

**PROPUESTA RECREATIVA PARA FOMENTAR EL BUEN USO DEL
TIEMPO LIBRE EN NIÑOS DE GRADOS TRANSICIÓN Y PRIMERO DE LA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA SEMINARIO MENOR SANTO TOMÁS DE
AQUINO PAMPLONA**

SANDRA LILIANA VERA GRANADOS

**UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
FACULTAD DE EDUCACION
DEPARTAMENTO DE EDUCACION FISICA, RECREACIÓN Y DEPORTES
PAMPLONA
2016**

**PROPUESTA RECREATIVA PARA FOMENTAR EL BUEN USO DEL
TIEMPO LIBRE EN NIÑOS DE GRADOS TRANSICIÓN Y PRIMERO DE LA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA SEMINARIO MENOR SANTO TOMÁS DE
AQUINO PAMPLONA**

**Sandra Liliana Vera Granados
Propuesta Monografía**

**Asesor:
Dr. Carlos Rodolfo Torres Sánchez.**

**UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
FACULTAD DE SALUD
DEPARTAMENTO DE EDUCACION FISICA, RECREACIÓN Y DEPORTES
PAMPLONA
2016**

Página dedicatoria

Gracias a Dios
a mi hija, mi esposo y
Mis padres
Con todo mi amor.

RESUMEN

La presente propuesta monográfica tiene como fin implementar alternativas recreativa para fomentar el buen uso del tiempo libre en niños de grados transición y primero de la institución educativa seminario menor santo Tomás de Aquino pamploña.

Se diseñaron dos instrumentos para recolección de información esta fue suministrada por los padres ya que los niños son muy pequeños. Una de estas encuestas consta de 7 preguntas de doble alternativa y busca conocer si a los niños y padres les gustaría realizar alguna actividad recreativa. Y el segundo instrumento tiene 9 preguntas de selección múltiple y busca obtener información sobre las prácticas recreativas que prefieren los niños.

Para la realización de este trabajo se siguió el siguiente procedimiento de dos fases:

En una primera fase se trata de un acercamiento al contexto escolar donde se indaga sobre las prácticas o actividades de los niños y las niñas tienen en el tiempo libre A partir de aquí se logra de una forma un poco más detallada la recopilación de información que permite enfocar los tipos de actividades para trabajar problemáticas específicas.

En la segunda fase se planeó el diseño y aplicación de una serie de talleres recreativos de integración y creatividad.

TABLA DECONTENIDO

RESUMEN	5
OBJETIVOS	9
ANTECEDENTES.....	10
BASES CONCEPTUALES	20
METODOLOGIA	28
DISCUSION	44
CONCLUSIONES.....	45
BIBLIOGRAFÍA	46
ANEXOS	51

INTRODUCCIÓN

Este es un proceso monográfico que registra un sencillo trabajo de investigación cualitativa acerca de la actividad recreativa como uso del tiempo libre en los niños de transición y primer grado.

La actividad recreativa proporciona entretenimiento y diversión, aunque también puede cumplir un papel educativo. La recreación es una acción positiva que contribuye a la adquisición de destrezas o habilidades, permite establecer relaciones sociales y además, es una herramienta que puede ser utilizada para la evaluación y seguimiento de los niños y las niñas. Este seguimiento puede ser en nivel físico (crecimiento, gatear, caminar, correr, entre otras), a nivel psicológico porque permite evaluar la capacidad de socializar e interactuar con compañeros, a nivel moral en lo que comprende al papel de los valores y en el intelecto. Al respecto, Villegas, T., & David, J. (2015) comentan la importancia de los espacios que se implementan, el estímulo y la respuesta del participante al enfrentarse a los roles que se sugieren, pues mediante el juego se desarrollan habilidades como la imaginación, compañerismo, respeto y tolerancia.

Grushin B. (1968), en su libro “El tiempo libre” llama al tiempo libre no ocupado por el trabajo y queda desconectado de todo género de obligaciones inclusive el que queda después de cambiarse la ropa bañarse etc. Es el que el hombre utiliza para fines no productivo.

DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA

Vemos que la recreación, especialmente en los niños, funciona como entretenimiento y alegría, pero la recreación es más compleja e implica enseñanza de valores y conocimientos que son necesarios como parte de factores de crecimiento y desarrollo. Para promover el desarrollo integral y armónico de los niños y las niñas, los padres de familia, cuidadores y profesores, están llamados a cumplir y respetar los derechos de los niños, abarcados dentro de las categorías de existencia, desarrollo, ciudadanía y protección, así como también el derecho a la vida, a un nombre, a la protección, a tener seguridad social, educación, entre otros y de la misma forma a garantizar y facilitar el acompañamiento y generar los recursos necesarios para el fomento del juego.

El presente trabajo propone algunas alternativas debidamente fundamentadas en las que al mismo tiempo se sugiere la garantía de las condiciones óptimas para el juego, promoviendo miembros activos de una comunidad y en un futuro adultos emprendedores, que logren una relación positiva consigo mismo y con los otros, en interacción con su medio natural y social.

Por lo tanto, se busca que los estudiantes de transición y primero de la institución realicen diferentes actividades recreativas en la utilización del tiempo libre y que a su vez les permita una opción frente a los diferentes dispositivos electrónicos de entretenimiento, haciendo de este un momento de esparcimiento, actividad física y mejores relaciones interpersonales.

OBJETIVOS

GENERAL.

Presentar alternativas recreativas para fomentar el buen uso del tiempo libre en niños de grados transición y primero de la Institución Educativa Seminario Menor Santo Tomás De Aquino Pamplona.

ESPECÍFICOS

1. Identificar cuáles son las actividades que los niños realizan en su tiempo libre.
2. Diseñar actividades recreativas para el aprovechamiento del tiempo libre en niños de transición y primero.
3. Aplicar dichas estrategias recreativas.

ANTECEDENTES

Con el fin de tener referencias teóricas y metodológicas se revisaron algunos trabajos de investigación sobre el tema de la recreación como actividad educativa, a continuación se citan algunos.

ESTRATEGIAS DE COMUNICACIÓN BASADAS EN LAS CONDUCTAS Y EL OCIO DE LOS JÓVENES Y ORIENTADAS A LA PREVENCIÓN DE LA DROGADICCIÓN. García Toribio, M. (2011). Universidad Complutense de Madrid, Servicio de Publicaciones.

RESUMEN

Pretendemos con este trabajo de investigación contribuir a descubrir estrategias y técnicas de comunicación que nos permitan desarrollar acciones para prevenir a los adolescentes de la drogadicción, cambiando su actitud y comportamiento hacia el consumo de sustancias adictivas. Nos centraremos en los cambios actitudinales de nuestro público objetivo y en sus nuevas actividades recreativas. Analizaremos la evolución que ha sufrido el ocio en esa etapa de transformación de los jóvenes, que es la adolescencia. Ocio que lleva asociado un consumo importante de alcohol y de otras drogas ilegales, banalizándose su consumo y dando lugar a la aparición de fenómenos sociales como el “botellón” y la proliferación de las “drogas de síntesis”. Por otra parte, el ocio de los jóvenes tiende a una progresiva homogeneización tanto en las actividades como en el lugar –la calle– y tiempo –la noche, especialmente el fin de semana– en que se desarrolla y en el sentido que adquiere. El método utilizado para esta Tesis Doctoral, por una parte ha sido la Investigación Secundaria, basada en primer lugar en la Documentación de las Investigaciones sobre Drogadicción y Jóvenes, según los datos del Sondeo de Opinión del Observatorio de la Juventud en España, en segundo lugar basado en los datos de la Encuesta Estatal sobre el Uso de Drogas en Estudiantes de Enseñanzas Secundarias, en tercer lugar en base a un estudio llevado a cabo por INJUVE y FAD sobre “Los jóvenes y los medios de

comunicación”, y en cuarto lugar sobre los datos proporcionados por los estudios del Centro de Investigaciones Sociológicas (CIS). Por otra parte, hemos utilizado como técnica propia la Investigación Cualitativa, analizando las opiniones de diferentes expertos a través de la técnica de las Entrevistas Personales, además de los Grupos de Discusión realizados a jóvenes de 15 a 17 años, y a padres y personas vinculadas con jóvenes de 12 a 17 años. Por último haremos un análisis general de las Campañas de Publicidad realizadas contra la Drogadicción a lo largo de estos últimos años.

CONCLUSIONES

Por todo lo estudiado principalmente a través de nuestra Investigación Cualitativa, con las dos técnicas de investigación empleadas: Los grupos de discusión llevados a cabo con jóvenes de 15 a 17 años, y con padres y personas vinculadas a ellos, por las entrevistas personales realizadas a diferentes expertos en el tema, y por el análisis que hemos realizado de las Campañas de Publicidad desarrolladas para prevenir la drogadicción entre los jóvenes, se confirma nuestra hipótesis de que las Campañas de Publicidad en medios de comunicación masivos, por sí solos no logran cambios en el comportamiento y en la actitud de los adolescentes, hacia el consumo indebido de sustancias.

PLAN DE ACTIVIDADES FÍSICORECREATIVAS DE LA ESCUELA PRIMARIA „QUINTÍN BANDERA BETANCOURT“. *Lecturas: Educación física y deportes*, (204), 19. Peña, D. A. M., & González, J. M. B. (2015). Buenos Aires, Argentina.

RESUMEN

Las actividades físicas de tiempo libre han sido poco estudiadas desde el punto de vista del impacto en la comunidad a pesar de saber que las mismas son de necesidad para la calidad de vida del hombre tanto de la ciudad como del campo; sin dudas la recreación beneficia al hombre desde muchos puntos de vista tales como salud,

cognoscitivamente, motrizmente, mentalmente. La metodología utilizada, tenemos los métodos teóricos, empíricos y matemáticos, dentro de los teóricos, utilizamos la Revisión bibliográfica, el Análisis y síntesis, como método empíricos realizamos, la Observación no estructurada, la Técnica de entrevista y la técnica de Encuesta además de los Procedimientos matemáticos como el Análisis porcentual simple, para dar respuesta a las tareas de la investigación y cumplir con el objetivo del trabajo. Esta investigación se llevó a cabo con el objetivo de brindar una herramienta para la toma de decisiones por parte de los profesores de Recreación al planificar las actividades físico - recreativo en la escuela primaria “Quintín Bandera Betancourt” del municipio Cotorro, teniendo en cuenta los gustos y preferencias de estos alumnos.

CONCLUSIONES

El análisis de los fundamentos técnicos, nos permitió sustentar el proceso para satisfacer los gustos y preferencias físico recreativas de los alumnos del segundo ciclo de la escuela “Quintín Bandera Betancourt” del municipio Cotorro.

Las actividades físico recreativas que se ofertaban, no cumplían los gustos y preferencias de los alumnos del segundo ciclo de la escuela “Quintín Bandera Betancourt”.

Con la confección y puesta en práctica del plan de actividades se satisfacen los gustos y preferencias de los niños y niñas de los alumnos de segundo ciclo de la escuela de primaria “Quintín Bandera Betancourt”

PROYECTO DE APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE Y RECREACIÓN
AUTORES TEOBALDO E. PINTO DURANGO, LUIS FERNANDO REYES,
PEDRO MEDRANO. INSTITUCION EDUCATIVA *julio c. miranda- san antero –
córdoba (2012)*

La buena utilización del tiempo libre es la actitud positiva del individuo hacia la vida en el desarrollo de actividades para el tiempo, que le permitan trascender los límites de la conciencia y el logro del equilibrio biológico, psicológico y social, quedan como resultado una buena salud y una mejor calidad de vida, es un factor esencial en la vida moderna, es un medio para mejorar la salud física y mental, desarrollar el carácter de las personas y mejora su equilibrio individual.

Los deportes, los juegos y las actividades recreativas contribuyen en gran medida al desarrollo de los organismos vitales de la persona. La recreación vigorosa que se efectúa al aire libre, donde se hace uso de la capacidad física, es el medio más notable para el mantenimiento de órganos saludables. Por esto, el uso de las infraestructuras deportivas es propicio para fomentar una cultura deportiva.

El individuo que participa de un programa de tiempo libre y goza de una vida plena de actividades, probablemente será un ciudadano saludable, equilibrado, respetuoso y cumplidor de sus responsabilidades cívicas; en cambio es probable que una persona privada de un desarrollo armónico e integral, se comporte de manera más negativa y aflore en ella conductas y costumbres reñidas con las normas establecidas de convivencia ciudadana.

Las motivaciones externas del contexto actual aleja casi permanentemente al alumno de la práctica de valores morales, sociales y religiosos; atraen por el contrario a actividades que pueden ser dañinas o destructivas para el alumno o la sociedad. No es casual que el índice de fenómenos como el alcoholismo, la drogadicción, los embarazos tempranos, la delincuencia, la desintegración familiar esté creciendo en forma alarmante, pues las presiones sociales y de los medios de comunicación así lo posibilitan.

Aprovechar el tiempo libre en la Institución Educativa Julio C. Miranda se justifica en la medida en que se contribuya al tan anhelado desarrollo integral del ser humano

,dicho desarrollo integral contempla no solo las áreas de lo cognoscitivo, sino también, lo sicomotor, lo afectivo y lo volitivo.

El ser humano es un ser social en espacios de mayor diversidad, como la escuela, en esta por muy numerosa que sea la familia, supera el espacio para la convivencia porque además de encontrarse con estos miembros, lo que va a primar son los códigos sociales y culturales que definen la convivencia grupal de la escuela. Una de las características fundamentales de la adolescencia es la tendencia grupal. El ritmo normal de los grupos no basta para favorecer la socialización, entendida como la oportunidad de formarse y desarrollarse integralmente como persona.

Estos grupos en la mayoría de los casos, no tienen proyectos que los cohesionen y les exijan funcionar realmente como grupo. Si existe una tendencia grupal y la institución no forma el ambiente propicio para ello, los alumnos buscan la formación de estos con el peligro de dejarse encausar hacia los vicios. Se debe pensar en un ambiente escolar dinámico que convoque a los alumnos y que los retenga, no desde el autoritarismo de los currículos forzados, sino desde espacios alternativos de aprendizaje. En la experiencia grupal se aprende más que en ritmo normal de las clases (teatro, danzas, música, juegos, deportes...) porque allí se aprende a trabajar en grupo, a coordinar puntos de vista con los demás, a asumir responsabilidades, a resolver conflictos, pero también se fortalece la autoestima y el sentido de pertenencia de los alumnos.

“LA RECREACIÓN INFANTIL Y SU IMPORTANCIA EN EL PROCESO DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE DE LOS NIÑOS Y NIÑAS DEL PRIMER AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA ESCUELA FISCAL MIXTA “HORACIO HIDROVO VALÁSQUEZ” DE LA PARROQUIA COCHAPAMBA CENTRO, CANTÓN SAQUISILÍ, PROVINCIA DE COTOPAXI” Autor Nacevilla Chanatasig María Fabiola. AMBATO – ECUADOR (2012)

RESUMEN

El presente trabajo investigativo es producto de la necesidad de mejorar el proceso de enseñanza-aprendizaje de los niños y niñas mediante el empleo de las actividades de recreación infantil utilizado por los docentes de la Escuela Fiscal Mixta “Horacio Hidrovo Velásquez” de la parroquia Cochapamba, para lo cual se aplicó instrumentos de investigación que permitieron recopilar la información relevante que servirá para la comprobación de la hipótesis y realización de las conclusiones y recomendaciones que conllevan a proponer soluciones al problema detectado, la misma que permitirá a los docentes, estudiantes y padres de familia reflexionen acerca de la importancia de las actividades de recreación infantil en el proceso de enseñanza-aprendizaje y la factibilidad de la propuesta, este trabajo se considera significativo al evaluar las actividades recreativas que utilizan los docentes en la enseñanza - aprendizaje con la finalidad de viabilizar la labor docente, y que los contenidos de dichas actividades utilizadas respondan a las necesidades y requerimientos educativos para el logro de los objetivos educacionales, determinando que es prioritario elaborar “Actividades de recreación infantil que viabilicen el proceso de enseñanza-aprendizaje” la misma que aplicada proporcionará orientación para mejorar la calidad de la educación, además los docentes podrán contar con actividades de recreación para utilizarlos como estrategia docente cual facilitará el proceso educativo, es importante que todos quienes conforman la comunidad educativa apliquen las actividades de recreación infantil como estrategia del aprendizaje y los estudiantes disfruten del proceso, convirtiéndose en un apoyo para facilitar la asimilación de nuevos conocimientos e inclusive una manera sana de diversión y entretenimiento de los alumnos, la investigación planteada contiene información actualizada que guía el desarrollo del presente trabajo investigativo cabe destacar que puede servir de fuente de consulta a quién se interese en el tema.

Descriptores: La recreación infantil y el proceso de enseñanza- aprendizaje.

Palabras claves: recreación, enseñanza, aprendizaje, estrategia, proceso, actividades, docente, contenidos, calidad, educación.

CONCLUSIONES

- En la actualidad aún existen maestros que practican el paradigma conductual, donde el profesor es la única persona que puede expresarse libremente y manifiesta que las actividades recreativas es una pérdida del tiempo para él y los alumnos.
- Los maestros desconocen las ventajas que proporcionan las actividades recreativas en el proceso de enseñanza aprendizaje y todo depende del como el docente emplee.
- Los alumnos la mayor parte del tiempo pasan realizando actividades del hogar, agricultura y cuidado de sus hermanos pequeños y no disponen del tiempo libre.
- Los padres de familia migran a las ciudades en busca de fuentes económicas descuidando a los hijos y obligándoles a ser jefes de hogares, además los pocos padres de familia que viven con sus hijos son exigentes con ellos
- Todas las actividades recreativas viabilizan el procesos de enseñanza aprendizaje ya que el niño por naturaleza aprende jugando, practicando, manipulando, observando y participando creativamente en actividades planificadas

El éxito o fracaso del aprendizaje depende de los maestros, padres de familia, docentes, alumnos, autoridades y todos los de la comunidad.

IMAGINARIOS SOBRE RECREACIÓN, OCIO Y TIEMPO LIBRE EN TRES ESCUELAS DE BOGOTÁ, DC. *Revista Perspectivas Educativas*, 5. Africano, P. G. (2015).

RESUMEN

El objetivo del presente artículo es dar conocer los imaginarios de los estudiantes de tres colegios de Bogotá, D.C., sobre recreación, ocio, tiempo libre y escuela; así como

establecer las características asociadas a ellos y reconocer si existen diferencias en los imaginarios presentes en colegios públicos y privados.

La metodología de investigación es de carácter cualitativo bajo el criterio de casos sensibles, para el presente estudio se eligieron dos colegios públicos y uno privado, escogiéndose estudiantes de los grados 10º y 11º para la recolección de información y los maestros de los consejos académicos de cada colegio. Los resultados indican una tendencia marcada de los imaginarios de los estudiantes a considerar la recreación, el ocio y el tiempo libre como poco cercano a la escuela y a sentir la escuela como un lugar obligado y reglado.

CONCLUSIONES

Con relación a **recreación** el imaginario que se asume es el de ser actividades; y estas actividades tienen dos direcciones: una con función pedagógica conectada a la tarea de aprendizaje de la escuela, entendiéndose por ello que hace parte del imaginario de adquisición de conocimiento y aprendizaje, esta dirección es la de más prevalencia entre los estudiantes; la otra, es la de ser actividades para distraerse, para alejarse de lo cotidiano, no obstante es necesario indagar si tiene que ver con actividades de elección libre, o actividades que se pueden realizar dentro de clase y que rompen la monotonía diaria. En correspondencia con el tipo de actividades que se asocian con recreación se establecen en primer lugar aquellas que tienen que ver con eventos o acciones de carácter deportivo (torneos, competencias, clases de educación física), lo cual manifiesta un componente en la recreación desde los estudiantes ligado a realizar práctica física; en segundo lugar se encuentran las actividades culturales, y dentro de ellas están las fiestas, las izadas de bandera, las jean-day o celebraciones de conmemoración y, por último, algunos tipos de juego realizados por los estudiantes en el colegio o en actividades extra-clases asociadas al colegio.

En la categoría **ocio** parece existe un desconocimiento sobre su significado conceptual o su relación con la escuela; los datos no revelan un imaginario consolidado, lo más

cercano ello es ser actividades de satisfacción; sin embargo el segundo imaginario es inactividad, que tiene implicación negativa.

Por otro lado, el imaginario de **tiempo libre** está vinculado a la posibilidad de elegir de modo intencional algo para hacer, ya sea jugar, disfrutar de pasatiempos o actividades que sea de interés personal; así mismo, su condición es la de estar por fuera de la escuela o de obligaciones con las que se debe cumplir, pero que permiten el esparcimiento y salir de lo cotidiano.

LA RECREACIÓN Y EL ESPARCIMIENTO COMO DERECHO HUMANO FUNDAMENTAL EN LOS NIÑOS Y NIÑAS DEL GRADO TERCERO TRES DE UN COLEGIO PÚBLICO EN PEREIRA. Universidad tecnológica facultad de educación departamento de psicopedagogía-licenciatura en pedagogía infantil de Pereira. Alexa Yojana Montoya Osorio - diana marcela Álvarez (2011).

RESUMEN

Derechos humanos fundamentales de los niños y niñas del grado 3º del colegio Jaime Salazar Robledo de la ciudad de Pereira, contribuyendo a su reconocimiento a través de una propuesta didáctica basada en el estudio de casos.

Teóricamente se basa en la educación para la ciudadanía y la democracia, desde autores como Touraine (2001), Magendzo (2000), Pagés y Santisteban (2010), que resaltan la importancia de la formación ciudadana y la transformación de la manera como se actúa en sociedad.

La metodología se fundamenta en la investigación acción educativa, inicia con un diagnóstico participativo sobre los derechos humanos fundamentales, partiendo del estudio de casos, en los que se prioriza las situaciones que los niños y niñas perciben como las más vulneradoras de sus derechos humanos fundamentales, encontrando como prioritario el derecho a la recreación y el esparcimiento. Durante el proceso pedagógico y didáctico se hace observación participante, llegando a los resultados, los

cuales son interpretados con técnicas de inducción analítica y triangulación para sistematizar la experiencia. El mayor logro con la propuesta didáctica es el auto reconocimiento de los niños y niñas como sujetos de derechos, además de distintas expresiones cotidianas de convivencia desde el auto respeto, el respeto a la diferencia, la valoración de sí mismos y de los demás. Palabras clave: Derechos Humanos Fundamentales, Educación Para La Ciudadanía Y La Democracia, Recreación, Esparcimiento, Vulneración.

CONCLUSIONES

El estudio y la profundización en los Derechos Humanos Fundamentales lleva a la identificación del Derecho a la recreación y el esparcimiento como el más vulnerado en los niños y niñas del grado 3° del colegio Jaime Salazar Robledo.

A través de la propuesta didáctica desarrollada el mayor logro alcanzado es el reconocimiento del derecho a la recreación y el esparcimiento como base de las relaciones familiares, personales y sociales. Los niños y niñas perciben como agentes vulneradores de su Derecho a la recreación y el esparcimiento en algunas ocasiones a la familia (padres y madres), la escuela (compañeros y profesores) la sociedad (barrio, vecinos) y en muchos casos existe auto vulneración. El manejo didáctico del estudio de casos transversal izado con el área escolar de Ciencias Sociales facilita el acercamiento y la comprensión de los Derechos Humanos y las posibilidades de aplicación de lo aprendido en las diversas situaciones de la vida escolar, familiar y social. La vulneración y el reconocimiento del derecho a la recreación y el esparcimiento pueden darse desde la dimensión afectiva y social, impactando a los niños y niñas en las diferentes áreas de sus vidas.

La enseñanza de los Derechos Humanos en la Educación Primaria es fundamental porque contribuye a que los niños y niñas se reconozcan como sujetos portadores de Derechos, capaces de reconocer situaciones vulneradoras en ellos mismos y los demás buscando así su reconocimiento.

BASES CONCEPTUALES

QUÉ ES LA RECREACIÓN?

La recreación es un proceso a través del cual el ser humano logra modificaciones de su forma de ser, obrar, pensar y sentir, es también un fenómeno psicosocial que forma parte del proceso de producción – reproducción económica, política e ideológica, como extensión de la jornada laboral.

Existen varios tipos de actividades recreativas que pueden ser dinámicas o físicas las cuales contribuyen al desarrollo de la persona en diferentes aspectos, tales como los deportes, juegos, música, artes, manualidades, danza. No obstante, dichas actividades pueden ser desaprovechadas como tal por la falta de orientación o el desconocimiento del potencial de las mismas. Meneses Montero, M., & Alvarado, M. (1999).

ACTIVIDADES RECREATIVAS

La sociedad moderna ha ido creando en el ser humano una serie de necesidades que poco a poco lo van agobiando. Las personas, y especialmente los jóvenes, asumen diversas actitudes frente a esta problemática. De hecho, son los jóvenes quienes tienen que desempeñarse en ampliar los horizontes de la vida, para que puedan encontrar un nuevo y significativo sentido a la convivencia con otros, a la construcción de su identidad y al pertenecer a un grupo que los acepte tal y como son, así como al tiempo libre, a la efectividad y al estudio.

Es por ello que la recreación toma fuerza en la escuela en el siglo XX, a partir de numerosos estudios, particularmente de la psicología evolutiva, el constructivismo y el que pone en evidencia el papel del juego y la creatividad en el desarrollo humano. Estos estudios inciden a su vez, de modo significativo, en la flexibilización de los métodos de enseñanza–aprendizaje y en la búsqueda de logros de los fines de la educación y la formación ciudadana. De allí pues que el juego se convierte en la práctica recreativa más arraigada en el ámbito educativo, su presencia se evidencia en las metodologías de trabajo, especialmente en los primeros años de enseñanza.

De esta manera la recreación propone orientar al alumno sobre el uso positivo del tiempo libre, mediante actividades productivas agradables. Sin embargo, es necesario que estas actividades complementen los aprendizajes adquiridos en la enseñanza. Este planteamiento lo comparte Bullón, R. (2005, p. 15) cuando afirma que las actividades recreativas “son un fenómeno sociocultural que se manifiesta en actividades grupales y se realizan en un tiempo apropiado del sujeto sin condicionamiento y exento de obligaciones”. Asimismo, Iturralde, E (2000) afirma que las actividades recreativas son un conjunto de operaciones desarrolladas por una persona o conjunto de personas en situación de ocio, diversión y esparcimiento”.

En este sentido, es pertinente señalar que las actividades recreativas tienen como base la intencionalidad de enseñar, comunicar las tradiciones lúdicas y de propiciar el uso creativo y transformador de las mismas, para influir en los cambios internos y externos del educando. Igualmente, es una práctica institucionalizada del tiempo libre, cuyas funciones principales son el goce, el placer y el descanso.

La recreación depende de las actitudes e intereses particulares del individuo, así como también de la edad, habilidad física, capacidad intelectual y deseos del individuo por cambiar. De allí pues que la recreación pueda incluir leer un libro, sembrar flores en el patio, escuchar un concierto sinfónico, visitar monumentos naturales, ir de excursión, acampar con la familia, jugar baloncesto, jugar solitario, entre otros. La recreación se puede experimentar por una persona mientras se encuentra sola, con otros o en un grupo grande.

Asimismo, la recreación permite al individuo integrarse con su entorno y con la naturaleza, proporcionándole una serie de cambios psicológicos positivos, así como también beneficios físicos y cardiovasculares. Por lo tanto, las actividades recreativas son indispensables en el ser humano, tal como lo señala Bullón, R. (2005), cuando expresa que las actividades recreativas:

“Son aquellas que se desarrollan en un medio natural, permitiendo la integración del individuo con la naturaleza y haciendo buen uso del tiempo libre. Sus características son: conocimiento sobre los parques naturales, conservación y reforestación,

conocimiento de las características y equipos para excursiones y campamentos” (p. 30).

LA RECREACIÓN Y EL ESPARCIMIENTO COMO DERECHO HUMANO FUNDAMENTAL

Aunque en muchos países algunas personas asumen la Recreación como algo redundante y trivial que no corresponde al ámbito de lo socialmente esencial, en toda sociedad el aprovechamiento del tiempo libre, juega un papel importante en la vida cotidiana de la población y en las posibilidades de desarrollo humano y social.

Contrariamente a tal descalificación, usual en conversaciones corrientes, hay un reconocimiento formal a nivel internacional y nacional de la Recreación como derecho y necesidad fundamental, y en virtud de éste le corresponde al Estado la responsabilidad de posibilitarle a la población el acceso y disfrute a la misma. El estado colombiano ha ratificado la Convención Internacional sobre los Derechos del Niño mediante la Ley 12 de 1991 adoptada por la Asamblea General de las Naciones Unidas el 20 de noviembre de 1989, comprometiéndose a proteger ya segura la “ley de infancia”, que consiste básicamente en que los niños y las niñas sean sujetos de derechos, sin discriminación alguna.

Teniendo en cuenta lo anterior, para la Unicef la ley de infancia y adolescencia contempla los derechos de los niños, niñas y adolescentes, entre los cuales se considera el derecho a la recreación, participación en la vida cultural y en las artes; este derecho consiste en que “los niños, las niñas y los adolescentes tienen derecho al descanso, esparcimiento, juego y demás actividades recreativas propias de su ciclo vital y a participar en la vida cultural y las artes. Igualmente, tienen derecho a que se les reconozca, respete y fomente el conocimiento y la vivencia de la cultura a la que pertenezcan”.

El descanso, esparcimiento, juego y actividades recreativas que se consideran en este derecho desde la ley de infancia y adolescencia, se vincula con el derecho a la recreación consignado en el artículo 44 de la constitución política de Colombia del

1991; con lo cual, como todo los derechos de los niños y las niñas, éste es considerado inherente a la dignidad humana y el desarrollo armonioso de la niñez. (APORTE A LA LEY DE INFANCIA Y ADOLESCENCIA)

Desde la Psicología, la recreación se define como cualquier actividad realizada de manera libre y espontánea, en el tiempo libre y que nos genera bienestar físico, espiritual, social, etc.

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

En este mismo sentido, la recreación constituye un derecho fundamental del ser humano, de acuerdo con la ONU es la sexta necesidad básica después de la nutrición, la educación, la vivienda, el trabajo y la seguridad social, constituye un medio de unidad integral e integradora que promueve el desarrollo intelectual, emocional, físico y psicológico del individuo. Además es importante reconocer que la recreación y el esparcimiento están ligados no sólo a las actividades de juego, deporte u otras actividades que se consideran parte de la recreación, sino que todo lo que a un individuo le genere placer, deleite, goce, satisfacción o complacencia puede definirse como recreación.

La recreación ha tenido un proceso de evolución y reconocimiento como necesidad y práctica social de expresión, esparcimiento, integración personal y sentido de pertenencia a un grupo y una cultura. En su constitución dentro de la cultura colombiana, la recreación se ha entendido como un espacio de libertad complementario de las actividades cotidianas y de trabajo y relacionado con la decisión personal de expresar potencialidades lúdicas y creativas, que en espacios diferentes no es posible manifestar.

Este concepto ha promovido la creación de una amplia infraestructura física y a generado un campo actividades relacionadas con la actividad física, la salud, la diversión, el medio ambiente, el arte, el folclor, el bienestar personal, el uso del tiempo y la integración social. Ello le da un carácter de actividad interrelacionada con

diferentes saberes y prácticas que tienen en la dimensión corporal y la lúdica una mediación privilegiada. (Quintana, Leonardo 2011)

LA LÚDICA.

Al parecer todo juego es lúdico pero no todo lo lúdico es juego. No se trata de un simple malabarismo de palabras, se trata de empezar por reconocer que la lúdica no se reduce o agota en los juegos, que va más allá, trascendiéndolos, con una connotación general, mientras que el juego es más particular. De hecho resulta fácil aceptar que coleccionar estampillas, escuchar música o hacer chistes no son juegos, aunque reporten emociones y sentimientos similares.

¿Qué es entonces lo lúdico o la lúdica? La lúdica se asume aquí como una dimensión del desarrollo humano, esto es, como una parte constitutiva del hombre, tan importante como otras dimensiones históricamente más aceptadas: la cognitiva, la sexual, la comunicativa, etc. En tanto que dimensión del desarrollo humano, la lúdica se constituye en un factor decisivo para enriquecer o empobrecer dicho desarrollo, pudiendo afirmarse que a mayores posibilidades de expresión y satisfacción lúdica corresponden mejores posibilidades de salud y bienestar y, por tanto, a ambientes que bloqueen o limiten la expresión lúdica corresponden personas con carencias significativas en el desarrollo humano, tanto así como si se reprime o bloquea la sexualidad o el conocimiento. Sin embargo, afirmar que la lúdica es una dimensión humana, no es más que una definición genérica, será necesario caracterizarla aún más para efectos de su comprensión. La lúdica se refiere a la necesidad del ser humano, de sentir, expresar, comunicar y producir emociones primarias (reír, gritar, llorar, gozar) emociones orientadas hacia la entretención, la diversión, el esparcimiento. (Bolívar, Carlos 1998)

EL JUEGO EN NIÑOS DE 5 Y 6 AÑOS

El juego ocupa un lugar muy importante en el campo pedagógico, psicológico y artístico no sólo para los niños sino también para los adultos. Como dice Pescetti, "el juego es una herramienta de la libertad". Como nos vamos olvidando de jugar, buscamos espacios donde esté habilitado para poder desplegarlo. De acuerdo con Roncancio y Sichacá (2009)

“El objetivo del juego no puede ser otra cosa que jugar. Lo más interesante del juego es que permite que la persona interactúe, asimile, comprenda espontánea y orgánicamente las posibilidades y los límites que le ofrece determinado material o propuesta o en definitiva la realidad. Por lo tanto, el juego es una necesidad vital que contribuye al equilibrio humano, es una actividad exploradora, de aventura y experiencia, es medio de comunicación y de liberación, es un proceso de educación completa, indispensable para el desarrollo físico, intelectual y social del niño “Daza José (1997)

Tiempo libre infantil: el tiempo libre de los niños aparece, por un lado como un período susceptible de acoger intervenciones educativas paralelas o complementarias a la acción escolar y familiar y también por otro lado, como un objeto educativo.

La aplicación de los conceptos de tiempo libre y ocio, a los diferentes períodos de la vida deben hacerse tomando en consideración los parámetros específicos (especialmente sociales y psicológicos). En el caso de la infancia, ello es particularmente necesario dando que el concepto de tiempo libre, se define principalmente por referencia al trabajo. El tiempo libre del niño es el tiempo restante

del tiempo escolar, descontando el tiempo para satisfacer necesidades biológicas. La escuela es para el niño su ocupación obligatoria. El surgimiento de una serie muy considerable de intervenciones educativas es el tiempo libre infantil: ludotecas, clubes y centros infantiles, colonias de vacaciones, grupos de animación, actividades extraescolares, etc. Todas estas instituciones y actividades van configurando en su conjunto una pedagogía de ocio.

El tiempo libre se considera como un ámbito susceptible de ser aprovechado para acoger algún tipo de intervención educativa; es el lapso de tiempo que con sus características particulares, puede acoger actividades formativas o instructivas. En este caso se habla de educación en el tiempo libre. El proceso educativo que tiene lugar en el tiempo libre puede estar encaminado a desarrollar en el individuo algún tipo de conocimiento, destreza o actitud que le permitan utilizar su ocio de una manera más positiva, rica o placentera.

Proyecto Mejoramiento de la convivencia de los niños y adolescentes de la escuela urbana La Sallé. Universidad de Pamplona Juan Bautista Carrillo, Manuel Antonio Cagua (2004).

OCIO Y TIEMPO LIBRE:

Para Ortega (1991) el tiempo libre es un tiempo social estratégico porque se convirtió en la necesidad, a pesar la insalubridad, del desempleo, enfermedades diversas y alimentación inadecuada. El tiempo libre se convirtió en un valor y funde una nueva moral de la felicidad.

Se llama ocio al tiempo libre que se dedica a actividades que no son ni trabajo ni tareas domésticas esenciales, y pueden ser recreativas.

Es un tiempo recreativo que se usa a discreción. Es diferente al tiempo dedicado a actividades obligatorias como son comer, dormir, hacer tareas de cierta necesidad, etc.

El ocio es como una actividad realizada para descansar del trabajo. Debe tener, como toda actividad, un sentido y una identidad, ya que si no tiene sentido es aburrido.

La distinción entre las actividades de ocio y las obligatorias no es estricta y depende de cada persona; así estudiar, cocinar, o hacer música, puede ser ocio para unos y trabajo para otros, pues estas últimas pueden hacerse por placer además de por su utilidad a largo plazo, y por su eventual ganancia económica. Al ocio se lo puede emplear en actividades motivadoras y productivas.

Por otro lado, el ocio en Grecia era considerado el tiempo dedicado, principalmente por filósofos, para reflexionar sobre la vida, las ciencias, y la política. Proyecto de aprovechamiento del tiempo, Córdoba (2012)

METODOLOGIA

La presente es una investigación es de tipo cualitativo y de carácter descriptivo e interpretativo ya que se trata de identificar una realidad para conocerla y encontrar un sentido, con el fin hacer una intervención pedagógica.

Población

La población se refiere a 36 niños; 24 de primero y 12 transición entre los 5 y 6 años con los respectivos padres de familia de los niños mencionados, pertenecientes al Seminario Menor Santo Tomas de Aquino, del municipio de Pamplona, en departamento Norte de Santander.

Muestra

La población que se tomara aquí serán los niños y niñas de los grados transición y primero en edades comprendidas entre los 5 y los 7 años contando con 20 niños y sus padres de familia del Seminario Menor Santo Tomas de Aquino de la ciudad de Pamplona.

Instrumentos de recolección de información

Para este trabajo se diseñaron dos instrumentos para recolección de información sobre la temática del trabajo. La información la suministraron los padres ya que los niños no estaban en capacidad de escribir las respuestas. Una de estas encuestas consta de 7 preguntas de doble alternativa y busca conocer si a los niños y padres les gustaría realizar alguna actividad recreativa. Y el segundo instrumento tiene 9 preguntas de selección múltiple y busca obtener información sobre las prácticas recreativas que prefieren los niños.

Para recolectar la información se solicitó el respectivo permiso a las directivas y padres de familia en forma escrita.

Procedimiento

Para la realización de este trabajo se siguió el siguiente procedimiento de dos fases:

En una primera fase se trata de un acercamiento al contexto escolar donde se indaga sobre las prácticas o actividades de los niños y las niñas en el tiempo libre por medio de dos encuestas que se les aplica junto con sus padres, madres o acudientes. A partir de aquí se logra de una forma un poco más detallada la recopilación de información que permite enfocar los tipos de actividades para trabajar problemáticas específicas.

En la segunda fase se planeó el diseño y aplicación de una serie de talleres sobre técnicas lúdicas, de integración y creatividad.

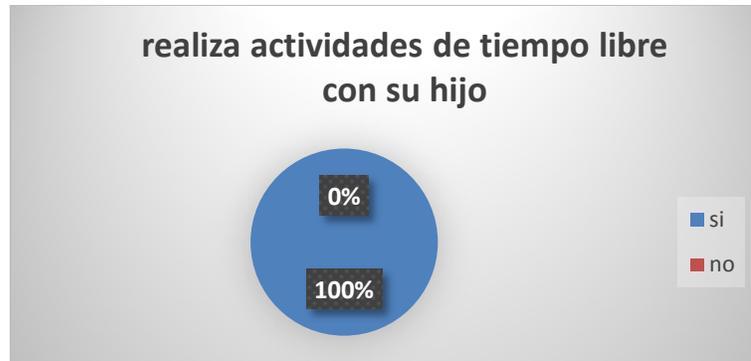
Sistematización de la información

Para sistematización de la información de la primera encuesta autora realizó un proceso sencillo para obtener los resultados y hacer las respectivas gráficas pues las preguntas solo tenían dos opciones de respuesta.

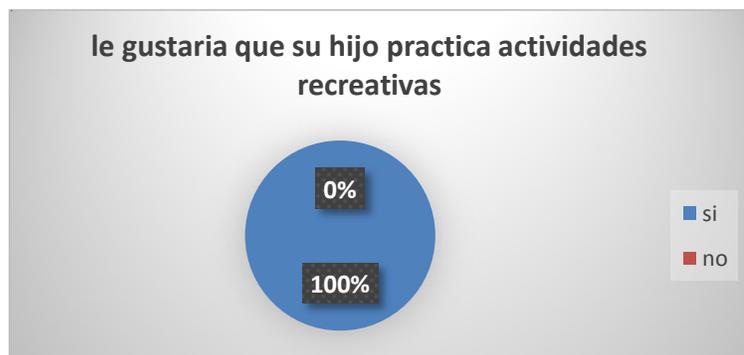
En la segunda encuesta la información fue tabulada mediante el programa ssps 20 que de forma precisa se ingresaron los datos y este arrojó unos resultados.

RESULTADOS (ENCUESTA 1)

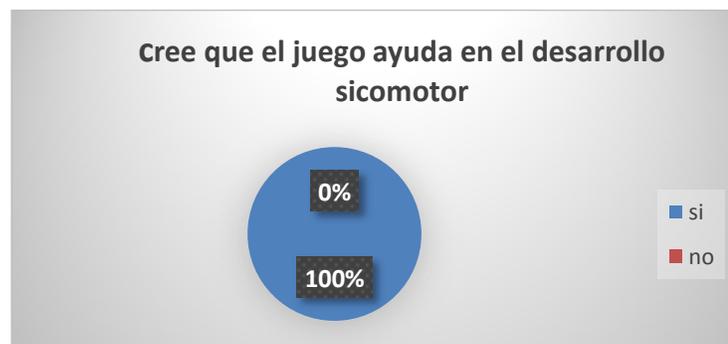
1.



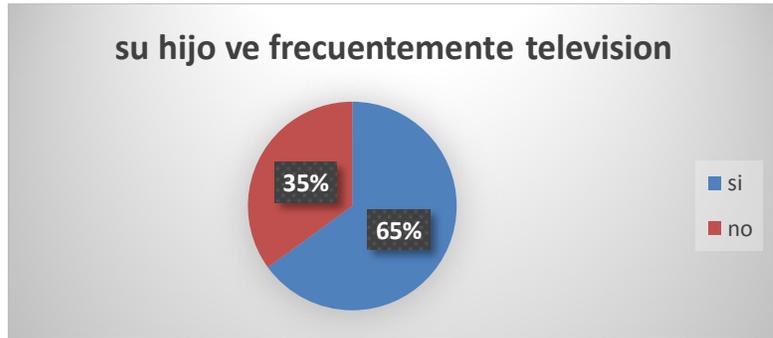
2.



3.



4.



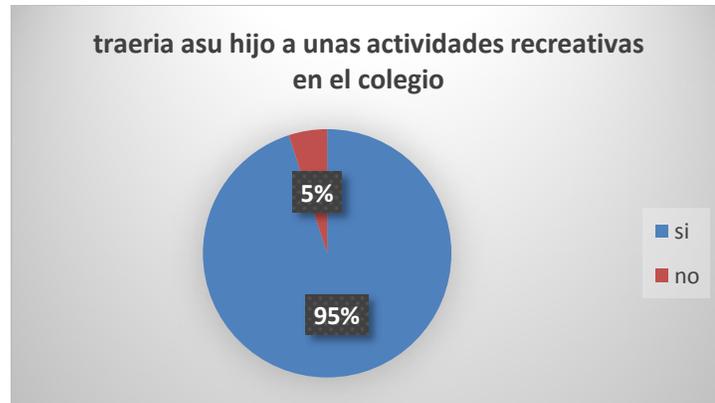
5.



6.

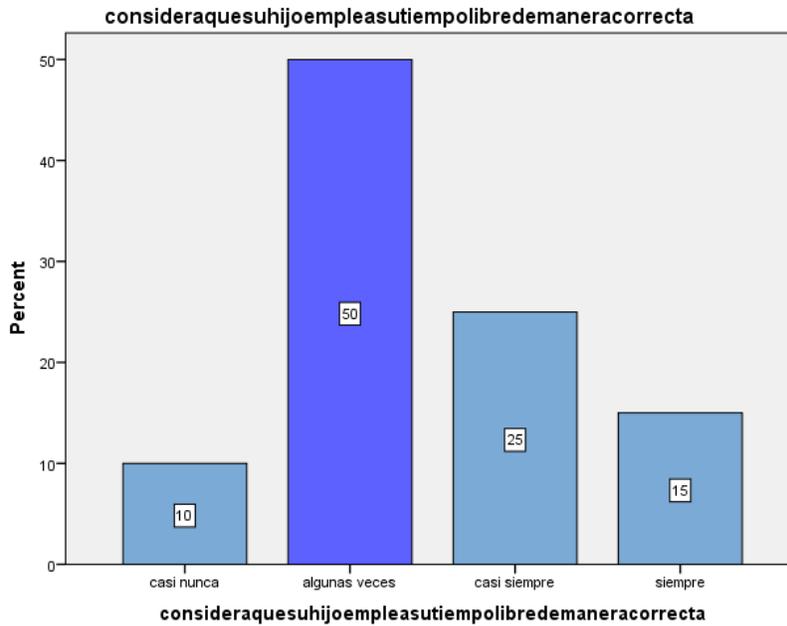


7.



RESULTADOS DISCUSION (ENCUESTA 2)

1



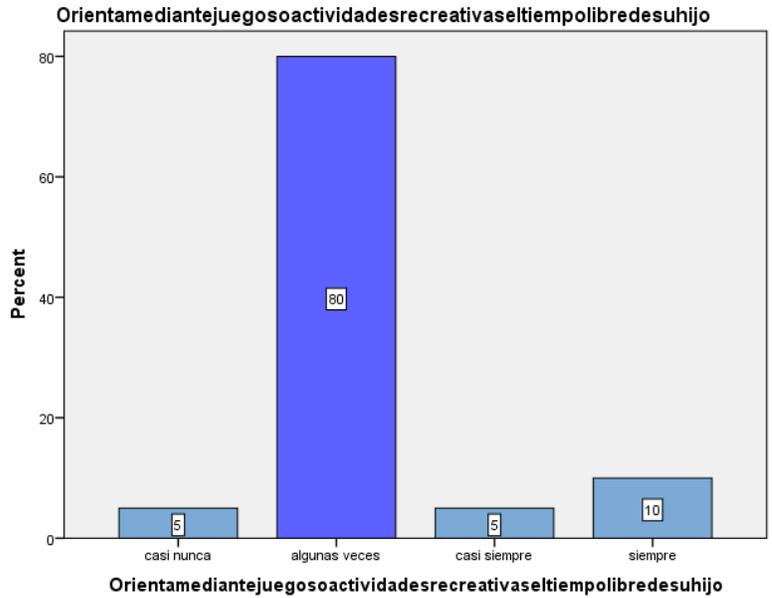
¿Considera que su hijo emplea su tiempo libre de manera correcta?

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
casi nunca	2	10,0	10,0	10,0
algunas veces	10	50,0	50,0	60,0
Valid casi siempre	5	25,0	25,0	85,0
siempre	3	15,0	15,0	100,0
Total	20	100,0	100,0	

Análisis de resultado: podemos ver que 10 de las 20 personas encuestadas considera que algunas veces sus hijos emplean su tiempo de manera correcta, es preocupante ver

qué pasa con los demás puesto que todos deberían tener un uso adecuado del tiempo libre siempre

2.

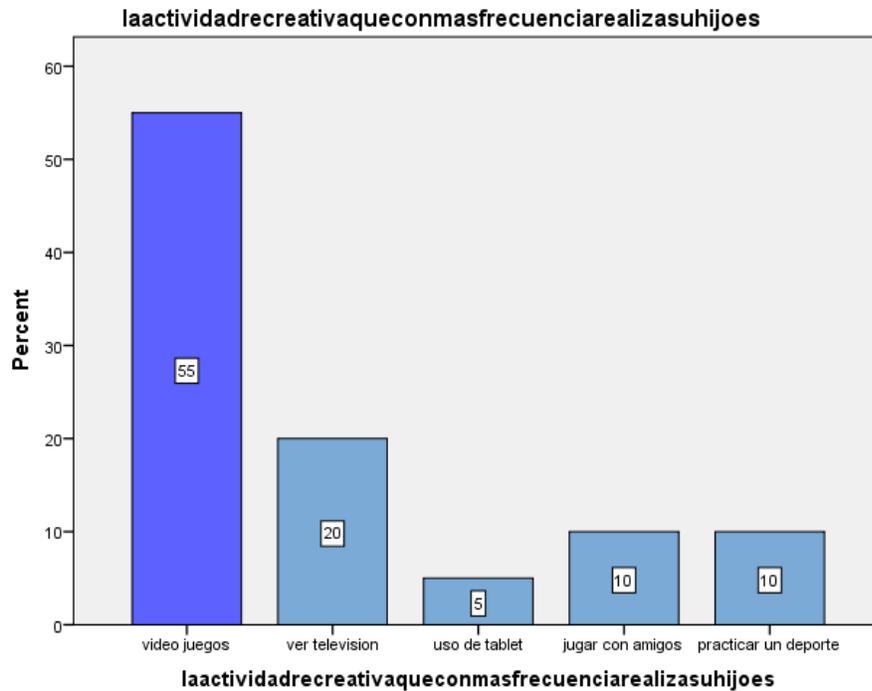


¿Orienta mediante juegos o actividades recreativas el tiempo libre de su hijo?

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
casi nunca	1	5,0	5,0	5,0
algunas veces	16	80,0	80,0	85,0
Valid casi siempre	1	5,0	5,0	90,0
siempre	2	10,0	10,0	100,0
Total	20	100,0	100,0	

Análisis de resultados: 16 de 20 personas encuestadas considera que algunas veces orientan los juegos y actividades recreativas en el tiempo libre de sus hijos.

3.

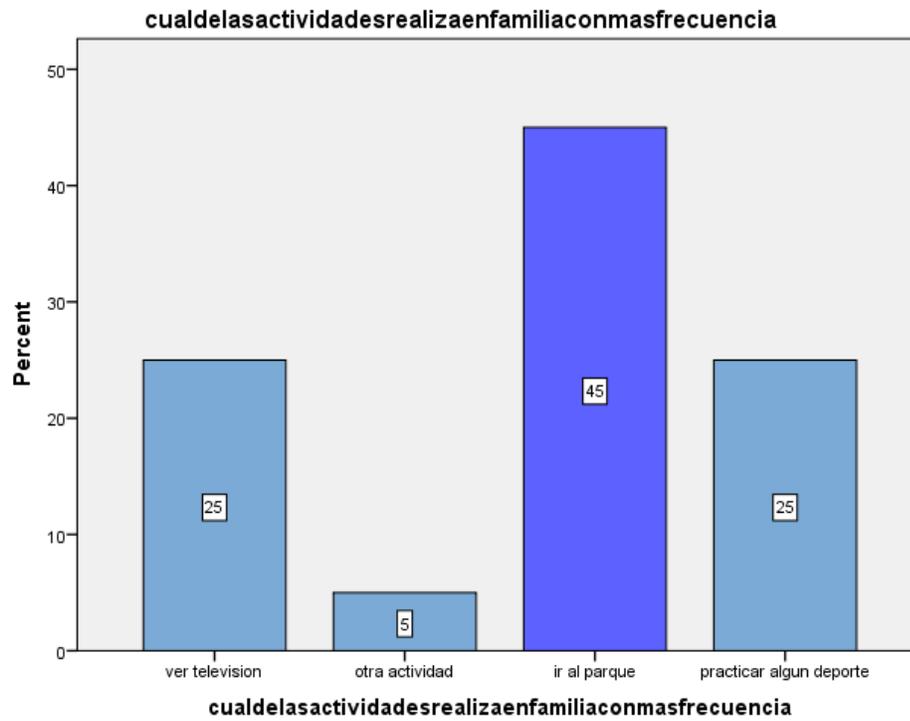


¿La actividad extracurricular que con más frecuencia realiza su hijo es?

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
video juegos	11	55,0	55,0	55,0
ver television	4	20,0	20,0	75,0
uso de tablet	1	5,0	5,0	80,0
jugar con amigos	2	10,0	10,0	90,0
practicar un deporte	2	10,0	10,0	100,0
Total	20	100,0	100,0	

Análisis de resultados: 11 de 20 personas encuestadas muestran que la actividad extracurricular que con más frecuencia realiza su hijo son los video juegos seguida por ver televisión viendo así que la actividad que más prefieren es el entretenimiento digital.

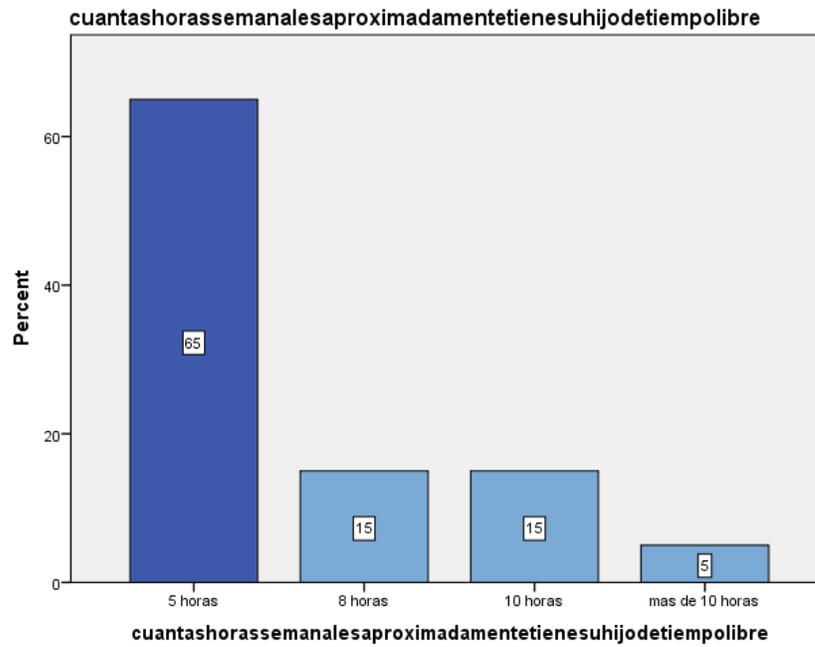
4.



	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
ver television	5	25,0	25,0	25,0
otra actividad	1	5,0	5,0	30,0
Valid ir al parque	9	45,0	45,0	75,0
practicar algun deporte	5	25,0	25,0	100,0
Total	20	100,0	100,0	

Análisis de resultados: 9 de 20 personas encuestadas muestran que la actividad que realizan con más frecuencia en familia es ir al parque es preocupante porque la actividad que deberían realizar con más frecuencia tendría que ser la realización de un deporte.

5.

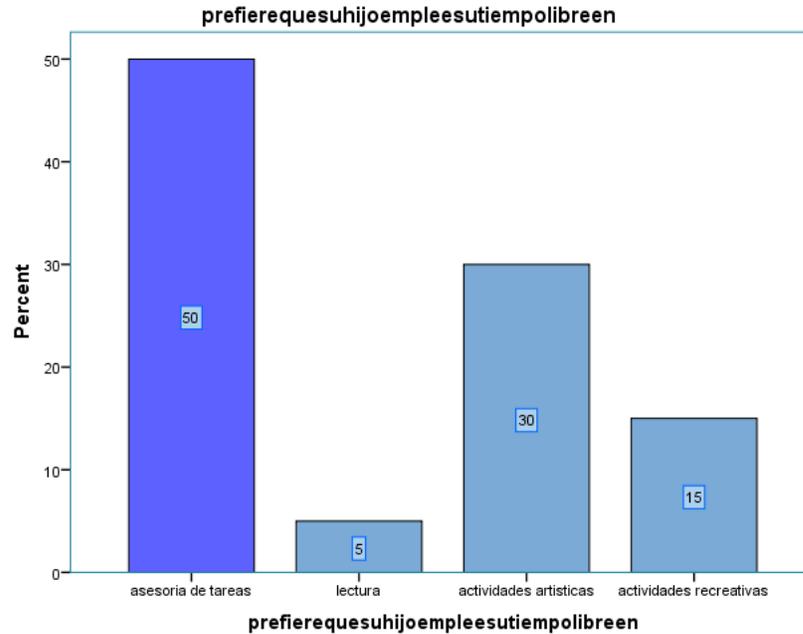


¿Cuántas horas semanales aproximadamente tiene su hijo de tiempo libre?

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
5 horas	13	65,0	65,0	65,0
8 horas	3	15,0	15,0	80,0
Valid 10 horas	3	15,0	15,0	95,0
mas de 10 horas	1	5,0	5,0	100,0
Total	20	100,0	100,0	

Análisis de resultados: 13 de 20 personas encuestadas muestran que semanalmente sus hijos tienen 5 horas de tiempo libre, deberían ser más el tiempo libre de los niños pero en general las actividades académicas consumen más del tiempo establecido.

6.

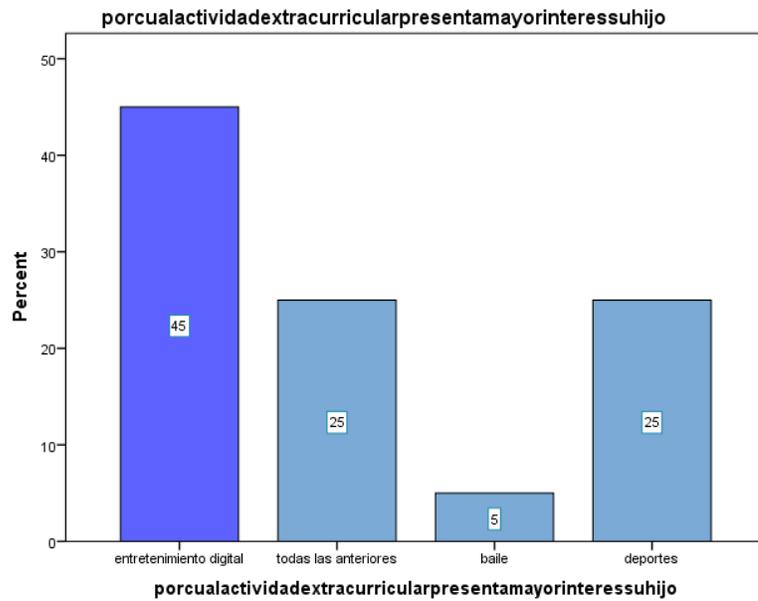


¿Prefiere que su hijo emplee su tiempo libre en?

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
asesoría de tareas	10	50,0	50,0	50,0
lectura	1	5,0	5,0	55,0
Valid actividades artísticas	6	30,0	30,0	85,0
actividades recreativas	3	15,0	15,0	100,0
Total	20	100,0	100,0	

Análisis de resultados: 10 de 20 personas encuestadas muestran que los padres prefieren que sus hijos utilicen su tiempo libre en asesoría de tareas debido a que los padres consideran el estudio más importante y el tiempo de recreación como pérdida del tiempo.

7.

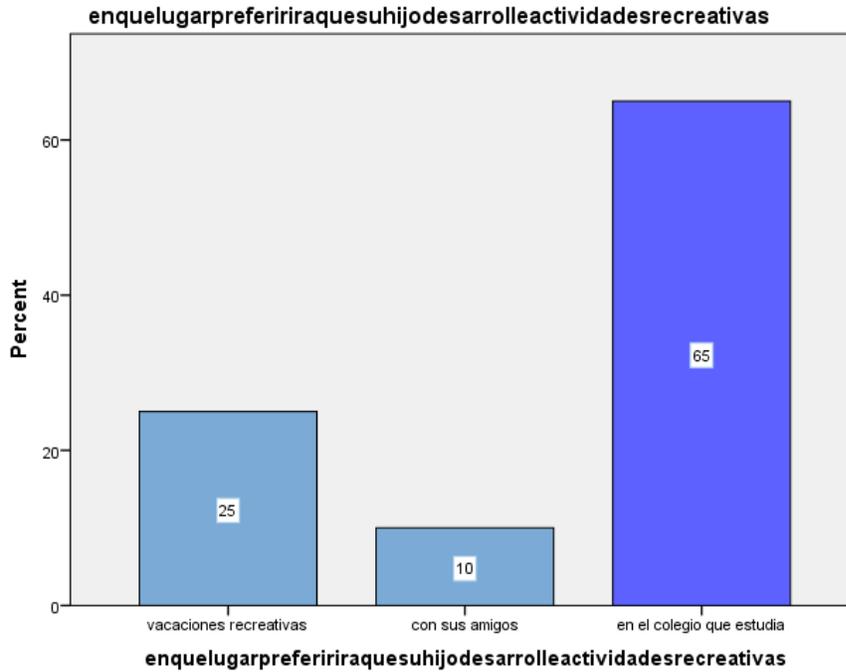


¿Por cual actividad extracurricular presenta mayor interés su hijo?

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
entretenimiento digital	9	45,0	45,0	45,0
todas las anteriores	5	25,0	25,0	70,0
Valid Baile	1	5,0	5,0	75,0
deportes	5	25,0	25,0	100,0
Total	20	100,0	100,0	

Análisis de resultados: 9 de 20 personas encuestadas muestran que la actividad extracurricular por la que presentan mayor interés sus hijos es el entretenimiento digital dejando a un lado actividades artísticas o los deportes.

8.

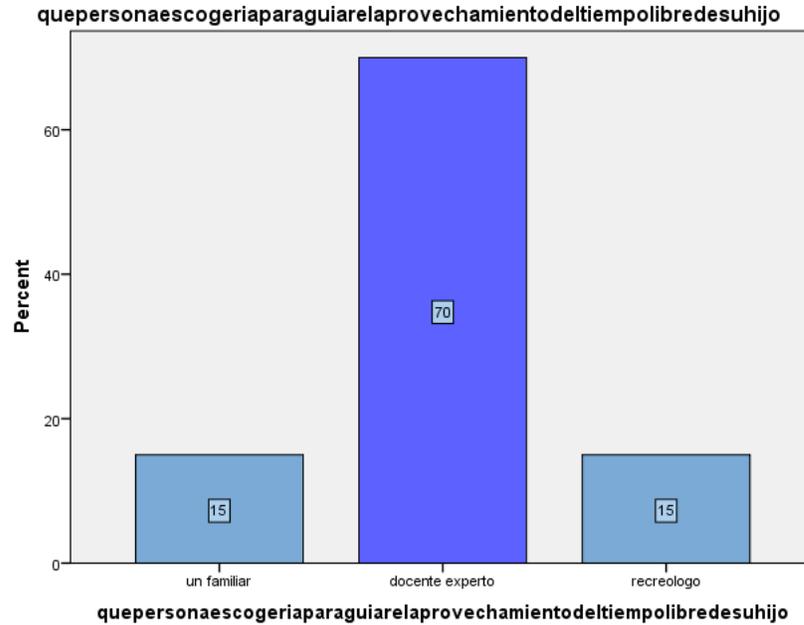


¿En qué lugar preferiría que su hijo desarrolle actividades recreativas?

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
vacaciones recreativas	5	25,0	25,0	25,0
con sus amigos	2	10,0	10,0	35,0
Valid en el colegio que estudia	13	65,0	65,0	100,0
Total	20	100,0	100,0	

Análisis de resultados: 13 de 20 personas encuestadas muestran en el lugar que preferirían para que sus hijos desarrollen actividades recreativas es en el colegio donde estudian pues es menos costoso y más fácil dejar a sus hijos en el colegio donde estudian.

9.



¿Qué persona escogería para guiar el aprovechamiento del tiempo libre de su hijo?

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid un familiar	3	15,0	15,0	15,0
Valid docente experto	14	70,0	70,0	85,0
Valid recreologo	3	15,0	15,0	100,0
Total	20	100,0	100,0	

Análisis de resultados: 14 de 20 personas encuestadas muestran que la persona que escogerían para guiar el aprovechamiento del tiempo libre de sus hijos es un docente experto pues los padres confían en los docentes de sus hijos y en este caso los padres desconocen la función de un recreologo.

Conclusiones preliminares

Según los resultados que arroja la encuesta podemos ver que los padres algunas veces consideran que sus hijos emplean su tiempo de manera correcta, es preocupante ver qué pasa con los demás puesto que todos deberían tener un uso adecuado del tiempo libre, con una correcta orientación por parte de los padres a la hora de jugar o de desarrollar una actividad recreativa.

Cabe destacar que la actividad que más prefieren los niños son los video juegos seguida por ver televisión viéndose así que las actividades que más predominan son las de entretenimiento digital.

También se ve que la actividad que por lo general realizan en familia es ir al parque y debería estar en primer lugar la realización de un deporte y este debería ser mejor aprovechado puesto que los niños tienen muy pocas horas semanales de tiempo libre y las actividades académicas consumen más del tiempo establecido. Por otra parte los padres prefieren que sus hijos utilicen su tiempo libre en asesoría de tareas pues ellos piensan que el estudio es más importante y que el tiempo de recreación es pérdida de tiempo.

También manifiestan que si sus hijos implementaran alguna actividad recreativa seria en el colegio donde estudian pues es menos costoso y más fácil dejar a sus hijos en ese lugar y lo prefieren pues en este allí hay docentes expertos.

INTERVENCION

Viendo los resultados generados por la encuesta se diseñan una serie de 10 actividades las cuales estarán enfocadas a la implementación de estrategias lúdico - recreativas, como el juegos, rondas, actividades artísticas, juegos tradicionales entre otras, que permitirán favorecer la ocupación del tiempo libre de los niños para el desarrollo óptimo de sus dimensiones.

En las actividades se utilizan técnicas lúdicas, de integración y creatividad para el conocimiento sea compartido se implemento en 10 secciones en horario extra clase los días lunes y martes de 3:45 a 4:30 de la tarde. Cabe recordar que una de las mejores maneras de aprender es jugando y descubriendo con experiencia la creatividad, la capacidad de compartir el conocimiento y las propias experiencias de aprendizaje con los demás.

A continuación se presentan las actividades diseñadas y desarrolladas. (Anexos)

DISCUSION

En el siguiente estudio pudimos ver que los niños dedican la mayor parte del tiempo a actividades donde se involucra el factor tecnología, ver televisión. Enseñarle a los niños formas diferentes de ocupar su tiempo es del total agrado para ellos, pues los padres de familia manifestaron a ver realizado estas actividades en casa con sus hijos.

David, J. (2015) comentan la importancia de los espacios que se implementan, el estímulo y la respuesta del participante al enfrentarse a los roles que se sugieren, pues mediante el juego se desarrollan habilidades como la imaginación, compañerismo, respeto y tolerancia.

CONCLUSIONES

Podemos ver que uno de los principales problemas y preocupación de padres, educadores y la sociedad en general son las actividades de ocio, tiempo libre y el rendimiento escolar. Sabemos que hoy en día la educación no puede estar presente únicamente al ámbito escolar, sino que existe un tiempo libre en nuestros estudiantes que es necesario encauzar desde las instituciones o desde casa para convertirlo en un tiempo de ocio, un tiempo útil donde la formación, la diversión y el descanso se conjuguen al unísono en favor de un desarrollo de personal.

De acuerdo a los datos arrojados por los instrumentos de recolección de información podemos notar que la actividad que más prefiere los niños son los video juegos seguida por ver televisión viéndose así que las actividades que más predomina son las de entretenimiento digital dejando a un lado la actividad física y recreativa.

Se diseñaron 10 actividades recreativas con el fin de mostrarles a los niños algunas alternativas de tiempo libre que fueran diferentes a las que ellos normalmente realizan. Viendo en ellos gran interés por participar en estas actividades porque siempre estaban pendientes del día y lugar donde se realizarían las actividades recreativas.

La aplicación de estas alternativas recreativas se implementó en la institución educativa, Seminario Menor Santo Tomas de Aquino de la ciudad de Pamplona, contando con un grupo base de 20 estudiantes entre niños y niñas en edades de 5 y 6 años.

BIBLIOGRAFÍA

Referencias:

Ávila Penagos, R. (2005). "La producción de conocimiento en la investigación–acción pedagógica (IAPE): Balance de una experiencia", *Revista colombiana de educación* 49, 15–36. [Links]

Chavarría, M. C. y Orozco, C. (2006). "Ecoanálisis como puerta de entrada a la decodificación de lo cotidiano: hacia una educación posible", *Actualidades Investigativas en Educación*, 6(3), 1–36. [Links]

Coben, D. (1997). *Radical heroes: Gramsci, Freire and the politics of adult education*, Nueva York: Garland. [Links]

Contreras, R. (2002). "La Investigación Acción Participativa (IAP): revisando sus metodologías y sus potencialidades", en J. Durston y F. Miranda (eds.), *Experiencias y metodología de la investigación participativa*, Santiago de Chile: ECLAC. [Links]

Daza Vega José Luis. El juego y el juguete en el desarrollo el niño. Editorial Trillas; 1997. Pag 29

Flores K., E. (2006). "Encontrando al profesor "virtual": Resultados de un proyecto de investigación–acción", *Revista Mexicana de Investigación Educativa*, 11(28), 91–128. [Links]

Flynn, T. (1988). "Foucault as parrhesiast: His last course at the collège de France", en J. Bernauer y D. Rasmussen (eds.), *The final Foucault*, Cambridge, MA: The MIT Press, pp. 102–118. [Links]

Freire, P. (1975). *Pedagogía del oprimido*, Buenos Aires: Siglo XXI. [Links]

Freire, P. (1981). *La educación como práctica de la libertad*, México, DF: Siglo XXI. [Links]

Freire, P. (1993). *Pedagogía de la esperanza*, México, DF: Siglo XXI. [Links]

Freire, P. (1997a). *Pedagogía de la autonomía: saberes necesarios para la práctica educativa*, México, DF: Siglo XXI. [Links]

Freire, P. (1997b). *Pedagogy of indignation*, Boulder, CO: Paradigm Publishers. [Links]

Grushin, B. (1968). *El tiempo libre:(problemas actuales)*. Ediciones Pueblos Unidos.

ORTEGON YANEZ, Roberto Recreación y educación en 32 documentos relativos al tiempo libre y a la recreación. Bogotá Asociación Colombia de la recreación 1991.

Rodríguez, F. P. (2007). Competencias comunicativas, aprendizaje y enseñanza de las Ciencias Naturales: un enfoque lúdico. *Revista electrónica de enseñanza de las Ciencias*, 6(2), 275-298.

Meneses Montero, M., & Alvarado, M. (1999). Actividad física y recreación. *Revista costarricense de salud pública*, 8(15), 16-24.

Villegas, T., & David, J. (2015). Sistema de actividades recreativas tradicionales para la utilización adecuada del tiempo libre, en niños de 6 a 10 años, de la comuna prosperidad, parroquia San José de ancón, cantón Santa Elena, provincia de Santa Elena, Año 2013.

USCO V Congreso Nacional de Recreación Col deportes Caldas / Universidad de Caldas / FUNLIBRE 1998. Manizales, Caldas, Colombia. APROXIMACION A LOS CONCEPTOS DE LUDICA Y LUDOPATIA CARLOS BOLIVAR BONILLA B. Universidad Sur colombiana.

APORTE A LA LEY DE INFANCIA Y ADOLESCENCIA .Artículo 30. Derecho a la recreación, participación en

vida cultural y las artes. . [citado el 19 de mayo de 2011] Disponible en:

<http://www.pereiraculturayturismo.gov.co/index.php?option=com_content&view=article&id=430%3Aleyde-infancia&catid=16&Itemid=100014>

QUINTANA, Leonardo. Psicopedagogía. [citado junio 11 del 2011] Disponible en:

<<http://www.psicopedagogia.com/definicion/recreacion>>

21 MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL. Serie lineamientos curriculares Educación Física,

Recreación y Deporte. [citado junio 1 del 2010] Disponible en:

<http://www.eeducador.com/col/documentos/1437_educacion_fisica_recreacion_y_deporte.pdf>

22 PORTAL EDUCATIVO. [citado en junio 1 del 2010] Disponible en:
<http://iefangel.org/proyectos/el-uso-del-tiempo-libre-como-espacio-para-el-sano-esparcimiento/>

23 MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL. Op. Cit., p. 21

PROYECTO la recreación y el esparcimiento como derecho humano fundamental en los niños y niñas del grado tercero tres de un colegio público en Pereira alexa yojana montoya Osorio, diana marcela impatá Álvarez, Universidad tecnológica de Pereira, facultad de educación, Departamento de psicopedagogía, Licenciatura en pedagogía infantil, Pereira 2011.

Proyecto de aprovechamiento del tiempo libre y recreación, institución educativa julio c. Mirandas antero – Córdoba año 2012

WEBGRAFÍA ANTECEDENTES

Suárez, A. D., Morcuende, I. S., & Córdoba, m. A. Organización y alternativas de la actividad física y el deporte en edad escolar de castilla-la mancha. *El Deporte en la edad escolar en la sociedad de los nativos digitales. Necesidad de un cambio de paradigma.* 69.

Campos Izquierdo, A., González Rivera, M., & Física, A. El ALUMNADO EN LA PRÁCTICA DE LAS ACTIVIDADES FÍSICO-DEPORTIVAS EXTRAESCOLARES DE LOS CENTROS EDUCATIVOS DE EDUCACIÓN PRIMARIA THE STUDENT IN THE PRACTICE OF THE EXTRACURRICULAR PHYSICAL ACTIVITIES IN THE PRIMARY SCHOOL.

Navas Martínez, L., & Soriano Llorca, J. A. (2016). Análisis de los motivos para practicar o no actividades físicas extracurriculares y su relación con el autoconcepto físico en estudiantes chilenos.

Fuentes, S., & Pastor, R. (2015). Bases para un plan estratégico para el Instituto Nacional de Deportes, orientado a la proyección deportiva nacional.

Jaimes, C. P. A., Sandoval, M. D. C., & Diaz Villalba, M. L. (2011). PREVALENCIA DE LA ACTIVIDAD FÍSICO-DEPORTIVA EXTRACURRICULAR EN ESCOLARES DE 7 A 12 AÑOS DE BUCARAMANGA. *Umbral Científico*, (18), 16-20.

CHALA, I. A., VERGARA, M. G., MURILLO, E. J. G., BÁSICA, P. D. L. E. E., ÉNFASIS, C., FÍSICA, E. E., & DEPORTES, R. Y. LOS JUEGOS

TRADICIONALES COLOMBIANOS MODIFICADOS COMO ESTRATEGIA DIDACTICA Y SU INCIDENCIA EN LA ATENCIÓN SOSTENIDA EN NIÑOS DE 7 Y 8 AÑOS DE EDAD DEL GRADO 203 DE LA JORNADA DE LA TARDE DEL IED RODOLFO LLINAS.

TALLERES

ANEXOS

ACTIVIDADES RECREATIVAS

Actividad 1

DURACION: 45 MINUTOS **CATEGORIA:** INFANTIL

OBJETIVO: Contribuir al desarrollo cognitivo del niño por medio juegos lógicos de memoria, calculo y pensamiento.

ACTIVIDAD: JUEGOS DE SALON

CONTENIDO: Realizaremos un circuito con seis estaciones, en cada estación se ubicara un grupo de niños, allí jugaran por 15 minutos y luego a la señal del pito rotaran a otra estación y así sucesivamente hasta que todos pasen por todos las estaciones.

1. Estación juego de domino.
2. estación juego de bolos.
3. estación juego de encaje
1. estación juego de escalera.

Cada grupo compartirá estos diferentes juegos con su grupo correspondiente.

MATERIALES: domino, bolos, pelotas, tablero de encaje.

DESARROLLO Y EVALUACION: La actividad se llevo a cabo en el patio cubierto del colegio y fue del agrado de todos los participantes.

Actividad 2

DURACION: 45 MINUTOS **CATEGORIA:** INFANTIL

OBJETIVO: lograr que los niños desarrollen sensibilidad artística, gusto por el arte y desarrollo motriz fino.

ACTIVIDAD ARTISTICA

CONTENIDO: Realizaremos un dibujo en técnica de puntillismo. Los niños pueden hacer los puntos con hisopos de algodón o palillos de dientes o simplemente con marcadores de colores, pinturas témperas o acrílicos que mojen en los diferentes colores, cambiando de hisopo o palillo o marcador para cada color. Cada niño podrá realizar el dibujo que quiera. En hojas blancas pídeles a los niños que dibujen una figura grande como una mariposa. Mientras más pequeños sean los niños más sencillo deberá ser el dibujo. En el centro del salón se colocaran varias tapas para los colores de las pinturas.

Después se les dará hisopos de algodón para que los use para hacer los puntitos en su papel. Mojando el hisopo en la pintura y luego haciendo los puntos requeridos en el papel. También pueden utilizar palillos de dientes y marcadores de colores.

Otra técnica que se puede realizar es con rayas o líneas que podemos hacer

MATERIALES: un dibujo impreso en blanco y negro, hisopos, marcadores, palillos de dientes, pinturas, temperas.

DESARROLLO Y EVALUACION: Los niños mostraron su disposición y creatividad al participar de esta actividad, viéndose en ellos el interés por aprender nuevas técnicas de pintura.

Actividad 3

DURACION: 45 MINUTOS **CATEGORIA:** INFANTIL

OBJETIVO: Mejorar las relaciones sociales y la sana convivencia.

ACTIVIDAD: JUEGOS DE MESA

CONTENIDO: Iniciaremos con un calentamiento y estiramiento este tendrá una duración de 10 minutos. Iniciaremos con una actividad de estiramiento y luego reforzaremos nociones como: derecha- izquierda, adelante – atrás.

Juego tuwister colocaremos dos tapetes del juego en el piso este tiene círculos de colores, se hará girar una ruleta y esta indicara el color y la parte del cuerpo que se debe mover para este ejercicio debemos tener muy claro cuál es la derecha y la

izquierda.

MATERIALES: se instalara en el piso los juegos de tuwister y se hará la distribución en dos equipos

DESARROLLO Y EVALUACION: Es actividad la pueden desarrollar los niños en familia como momento de integración y diversión , en esta actividad los niños llevaron como propósito realizarla en casa con sus familiares.

Actividad 4

DURACION: 45 MINUTOS **CATEGORIA:** INFANTIL

OBJETIVO: Mostrar a los niños alternativas recreativas tradicionales.

ACTIVIDADES: Rondas y juegos infantiles

CONTENIDO: Iniciaremos con un calentamiento y estiramiento este tendrá una duración de 10 minutos.

Iniciaremos con un rompe hielo que se llama *ser flaco*.

Ser flaco, ser flaco , ser flaco está de moda

Ser gordo, ser gordo , ser gordo es lo mejor

Cuando los flacos se juntan, se juntan en grupos de ...(quien dirige la actividad dice la cantidad de niños que se deben agrupar)

Ronda del lobo: juguemos en el bosque haber si el lobo esta, lobo esta ¿Qué estás haciendo lobito?

El lobo responde si se esta: bañando, vistiendo, desayunando, cepillándose etc.

Juego de las ardillas y las casas

Los niños se distribuirán en grupos de tres, dos de los niños formaran la casa y el que queda será la ardilla. Quien dirige la dinámica indicara quien cambia si las ardillas o las casa.

TIEMPO: 45 minutos

DESARROLLO Y EVALUACION: En esta actividad se busco el rescate de rondas y cantos tradicionales los niños mostraron un gran interés en aprenderlos algunos los

practicaron incluso en las horas de descanso o recreo.

Actividad 5

DURACION: 45 MINUTOS **CATEGORIA:** INFANTIL

OBJETIVO: Desarrollar en los niños habilidades motrices finas a través del plegado del papel.

ACTIVIDAD: origami y plegados

CONTENIDO: se les entregara a los niños una hoja de papel silueta o de origami donde realizaran el primer plegado que es un avión de papel y la profesora dará las indicaciones paso a paso para que todos los niños obtengan su plegado, después elaboraremos un barco de papel este será orientado niño por niño pues es un poco más complicado de elaborar para los niños de esta edad

MATERIALES: papel de origami

de diferentes colores

DESARROLLO Y EVALUACION: La técnica de desarrollar figuras con papel fue totalmente nueva para ellos en esta actividad contamos con la colaboración de la psicóloga del colegio y algunos estudiantes del grado de decimo de la institución.

Actividad 6

DURACION: 45 MINUTOS **CATEGORIA:** INFANTIL

OBJETIVO: Mostrar a los niños alternativas recreativas tradicionales.

ACTIVIDAD: Rondas y canciones infantiles

CONTENIDO: se inicia con la ronda;

Se saluda, se saluda, se saluda si señor Se saluda, se saluda, se saluda si señor , Yo quiero hoy amar y ser feliz ¡hey!, Yo quiero hoy amar y ser feliz ¡hey!, Dejar inhibiciones y sentirme tal cual soy ¡hey!, Dejar inhibiciones y sentirme tal cual soy ¡hey!

La lora

Ahí va la lora , Ahí va la lora ,va con su lorito atrás

Ahí va la lora , Ahí va la lora ,va con su lorito atrás

Si la lora se me muere yo no sé que voy hacer (bis)

La cuchilla y la palanca

Ahí viene la cuchilla ah ah

Ahí viene la palanca ah ah

Se me baja a los pies, sube a las rodillas, cadera, hombros, cabeza.

Y se menea, y se menea.

DESARROLLO Y EVALUACION: El aprender nuevas rondas y cantos es motivadores para los niños y en especial aquellas que van acompañadas de mucho movimiento y ritmo.

Actividad 7

DURACION: 45 MINUTOS CATEGORIA: INFANTIL

OBJETIVO: Lograr en los niños la sana diversión y trabajo en equipo.

ACTIVIDAD: Juego de colores

CONTENIDO: realizaremos un pequeño calentamiento y estiramiento con los niños.

Luego se les pedirá que se organicen en grupos de 4 niños , se les dará las instrucciones del juego que serán :

1. agrupar las pelotas por conjuntos de colores
2. encontrara el mayor numero de pelotas del color asignado

3, trabajar en equipo para agrupar las pelotas

Los equipos tendrán un tiempo determinado para lograr el objetivo de la actividad.

DESARROLLO Y EVALUACION: En esta actividad los niños se mostraron muy participativos y dispuestos a trabajar en equipo, la finalidad del juego se cumplió y todos colaboraron con la organización del material.

Actividad 8

DURACION: 45 MINUTOS **CATEGORIA:** INFANTIL

OBJETIVO:

ACTIVIDAD: Teatro de títeres

CONTENIDO:

Historia: Un pequeño ratón se da cuenta que está a punto de ser cazado por un gato, intentando salvarse nuestro pequeño amigo comienza una pequeña charla.

(El ratón está de espaldas cuando de repente el gato comienza a correr hacia él.)

Ratón: ¡Espera!, ¡Espera!

Gato: ¿Qué quieres?

Ratón: ¿Por qué haces esto?

Gato: ¿Qué cosa?

Ratón: Cazarme.

Gato: Pues, porque tengo hambre.

Ratón: Bueno, ¿Te gusta mi sabor y la textura de mi piel?

Gato: Humm, de hecho no, odio cuando la cola pasa por mi garganta y todavía después de unas semanas sigo escupiendo bolas de pelo blancas.

Ratón: Entonces ¿Por qué cazas ratones? No tiene sentido.

Gato: Tal vez, pero en la iglesia de Doraemon el gato que vino del futuro, nos enseñaron que para estar cerca de él debemos comer ratones pues ustedes no lo aceptan a él como el único viajero del tiempo y salvador de la comunidad gatuna.

Ratón: No puedo creer que esa sea la razón.

Gato: Hagamos un trato, te dejare libre si aceptas a Doraemon como único viajero del tiempo y salvador de la comunidad gatuna.

Ratón: Claro que no lo aceptaré, para empezar por que no existe y segundo, si lo hiciera, entonces no me convendría creer en él ya que solo quiere salvar a los felinos.

Gato: No te atrevas a decir que no existe, rata blasfema, porque está en todos lados y puede desatar su furia, además en mi iglesia tenemos una comunidad de ratones creyentes a los cuales dejamos en paz.

Ratón: Doraemon sólo era la caricatura de un gato azul, ¿Cuántos gatos azules

conoces?

Gato: Yo creo que para demostrar su divinidad Doraemon eligió el color azul para que ninguna raza sea discriminada y la televisión fue la manera de extender su mensaje en nosotros.

Ratón: Bueno, explícame esto, Doraemon era un robot, ¿Por qué tendría que comer ratones si ni estomago tiene? Yo creo que tu iglesia ha inventado todo sólo para poder controlarlos.

Gato: Pues, pues... (El Gato se come al ratón) Tanta plática me abrió el apetito.

DESARROLLO Y EVALUACION: esta actividad se coordino junto con algunos estudiantes de once grado quienes organizaron los materiales y el guion que se les mostraría a los niños, los niños participantes se mostraron felices con esta actividad.

Actividad 9

DURACION: 45 MINUTOS **CATEGORIA:** INFANTIL

OBJETIVO: lograr que los niños desarrollen sensibilidad artística, gusto por el arte y desarrollo motriz fino.

ACTIVIDAD: Taller artístico de "mancha accidental"

CONTENIDO: Se iniciara con una canción infantil

Luego los niños se distribuirán por todo el salón y se les entregara un octavo de cartulina escolar blanca, cada niño tendrá que colocar en su hoja tres gotas de pintura de colores primarios (amarillo, azul y rojo).

Luego se dobla la hoja a la mitad y con los dedos índice y pulgar se distribuye

DESARROLLO Y EVALUACION: el mostrarle a los niños técnicas de pintura fue divertido pues ellos manifestaron que este es uno de los materiales con el que más les gusta trabajar.

Actividad 10

DURACION: 45 MINUTOS **CATEGORIA:** INFANTIL

OBJETIVO: Lograr que los niños se relajen y expresen mediante la música.

ACTIVIDAD: bailo terapia

CONTENIDO: se realizara un calentamiento y estiramiento con los niños que

Tiene una duración de 5 minutos.

Se realizara con los niños una bailo terapia con la música que ellos prefieran esta actividad tendrá una duración aproximada de 30 minutos.

DESARROLLO Y EVALUACION: LA facilidad que los niños tiene para expresarse a través de la música se vio reflejada en esta actividad y sobre todo en las niñas que mostraron su gusto por la música y el baile.

Especialización en educación para la recreación comunitaria

Facultad de educación -Universidad de Pamplona

Encuesta

Objetivo: Reconocer en los niños las prácticas deportivas o recreativas que realizan.

1. ¿Realiza actividades de tiempo libre?

Si No

2. ¿Le gustaría que su hijo practicara una actividad recreativa o deportiva durante su tiempo libre?

Si No

3. ¿Considera que el juego ayuda al desarrollo sicomotor de su hijo?

Si No

4. ¿Frecuentemente su hijo dedica su tiempo a ver televisión y practicar video juegos?

Si No

5. ¿En este momento su hijo se encuentra participando de alguna actividad recreativa o deportiva durante su tiempo libre?

Si No

6. ¿Dejaría ustedes que sus hijo participara en las actividades recreativas extracurricular brindadas por las docentes de la institución?

Si No

7. ¿Estaria dispuesto a traer a su hijo hasta la intuición para que participé de actividades recreativas?

Si No

ANEXOS

(Encuesta)

Seleccione la opción que corresponda.

1. ¿Considera que su hijo emplea su tiempo libre de manera correcta?
 - a. Siempre
 - b. Casi siempre
 - c. Algunas Veces
 - d. Casi Nunca
 - e. Nunca
 - f.
2. ¿Orienta mediante juegos o actividades recreativas el tiempo libre de su hijo?
 - a. Siempre
 - b. Casi Siempre
 - c. Algunas Veces
 - d. Casi Nunca
 - e. Nunca
3. ¿La actividad recreativa que con más frecuencia realiza su hijo es?
 - a. Ver Televisión
 - b. Videojuegos (PlayStation, Xbox entre otros)
 - c. Uso de tablet o celular
 - d. Practicar un deporte
 - e. Jugar con amigos
4. Seleccione cuál de las siguientes actividades realizan en FAMILIA con más frecuencia:
 - a. Ver Televisión
 - b. Ir al parque
 - c. Ir a Cine
 - d. Practicar algún deporte
 - e. Otra actividad
5. Cuantas horas semanales aproximadamente tiene su hijo de tiempo libre
 - a. 5 horas
 - b. 10 horas
 - c. 3 horas
 - d. 10 horas
 - e. Más de 10 horas

6. Prefiere que su hijo emplee el tiempo libre en:

- a. Actividades recreativas
- b. Asesoría de tareas
- c. Actividades artísticas o musicales
- d. Lectura
- e. Aprender un segundo idioma

7. Por cuál de las siguientes actividades extracurriculares presenta mayor interés su hijo:

- a. Entretenimiento digital
- b. Deportes
- c. Baile
- d. Canto
- e. Todas las anteriores

8. En qué lugar preferiría que su hijo desarrolle actividades recreativas:

- a. En el Colegio en el que estudia
- b. En Casa
- c. Con sus amigos
- d. En la calle
- e. Vacaciones Recreativas

9. Que personas escogería para guiar el aprovechamiento del tiempo libre de su hijo:

- a. ~~Recreólogo~~
- b. Docente Experto
- c. Un Familiar
- d. Titular
- e. Otra personas

Pamplona 28 de julio de 2016

Señores padres de familia

Seminario Menor Santo Tomas de Aquino

Cordial saludo

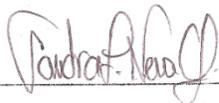
Por medio de la presente les informamos que se llevara a cabo en las instalaciones de la institución un programa recreativo a cargo de la docente de primaria Sandra Liliana vera estudiante de la Especialización en Educación para la Recreación Comunitaria cohorte 96, de la Universidad de Pamplona. En la cual sus hijos desarrollaran todo tipo de actividades lúdicas, artísticas, deportivas basadas en la convivencia ciudadana, el recate de los valores perdidos en búsqueda de aprovechar el sano esparcimiento y el tiempo libre. Solicito a ustedes muy amablemente el permiso para que sus hijos asistan en los horarios del miércoles de 2 pm a 3:30 de la tarde y viernes en el mismo horario los niños deberán venir con ropa cómoda para la realización de todas estas actividades.

YO:

(Padre de familia)

Autorizo a mi hijo (a)

Atentamente:



Sandra Liliana Vera Granados.

ANEXOS (Fotográficos)

Actividad 1



Actividad 2





Actividad 3



Actividad 4



Actividad 5



Actividad 6



Actividad 7





Actividad 8



Actividad 9



Actividad 10

