para jugar, escribir, leer, ser espectador comprometido de un suceso de aventura, intriga, amor o espanto, necesitamos alojar una creencia que produce en un solo movimiento, una articulación entre un espacio de deseo, ilusión - donde sufrimos, reímos, nos enojamos, amamos - y otro espacio, donde se mantiene el saber sobre la realidad cotidiana.

Tratar de justificar esta forma de vida en el individuo, su concepción del mundo, no solamente puede estar ligada al desarrollo de la sociedad actual; sino que también puede tener explicación desde una mirada antropológica.

A partir de la lúdica debemos considerar la forma de convertir nuestra vida acostumbrada en cotidiana y no se trata de la tarea ardua de crear una nueva vida, se trata de recrear la que se tiene. (Huzinga, Johan. Madrid, 1987).

2.11 Educación extra escuela:

Se entiende por educación extraescolar al conjunto de acciones educativo-recreativas de tiempo libre que se origina por la práctica orientada y organizada de actividades deportivas, científicas, cívico-sociales y, en general, de todas aquellas que, en función de los fines y objetivos de la educación nacional, contribuyen al desarrollo de la persona, mediante un proceso de creación y recreación permanente.

(<http://www.maestroteca.com>)

III. Marco Metodológico

3.1 Objetivos.

3.1.1 General.

Investigar en qué utilizan su tiempo libre los estudiantes de primero, segundo y tercer año del nivel medio del Instituto Nacional de Educación Básica Mixto “Tezulutlán”,

3.1.2 Específicos.

Investigar qué actividades realizan los estudiantes de primero, segundo y tercer año del nivel medio del Instituto Nacional de Educación Básica Mixto “Tezulutlán”, en su tiempo libre

Investigar cuál es la preferencia deportiva de los estudiantes de primero, segundo y tercer año del nivel medio del Instituto Nacional de Educación Básica Mixto “Tezulutlán”.

3.2 Hipótesis.

Es a través de la investigación de las actividades que realizan en tiempo libre y las preferencias deportivas, podremos verificar, cuan necesario se hace llevar al estudiante de la carrera de Licenciatura en Educación Física y Deporte, a la aprensión de mejores y más enriquecidos conocimientos para dar cobertura a estas necesidades por medio de programas y proyectos que generen otro espectro de oportunidades tanto laborales como de desarrollo social.

3.3 Variables.

3.3.1 Independiente.

La implementación del diagnóstico beneficiara en el rendimiento laboral de los profesionales egresados de la Escuela de Ciencia y Tecnología y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte -ECTAFIDE-, ya que tendrán elementos de juicio y el conocimiento de la realidad socio-cultural diversa, en los centros educativos y así proyectar actividades acordes a sus necesidades

3.3.2 Dependiente.

El rendimiento profesional de los egresados de la Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte-ECTAFIDE-, se beneficiara, ya que contará con información para crear herramientas metodológicas y didácticas para la enseñanza del aprovechamiento del tiempo libre.

3.4 Población.

El Instituto Nacional de Educación Básica Mixto “Tezulutlán” en la actualidad, cuenta con numero de 407 alumnos activos en total para el año 2013, para lo cual están distribuidos de la siguiente manera: 150 alumnos en el primer año, 163 alumnos en el segundo año y 94 alumnos del tercer año.

3.5 Trabajo de campo.

3.5.1 Método utilizado en la Investigación.

Para la investigación con los estudiantes del Instituto Nacional de Educación Básica Mixto “Tezulutlán” de cómo utilizan el tiempo libre y sus preferencias deportivas, se realizó una encuesta general.

3.5.2 Materiales del trabajo de campo.

Para el trabajo de campo, se contempló la utilización del siguiente material:

- Papel para elaboración de cuestionarios, informes de trabajo de la investigación y computadora.

3.5.3 Instrumentos utilizados en la Investigación.

Dentro del trabajo de investigación, esta la elaboración del cuestionario, el cual será redactado, de la manera más simple y específica para los alumnos del Instituto Nacional de Educación Básica Mixto “Tezulutlán” lo cual nos permitió despejar dudas sobre los datos que necesitábamos para realizar la investigación

3.5.3.1 Datos del estudiante.

- a) Grado
- b) Sección
- c) Edad
- d) Actividades de tiempo libre
- e) Preferencia deportiva.

IV. Marco Operativo

4.1 Descripción de la investigación.

La investigación centró en averiguar cuáles son las actividades que realizan los estudiantes del Instituto Nacional de Educación Básica Mixto “Tezulutlán” en su tiempo libre y cuáles son las preferencias deportivas de los mismos.

4.2 Técnica de recolección de datos.

Para la recolección de datos se realizó una encuesta al 100 % de la población del Instituto Nacional de Educación Básica Mixto “Tezulutlán”

4.2.1 Boletas de datos importantes.

Para la recolección de datos se utilizaron boletas impresas, donde se acotaron aspectos relevantes de las actividades que realizan los estudiantes del Instituto Nacional de Educación Básica Mixto “Tezulutlán”.

4.3 Sistema de información de la investigación.

El sistema de observación fue de forma descriptiva y se realizó un análisis de cada uno de los resultados para que la información sea clara y ordenada.

4.4 Control del proyecto.

Se llevó un estricto cumplimiento de las fechas estipuladas, para darle el seguimiento del proceso de la metodología de recolección de datos.

4.5 El gráfico de Gantt

Actividades.	Semana 1	Semana 2	Semana 3	Semana 4	Semana 5	Semana 6	Semana 7	Semana 8
Presentación de proyecto								
Elaboración y aplicación del cuestionarios								
Recolección y tabulación de datos								
Análisis, interpretación y elaboración del documento.								

V. Marco Administrativo.

5.1 Recursos.

Para el desarrollo de todas las actividades de la investigación, cómo utiliza el tiempo libre y preferencias deportivas de los alumnos Instituto Nacional de Educación Básica Mixto “Tezulutlán” vemos los recursos más accesibles.

5.1.1 Humanos.

a) Estudiantes de nivel medio del Instituto Nacional de Educación Básica Mixto “Tezulutlán” en edades de 12 a 115 años.

5.1.2 Materiales.

a) cuestionarios para la recolección de información.

b) boletas para obtener los datos necesarios para averiguar las actividades que realizan los estudiantes en su tiempo libre, así como, sus preferencias deportivas

5.1.3 Recursos físicos.

Servicios básicos con los que cuenta el centro educativo para el proceso de investigación.

1. Agua potable.
2. Energía eléctrica.
3. Cancha polideportivas
4. Sanitarios

VI. Análisis e interpretación de datos

6.1 Análisis descriptivo en porcentajes

Todos estos resultados fueron evaluados desde las siguientes perspectivas:

La presentación y análisis de datos, se presentan por medio de gráficos estadísticos, ordenados por grado, es decir de primero a tercero básico.

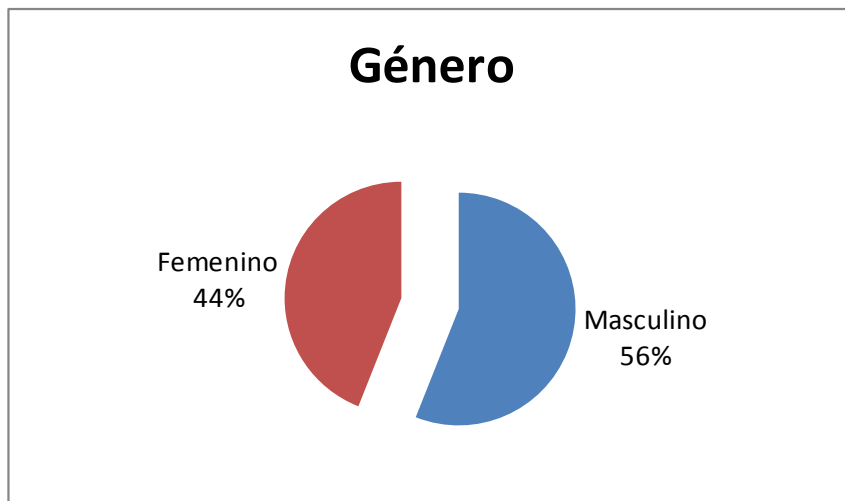
6.2 Aspectos que se interpretaron en la recolección de datos.

- a) Información General
- b) ¿Cuáles son las actividades que desarrollan los estudiantes del Instituto Nacional de Educación Básica Mixto “Tezulutlán” en su tiempo libre?
- c) ¿Qué actividades realizan para ejercitarse los estudiantes del Instituto Nacional de Educación Básica Mixto “Tezulutlán” en su tiempo libre?
- d) ¿Cuáles deportes prefieren practicar los estudiantes del Instituto Nacional de Educación Básica Mixto “Tezulutlán”?

6.3 Resultados obtenidos dentro del proceso de investigación.

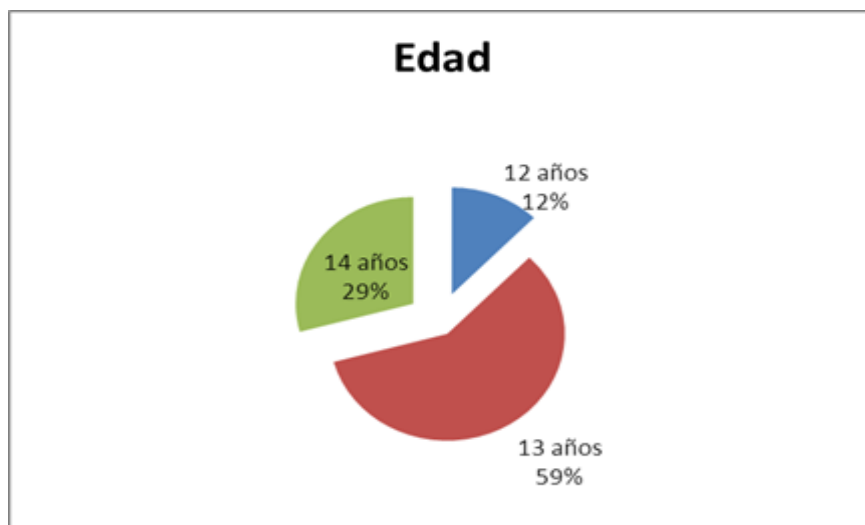
Primero básico

Información general:



- La población del primero básico del Instituto Nacional de Educación Básica Mixto “Tezulutlán” es de 150 estudiantes y está conformada por el 44% de mujeres y el 56% de hombres, lo que refleja que está muy equilibrada.

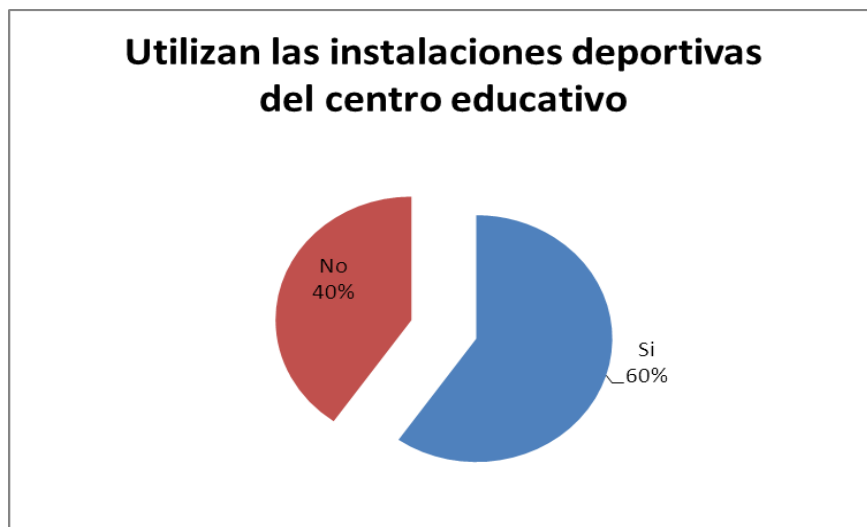
Mujeres:



- La población de mujeres de primero básico está dividida en el 59% de 13 años, el 29% de 14 años y el 12% de 12 años. Esto refleja que las alumnas de primero básico están dentro del parámetro normal etario de este grado.

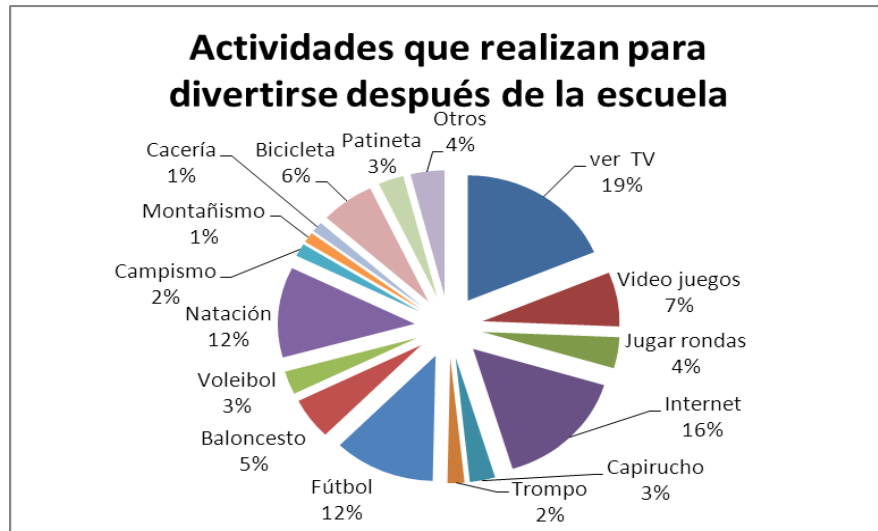


- Es importante mencionar que el 18% de la población de primero básico trabaja por la mañana, esto no permite a estos alumnos tener tiempo libre y mucho menos la práctica de alguna actividad física en beneficio de su salud



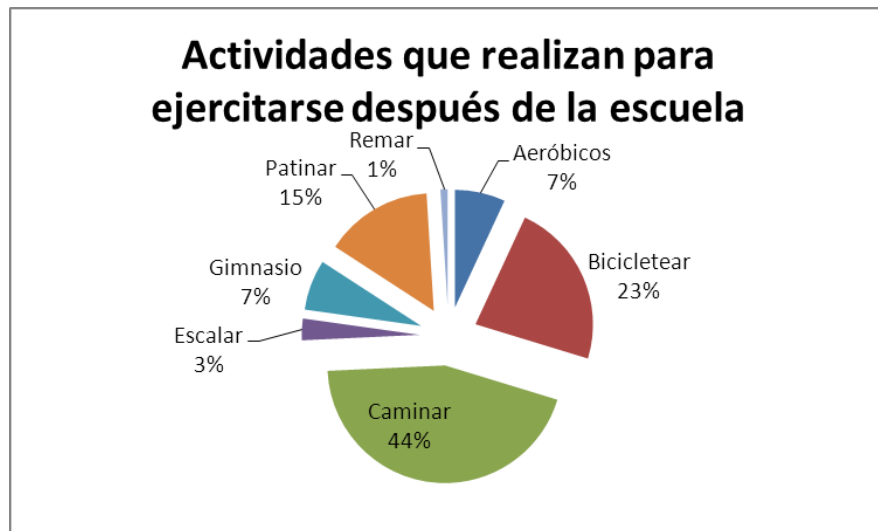
- Dentro del establecimiento educativo existe una cancha polideportiva que no permite al 40% de la población de mujeres de primero básico su utilización ya que es muy pequeña.

¿Cuáles son las actividades que desarrollan las estudiantes en su tiempo libre?



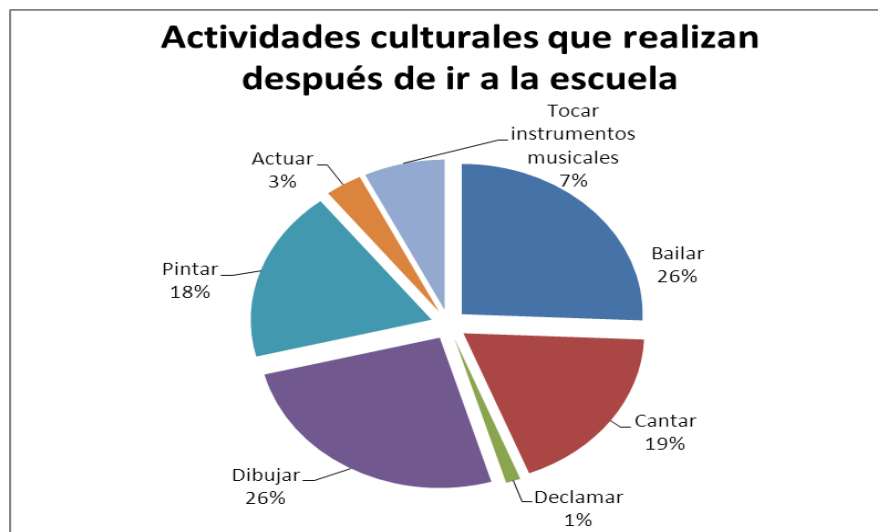
- La población de mujeres de primero básico se divierte en un 19% viendo televisión, en un 16% navegando en el internet, en un 12% jugando fútbol. Estos resultados reflejan el alto nivel de sedentarismo que existe en esta población y que las actividades físicas quedan en un tercer plano.

¿Qué actividades físicas realizan para ejercitarse, las estudiantes del Instituto Nacional de Educación Básica Mixto “Tezulutlán” en su tiempo libre?



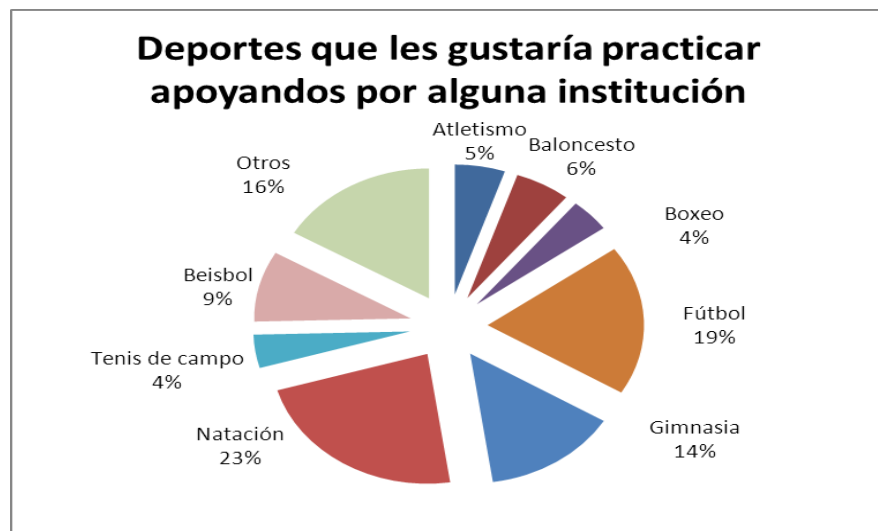
- Dentro de las posibilidades de ejercitarse, la población de mujeres de primero básico, como recursos inmediatos, caminan o bicicletean. Esto refleja la necesidad de crear proyectos, programas e instalaciones adecuadas para la ejercitación de los educandos.

¿Cuáles son las actividades culturales que desarrollan las estudiantes en su tiempo libre?



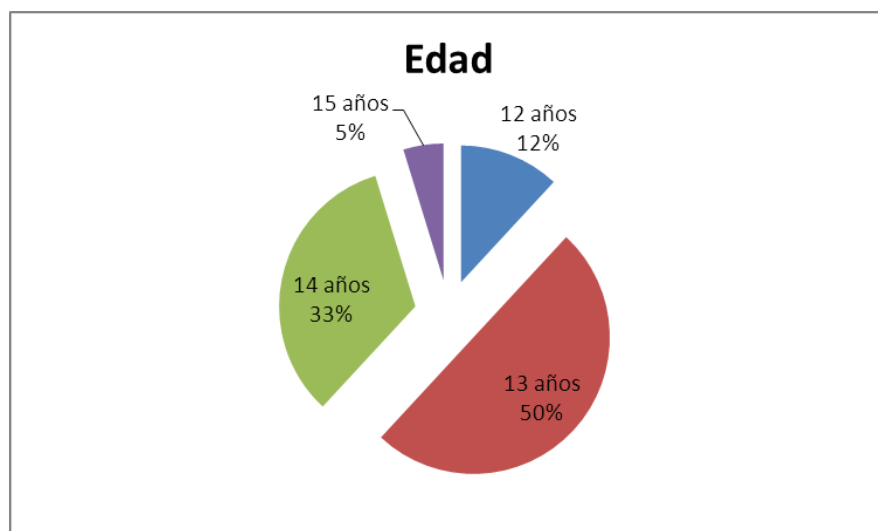
- La población de mujeres de primero básico realiza diversas actividades de carácter cultural o manualidades una o dos veces por semana, de forma autodidacta, tales como dibujar, bailar, pintar, cantar o tocar algún instrumento musical.

¿Cuáles deportes prefieren practicar los estudiantes del Instituto Nacional de Educación Básica Mixto “Tezulutlán”?

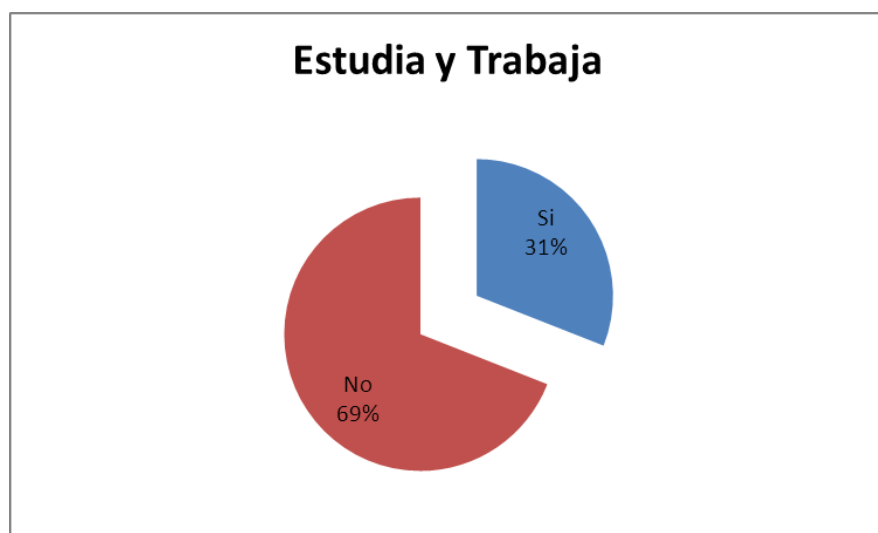


- En esta gráfica está representada la preferencia deportiva de las alumnas de primero básico del Instituto Nacional de Educación Básica Mixto “Tezulutlán”, y se puede observar la preponderancia de algunos deportes que no son tradicionales y que es una buena oportunidad de impulsarlos.

Hombres:

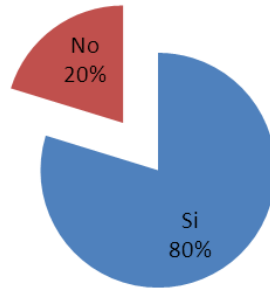


- La población de mujeres de primero básico está dividida en el 50% de 13 años, el 33% de 14 años, el 12% de 12 años y el 5% de 15 años. Esto refleja que los alumnos de primero básico en un buen porcentaje esta dentro del parametro normal etareo de este grado a excepción de un pequeño porcentaje que rebasa la edad ideal para este grado.



- Es importante mencionar que el 31% de la población de primero básico trabaja por la mañana, esto no permite a estos alumnos tener tiempo libre y mucho menos la práctica de alguna actividad física en beneficio de su salud

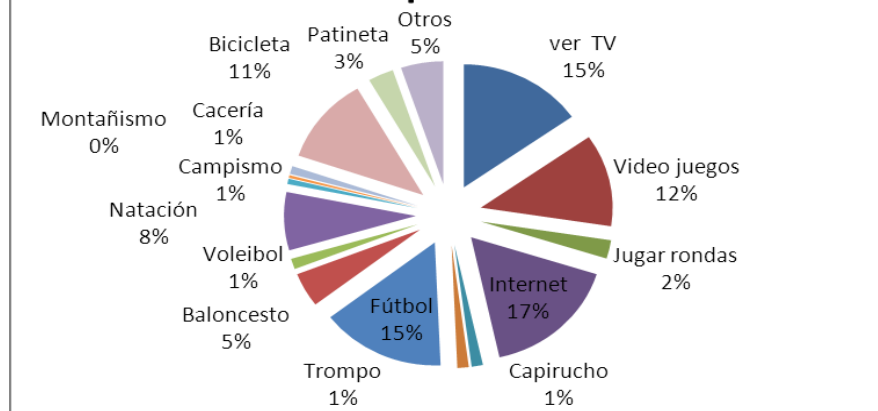
Utilizan las instalaciones deportivas del centro educativo



- Dentro del establecimiento educativo existe una cancha polideportiva que no permite al 20% de la población de hombres del primero básico, su utilización ya que las actividades que practican los que si la utilizan, no son del agrado de este porcentaje.

¿Cuáles son las actividades que desarrollan los estudiantes en su tiempo libre?

Actividades que realizan para divertirse después de la escuela



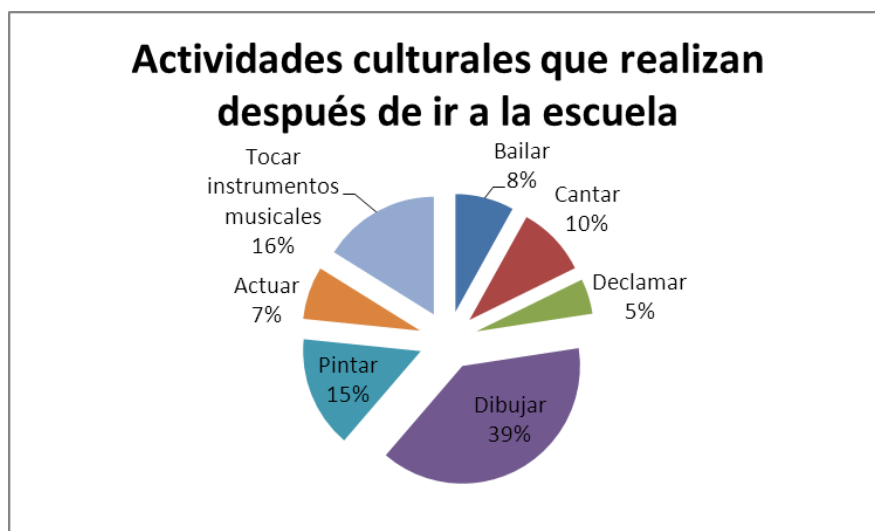
- La población de hombres del primero básico se divierte en un 15% viendo televisión, en un 16% navegando en el internet, en un 17% jugando fútbol, y un 12% en Videojuegos, Estos resultados reflejan el alto nivel de sedentarismo que existe en esta población y que las actividades físicas quedan en un tercer plano.

¿Qué actividades realizan para ejercitarse los estudiantes del Instituto Nacional de Educación Básica Mixto “Tezulutlán” en su tiempo libre?



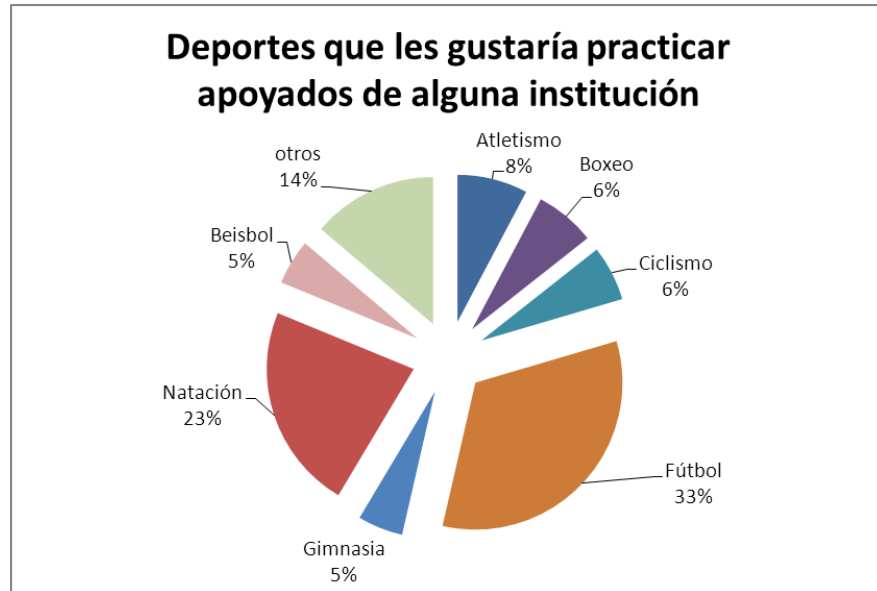
- Dentro de las posibilidades de ejercitarse, la población de hombres del primero básico, como recursos inmediatos, caminan o bicycletean. Esto refleja la necesidad de crear proyectos, programas e instalaciones adecuadas para la ejercitación de los educandos

¿Cuáles son las actividades culturales que desarrollan los estudiantes en su tiempo libre?



- La población de hombres del primero básico realizan diversas actividades de carácter cultural o manualidades una o dos veces por semana, de forma autodidacta, tales como dibujar, bailar, pintar, cantar o tocar algún instrumento musical.

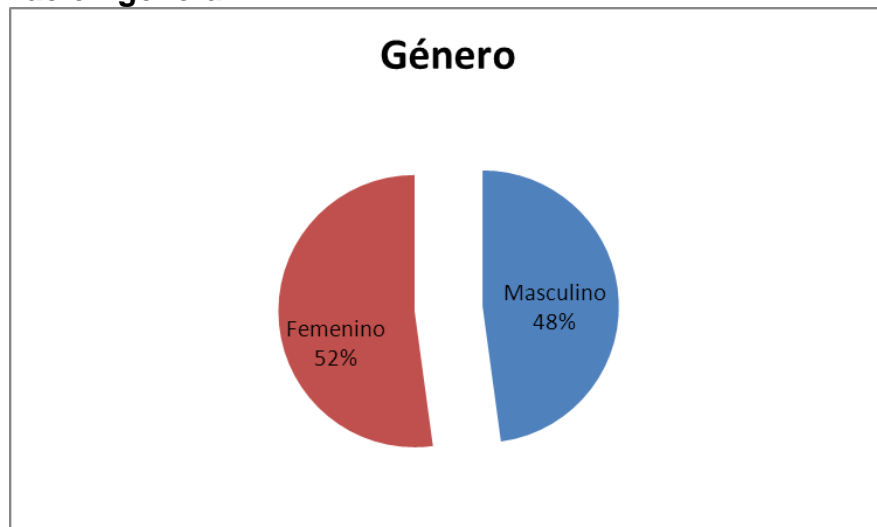
¿Cuáles deportes prefieren practicar los estudiantes del Instituto Nacional de Educación Básica Mixto “Tezulutlán”?



- En esta gráfica está representada la preferencia deportiva de los alumnos de primero básico del Instituto Nacional de Educación Básica Mixto “Tezulutlán”, y se puede observar la preponderancia de algunos deportes que no son tradicionales y que es una buena oportunidad de impulsarlos.

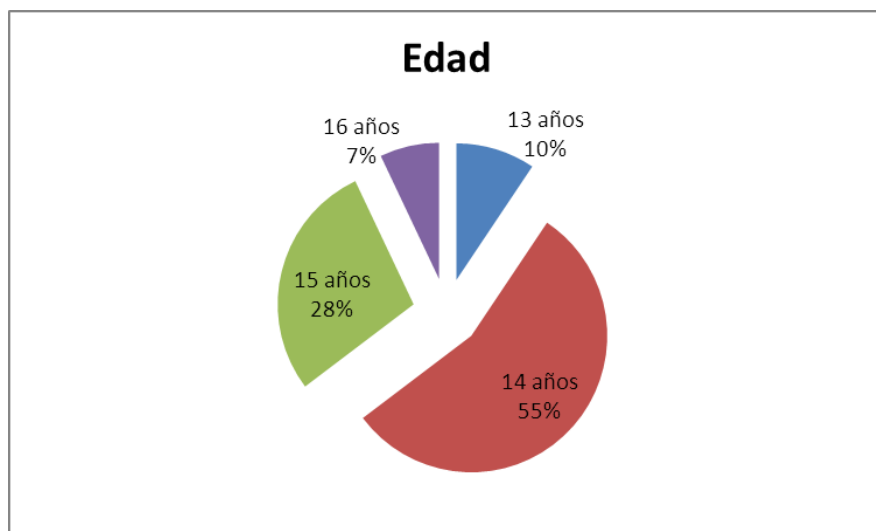
Segundo Básico

Información general:



- La población del segundo básico del Instituto Nacional de Educación Básica Mixto “Tezulutlán” es de 163 estudiantes y está conformada por el 52% de mujeres y el 48% de hombres, lo que refleja que está muy equilibrada.

Mujeres:

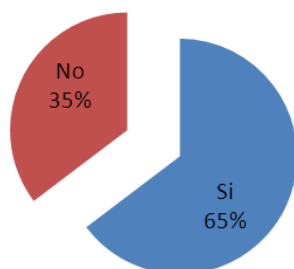


- La población de mujeres de segundo básico está dividida en el 10% de 13 años, el 55% de 14 años, el 28% de 15 años y el 7% de 16 años. Esto refleja que los alumnas de segundo básico en un buen porcentaje esta dentro del parametro normal etareo de este grado a excepción de un pequeño porcentaje que rebasa la edad ideal para este grado.



- Es importante mencionar que el 14% de la población mujeres de segundo básico, trabaja por la mañana, esto no permite a estos alumnos tener tiempo libre y mucho menos la práctica de alguna actividad física en beneficio de su salud

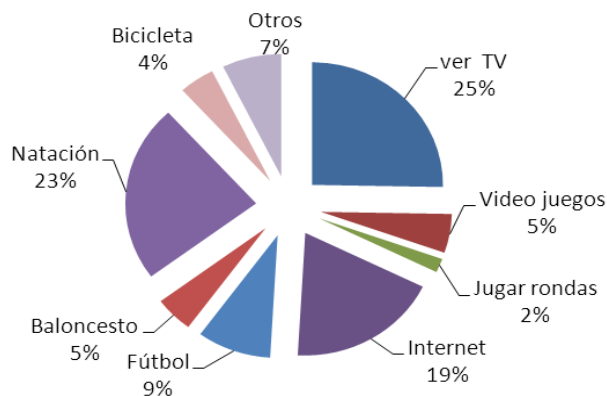
Utilizan las instalaciones deportivas del centro educativo



- Dentro del establecimiento educativo existe una cancha polideportiva que no permite al 35% de la población de mujeres de segundo básico, su utilización ya que es muy pequeña.

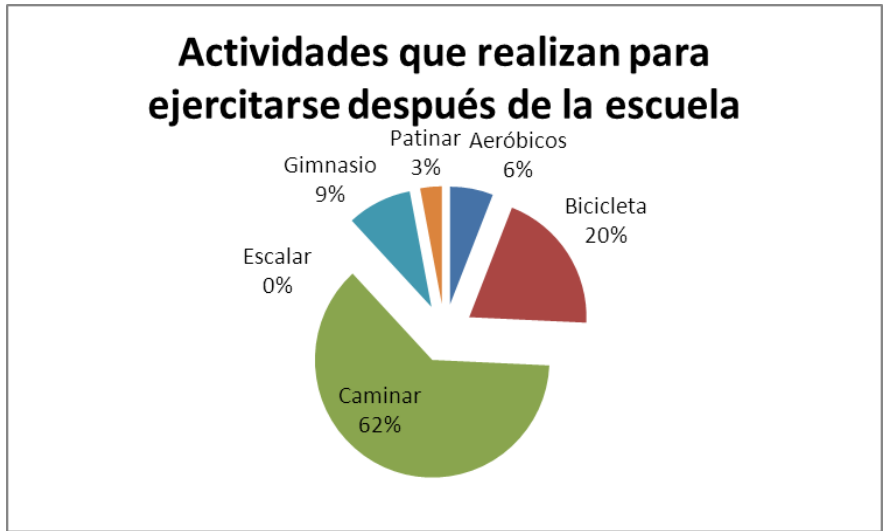
¿Cuáles son las actividades que desarrollan los estudiantes en su tiempo libre?

Actividades que realizan para divertirse después de la escuela



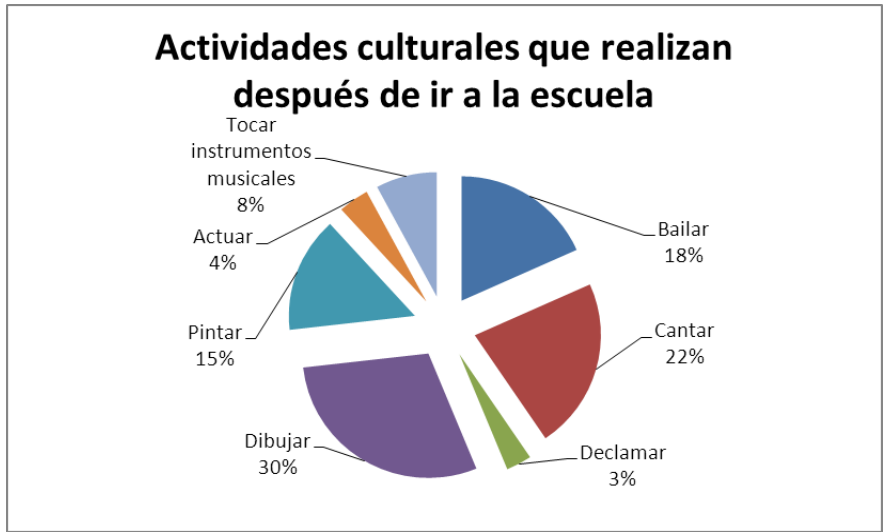
- La población de mujeres del segundo básico realiza las siguientes actividades: Un 24% ver televisión, 18% navega en el internet, 9% juega fútbol y un 23% hace natación. Estos resultados reflejan un nivel intermedio de sedentarismo, que existe en esta población y que las actividades físicas quedan en un tercer plano.

¿Qué actividades realizan para ejercitarse los estudiantes del Instituto Nacional de Educación Básica Mixto “Tezulutlán” en su tiempo libre?



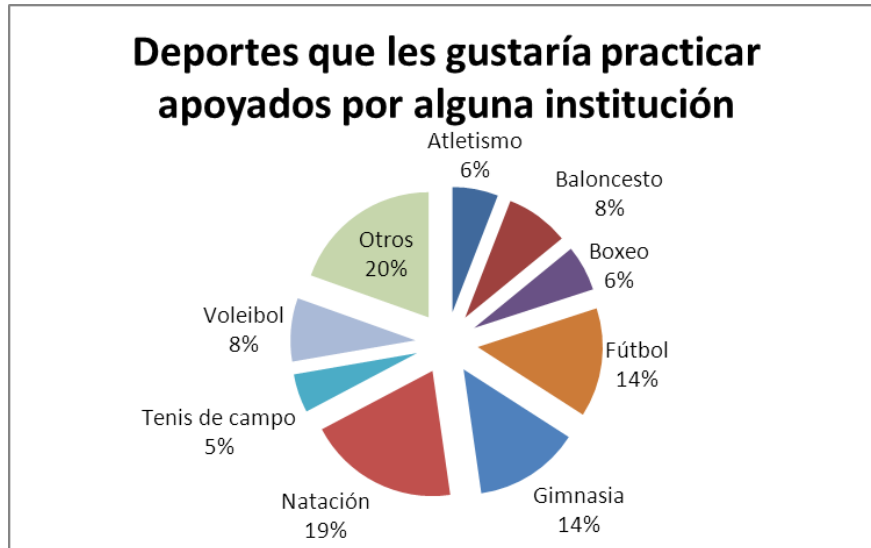
- Dentro de las posibilidades de ejercitarse, la población de mujeres del segundo básico, como recursos inmediatos, caminan o bicycletean. Esto refleja la necesidad de crear proyectos, programas e instalaciones adecuadas para la ejercitación de los educandos.

¿Cuáles son las actividades culturales que desarrollan los estudiantes en su tiempo libre?



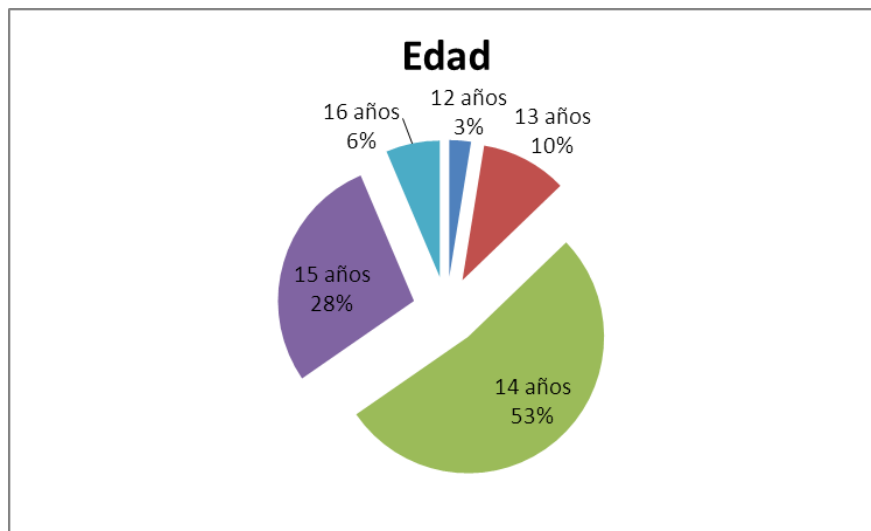
- La población de mujeres del segundo básico realizan diversas actividades de carácter cultural o manualidades una o dos veces por semana, de forma autodidacta, tales como dibujar, bailar, pintar, cantar o tocar algún instrumento musical.

¿Cuáles deportes prefieren practicar los estudiantes del Instituto Nacional de Educación Básica Mixto “Tezulutlán”?

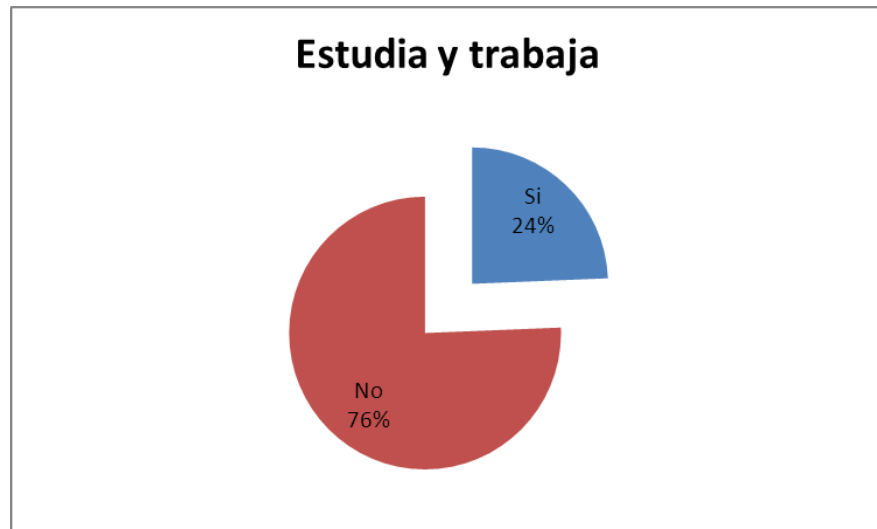


- En esta gráfica está representada la preferencia deportiva de las alumnas del Instituto Nacional de Educación Básica Mixto “Tezulutlán”, y se puede observar la preponderancia de algunos deportes que no son tradicionales y que es una buena oportunidad de impulsarlos.

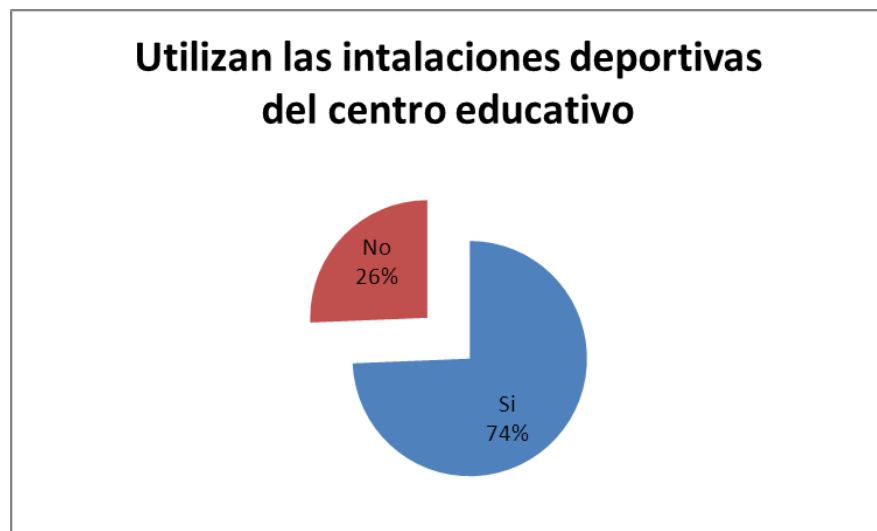
Hombres:



- La población de hombres de segundo básico está dividida en el 10% de 13 años, el 53% de 14 años, el 28% de 15 años, el 6% de 16 años y un 3% de 12 años. Esto refleja que los alumnos de segundo básico en un buen porcentaje está dentro del parámetro normal etéreo de este grado a excepción de un pequeño porcentaje que rebasa la edad ideal para este grado.

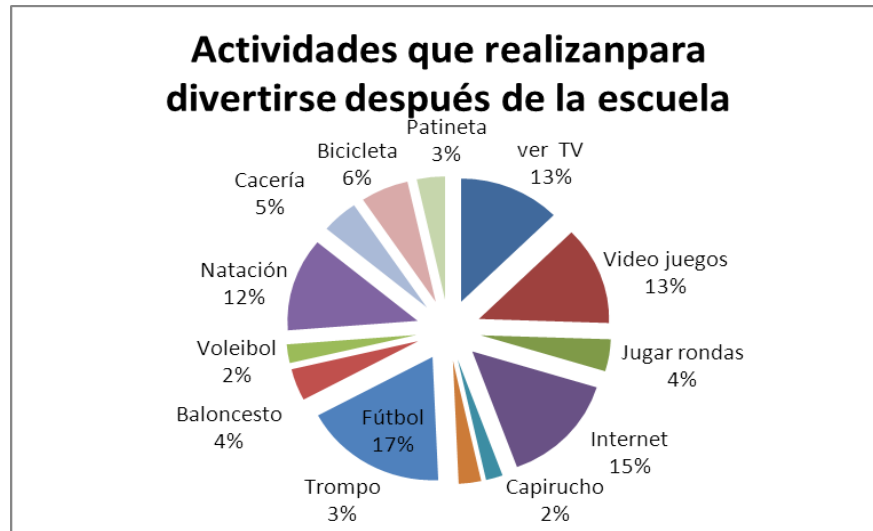


- Es importante mencionar que el 24% de la población de hombres de segundo básico, trabaja por la mañana, esto no permite a estos alumnos tener tiempo libre y mucho menos la práctica de alguna actividad física en beneficio de su salud



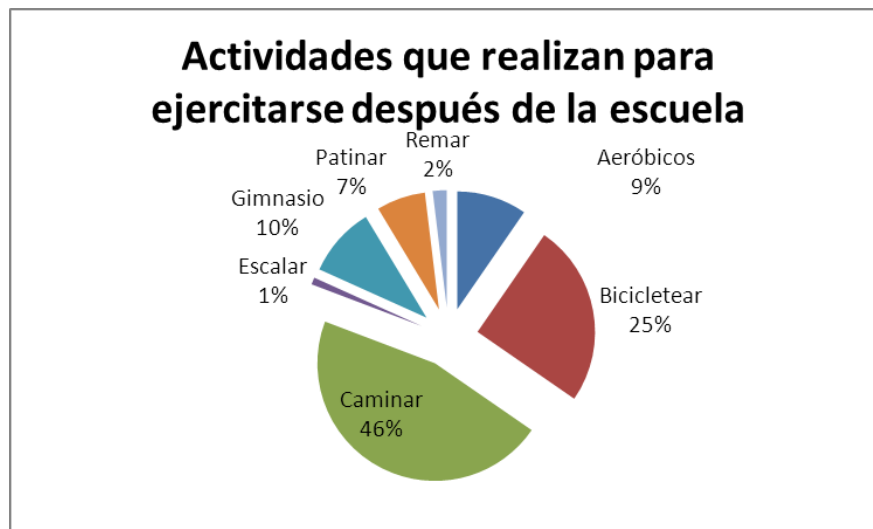
- Dentro del establecimiento educativo existe una cancha polideportiva que no permite al 26% de la población de hombres de segundo básico, su utilización ya que es muy pequeña.

¿Cuáles son las actividades que desarrollan los estudiantes en su tiempo libre?



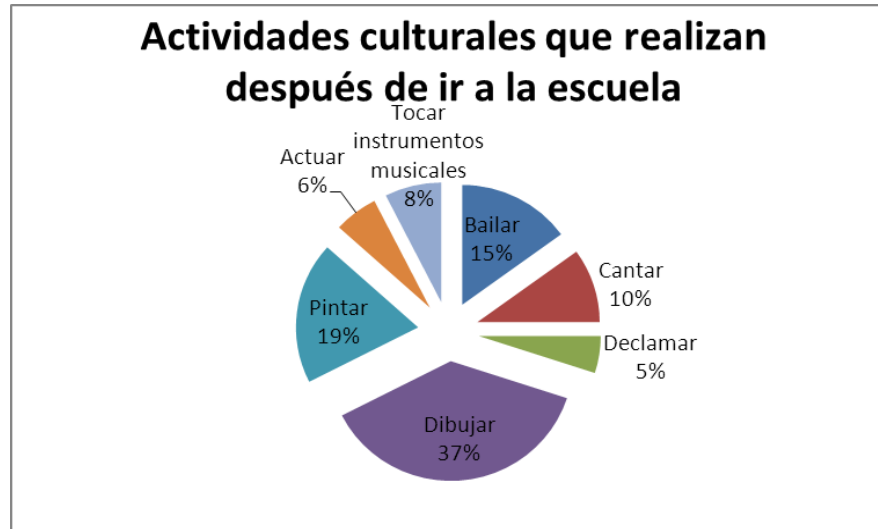
- La población de hombres del segundo básico realiza las siguientes actividades: Un 12% ver televisión, 14% navega en el internet, en un 17%, juegan fútbol y un 23% hace natación. Estos resultados reflejan un nivel intermedio de sedentarismo, que existe en esta población y que las actividades físicas quedan en un tercer plano.

¿Qué actividades realizan para ejercitarse los estudiantes del Instituto Nacional de Educación Básica Mixto “Tezulutlán” en su tiempo libre?



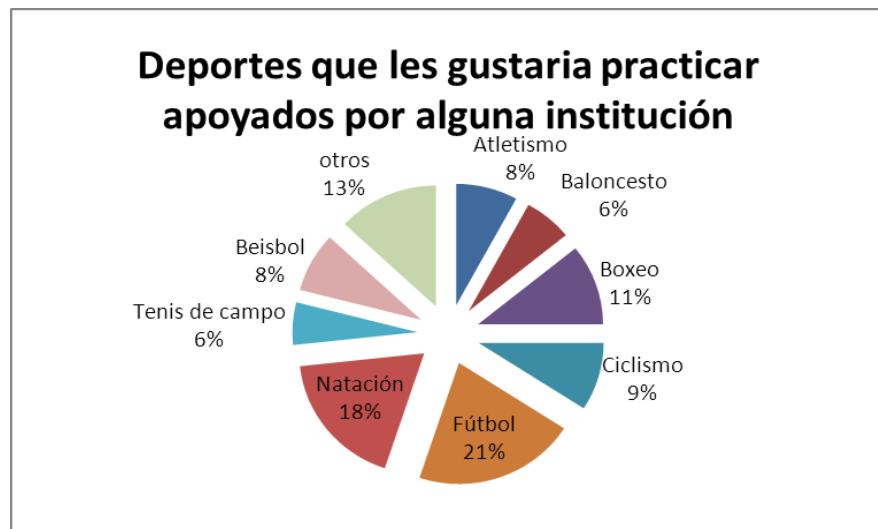
- Dentro de las posibilidades de ejercitarse, la población de hombres del segundo básico, como recursos inmediatos, caminan o bicicletean. Esto refleja la necesidad de crear proyectos, programas e instalaciones adecuadas para la ejercitación de los educandos.

¿Cuáles son las actividades culturales que desarrollan los estudiantes en su tiempo libre?



- La población de hombres del tercero básico realizan diversas actividades de carácter cultural o manualidades una o dos veces por semana, de forma autodidacta, tales como dibujar, bailar, pintar, cantar o tocar algún instrumento musical.

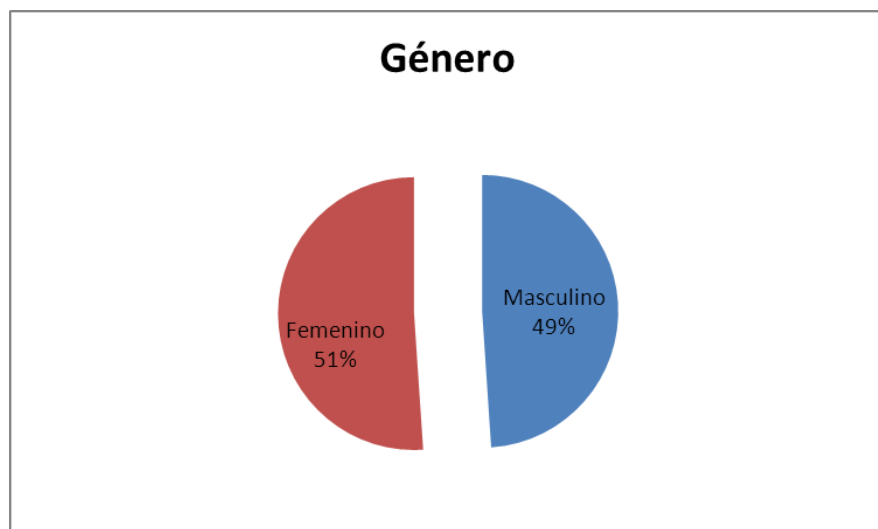
¿Cuáles deportes prefieren practicar los estudiantes del Instituto Nacional de Educación Básica Mixto “Tezulutlán”?



- En esta gráfica está representada la preferencia deportiva de los alumnos del Instituto Nacional de Educación Básica Mixto “Tezulutlán”, y se puede observar la preponderancia de algunos deportes que no son tradicionales y que es una buena oportunidad de impulsarlos.

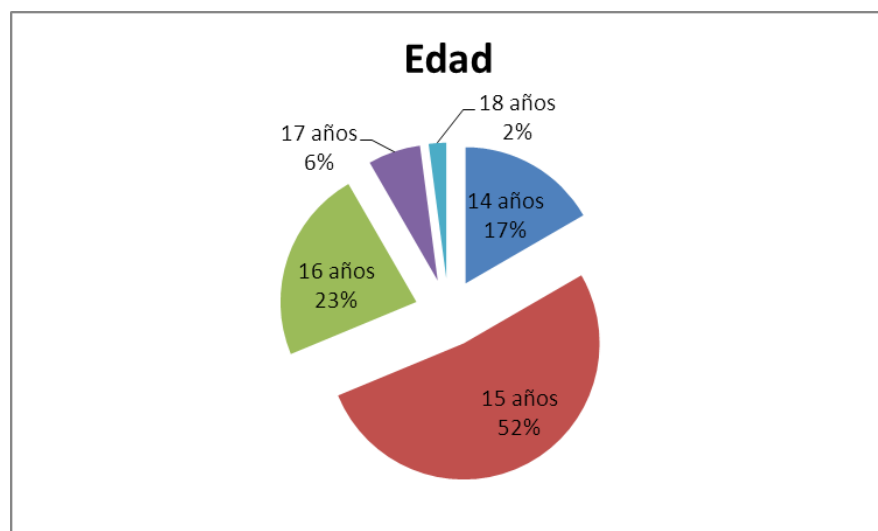
Tercero Básico:

Información General:



- La población del segundo básico del Instituto Nacional de Educación Básica Mixto "Tezulutlán" es de 94 estudiantes y está conformada por el 51% de mujeres y el 49% de hombres, lo que refleja que está muy equilibrada.

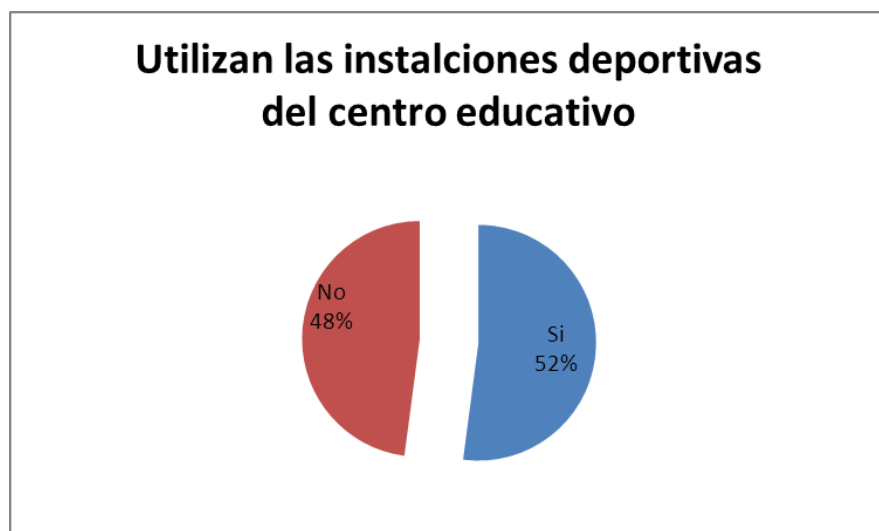
Mujeres:



- La población de mujeres de tercer básico está dividida en el 17% de 14 años, el 52% de 15 años, el 23% de 16 años, 6% de 17 años y el 2% de 18 años. Esto refleja que las alumnas de segundo básico en un buen porcentaje está dentro del parámetro normal etáreo de este grado a excepción de un porcentaje que rebasa la edad ideal para este grado.

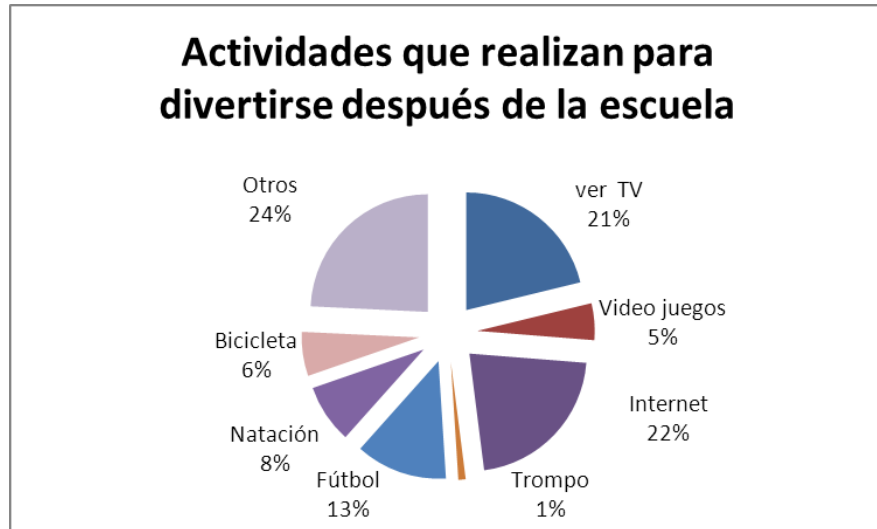


- Es importante mencionar que el 21% de la población de mujeres de tercero básico, trabaja por la mañana, esto no permite a estos alumnos tener tiempo libre y mucho menos la práctica de alguna actividad física en beneficio de su salud



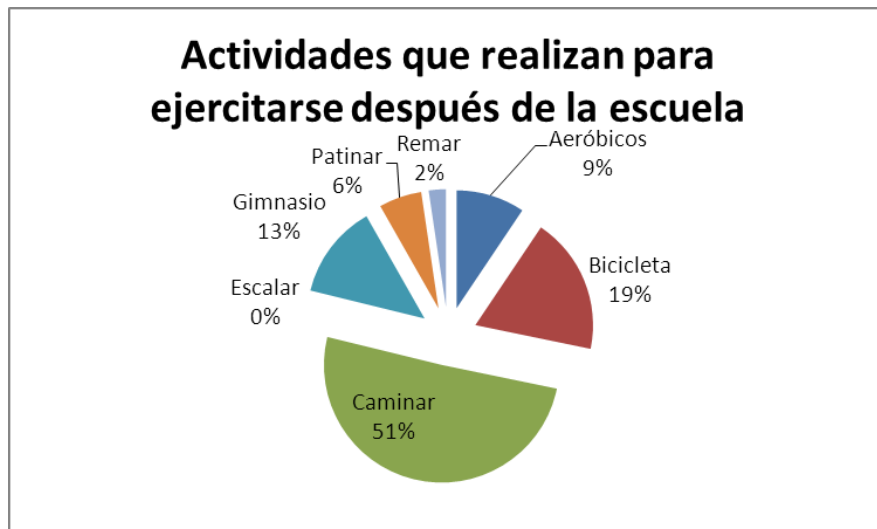
- Dentro del establecimiento educativo existe una cancha polideportiva que no utiliza el 48% de la población de mujeres de tercero básico, ya que el interés por la actividad física disminuye por las condiciones de la cancha y por la etapa de desarrollo que experimentan.

¿Cuáles son las actividades que desarrollan los estudiantes en su tiempo libre?



- La población de mujeres del tercero básico realiza las siguientes actividades: Un 21% ver televisión, 22% navega en el internet, en un 9% juega fútbol y un 23% hace natación. Estos resultados reflejan un nivel alto de sedentarismo, que existe en esta población y que las actividades físicas quedan en un tercer plano.

¿Qué actividades realizan para ejercitarse los estudiantes del Instituto Nacional de Educación Básica Mixto “Tezulutlán” en su tiempo libre?



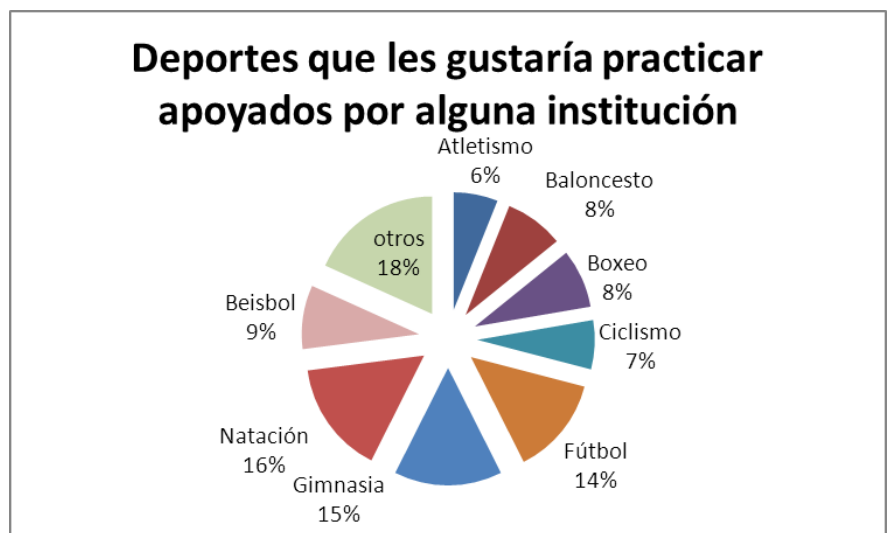
- Dentro de las posibilidades de ejercitarse, la población de mujeres del tercero básico, como recursos inmediatos, caminan o bicycletean. Esto refleja la necesidad de crear proyectos, programas e instalaciones adecuadas para la ejercitación de los estudiantes.

¿Cuáles son las actividades culturales que desarrollan los estudiantes en su tiempo libre?



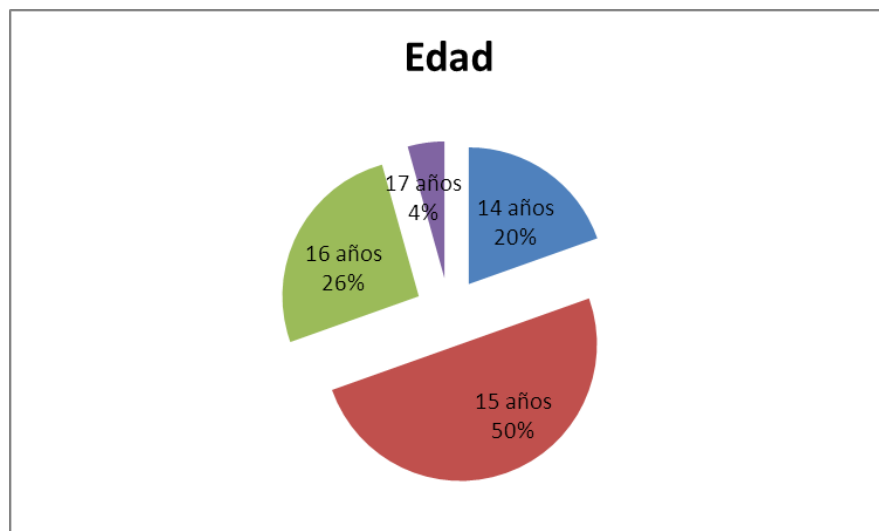
- La población de mujeres del tercero básico realizan diversas actividades de carácter cultural o manualidades una o dos veces por semana, de forma autodidacta, tales como dibujar, bailar, pintar, cantar o tocar algún instrumento musical.

¿Cuáles deportes prefieren practicar los estudiantes del Instituto Nacional de Educación Básica Mixto “Tezulutlán”?



- En esta gráfica está representada la preferencia deportiva de las alumnas de tercero básico del Instituto Nacional de Educación Básica Mixto “Tezulutlán”, y se puede observar la tendencia a equilibrar las preferencias.

Hombres:

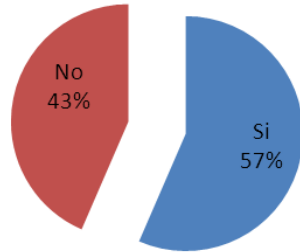


- La población de hombres de tercero básico está dividida en el 20% de 14 años, el 50% de 15 años, el 26% de 16 años, y un 4% de 17 años. Esto refleja que los alumnos de segundo básico en un buen porcentaje está dentro del parámetro normal etáreo de este grado a excepción de un pequeño porcentaje que rebasa la edad ideal para este grado.



- Es importante mencionar que el 17% de la población de hombres de tercero básico, trabaja por la mañana, esto no permite a estos alumnos tener tiempo libre y mucho menos la práctica de alguna actividad física en beneficio de su salud

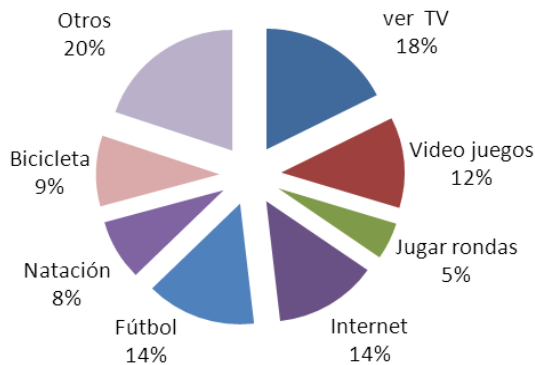
Utilizan las instalaciones deportivas del centro educativo



- Dentro del establecimiento educativo existe una cancha polideportiva que no permite al 43% de la población de hombres de segundo básico, su utilización ya que es muy pequeña.

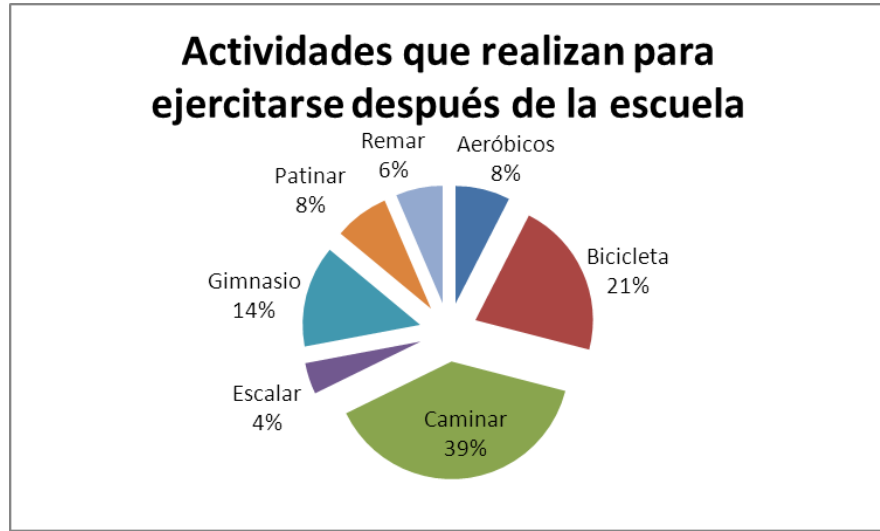
¿Cuáles son las actividades que desarrollan los estudiantes en su tiempo libre?

Actividades que realizan para divertirse después de la escuela



- La población de mujeres del segundo básico realiza las siguientes actividades: Un 18% ver televisión, 14% navega en el internet, en un 14% juega fútbol y un 12% video juegos. Estos resultados reflejan un nivel alto de sedentarismo, que existe en esta población y que las actividades físicas quedan en un tercer plano.

¿Qué actividades realizan para ejercitarse los estudiantes del Instituto Nacional de Educación Básica Mixto “Tezulutlán” en su tiempo libre?



- Dentro de las posibilidades de ejercitarse, la población de hombres del segundo básico, como recursos inmediatos, caminan o bicycletean. Esto refleja la necesidad de crear proyectos, programas e instalaciones adecuadas para la ejercitación de los educandos.

¿Cuáles son las actividades culturales que desarrollan los estudiantes en su tiempo libre?



- La población de hombres del segundo básico realizan diversas actividades de carácter cultural o manualidades una o dos veces por semana, de forma autodidacta, tales como dibujar, bailar, pintar, cantar o tocar algún instrumento musical.

¿Cuáles deportes prefieren practicar los estudiantes del Instituto Nacional de Educación Básica Mixto “Tezulutlán”?



- En esta gráfica está representada la preferencia deportiva de los alumnos del Instituto Nacional de Educación Básica Mixto “Tezulutlán”, y se puede observar la preponderancia de algunos deportes que no son tradicionales y que es una buena oportunidad de impulsarlos.

VII. Conclusiones.

Dentro de la investigación se pudo determinar que al momento el tiempo libre es mal utilizado por los alumnos del Instituto Nacional de Educación Básica Mixto “Tezulutlán” ya que lo invierten en ver televisión, navegar por internet y video juegos.

Que como nuevo paradigma mundial la buena utilización del tiempo libre será un espacio de proyección laboral para los egresados de Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte -ECTAFIDE-

Que los datos que se obtuvieron, a través, cuestionarios y entrevistas, son de utilidad, para realizar una triangulación que establezca unidades de análisis, en el tema de la buena utilización del tiempo libre y se fortalezcan las metodologías de intervención.

Que la preferencia deportiva de los estudiantes ha cambiado, ya que se centraba en deportes como el fútbol y el baloncesto, y ahora, incluyen deportes como beisbol, natación, boxeo, atletismo y gimnasia.

VIII. Recomendaciones.

La buena utilización del tiempo libre es un paradigma que hoy día es una gran oportunidad de estudio, ya que las nuevas tendencias de la actividad física son aplicables, sin duda en ese tiempo. Esto da la oportunidad los egresados de la Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte-ECTAFIDE- de crear acciones, proyectos y programas para posicionar la actividad física, promocionar y consolidar la cultura física.

La Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte-ECTAFIDE- debe de realizar diagnósticos, que lleven al profesional a una metodología que de resultados, en beneficio no de una institución, sino más bien de la población guatemalteca.

Contar con este tipo de estudios y que nos guíen a la buena utilización del tiempo libre, al combate al sedentarismo y a la proyección acertada de acciones deportivas.

Para la implementación de programas de desarrollo deportivo en de suma importancia conocer los datos del diagnóstico, para no gastar recursos que definitivamente no van a interesar a los usuarios de la actividad física el deporte y la recreación.

IX. Referencias Bibliográficas:

1. BROWN PAISAN, Yaquelines (s.a). Educación Física Especial. Cuba.
2. COMISIÓN PEDAGÓGICA ALEMANA, (1980). Educación Física para la Escuela Primaria. Colombia.
3. DEVIS DEVIS, José y PEIRO VELERT, Carmen. (1992). Nuevas perspectivas curriculares en educación física: la salud y los juegos modificados. España.
4. DOS SANTOS FILHO, José C y SÁNCHEZ GAMBOA, Silvio Ancizar. (1997). Investigación educativa Cantidad – Calidad. Un debate paradigmático. Mesa Redonda, Magisterio. Colombia.
5. FLORIAN ÁLVAREZ, Antonio. (1981). Metodología de juegos y ejercicios para vivenciar el atletismo. Universidad del Valle. Colombia.
6. GADAMER, H. G. (1991). La actualidad de lo bello. El arte como juego, símbolo, fiesta. Ed. Paidós. España.
7. GIRALDES, M. (1978). Metodología de la Educación Física, Stadium. Argentina.
8. GONZÁLEZ, Byron Ronaldo. (1991). Manual interno de las políticas de la Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte-ECTAFIDE-1998-2010. Guatemala.
9. HUZINGA, Johan. (1987). Homo Ludens. Alianza. España,
10. LAPTEV, A y MINJ, A. (1989). Higiene de la cultura Física y el deporte, manual. Planeta. Rusia.
11. LITWIN, Julio y FERNÁNDEZ, Gonzalo. (1975). Medidas, Evaluación y estadísticas aplicadas a la Educación Física y el Deporte. Stadium. Buenos Aires.
12. MAZORRA ZAMORA, Raúl. (1988). Actividad física y salud. Científico-Técnica. Cuba.
13. MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL. (2000). Lineamientos Curriculares. Educación Física y Deportes. Magisterio. Colombia.
14. PIERON, M. (1988). Didáctica de las actividades físicas y deportivas, Gymnos. España.

15. SANTOS PASTOR, M; SICILIA CAMACHO, A. (1998). Actividades físicas extraescolares: una propuesta alternativa. El deporte en edad escolar. España.
16. SEYBOLD, A. (1974). Principios pedagógicos en la educación física, Kapelusz. Argentina.
17. TORRES J y RIVERA E. (1994). Juegos y Deportes alternativos y adaptados en Educación Primaria. España.
18. TRIGO, E. (1994) Aplicación del juego tradicional en el currículum de Educación Física. Paidotribo. España.
19. VALDÉS, Hiram; ESTÉVEZ, Migdalia; ARROYO Margarita y PERALTA, Edelmira. (1987). Introducción a la investigación científica aplicada a la Educación Física y el Deporte. Pueblo y Educación. Cuba,
20. ZATSIORSKII, V. M. (1989). Metrología Deportiva. Planeta. Rusia,

E-grafías

1. <http://www.maestroteca.com>
2. <http://ocio-elocioyeltiempolibre.blogspot.com/2010/04/el-tiempo-libre-en-la-sociedad-actual.html>
3. <http://efdeportes.com>.
4. <http://www.redcreacion.org/documentos/congreso7/APerez.html>
5. http://www.angelfire.com/zine2/uvm_ice_lama/CENF.htm

9.2 Fotografías



Dentro de la investigación se pudo determinar que al momento el tiempo libre es mal utilizado por los alumnos y alumnas del nivel básico, ya que lo invierten en ver televisión, navegar por internet y video juegos lo que aumenta el sedentarismo y los niveles de obesidad, así como, problemas de salud. El nuevo paradigma mundial, la buena utilización del tiempo libre será un espacio de proyección laboral para los egresados de Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte -ECTAFIDE- los datos que se obtuvieron, a través, cuestionarios y entrevistas, son de utilidad, para realizar una triangulación que establezca unidades de análisis, en el tema de la buena utilización del tiempo libre y se fortalezcan las metodologías de intervención en áreas como el deporte, la educación física y la recreación.

Licenciado Byron Ronaldo González; M.A.

Asesor

Licenciado Byron Ronaldo González; M.A.

Revisor Final



UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS
ESCUELA DE CIENCIA Y TECNOLOGÍA
DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE –ECTAFIDE-