



ALTERNATIVAS DE ACTIVIDADES LUDICO RECREATIVAS PARA EL BIENESTAR
EN BENEFICIARIOS DEL IDIPRON

PRESENTADO POR:

MIGUEL ALEJANDRO DURAN PELÁEZ

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA

FACULTAD DE EDUCACIÓN

ESPECIALIZACION EN EDUCACION PARA LA RECREACION COMUNITARIA

COLOMBIA, PAMPLONA 2021



ALTERNATIVAS DE ACTIVIDADES LUDICO RECREATIVAS PARA EL BIENESTAR
EN BENEFICIARIOS DEL IDIPRON

MIGUEL ALEJANDRO DURAN PELÁEZ

MONOGRAFIA ESPECIALIZACION PARA LA RECREACION COMUNITARIA

ASESOR

JEFFRY ALIHOSKA TARAZONA SOLANO

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA

FACULTAD DE EDUCACIÓN

ESPECIALIZACION EN EDUCACION PARA LA RECREACION COMUNITARIA

COLOMBIA, PAMPLONA 2021



AGRADECIMIENTOS

Quiero agradecerle como primero a Dios por la oportunidad de continuar mis estudios y formarme académicamente en tan prestigiosa universidad.

Agradecerle a mi madre María Carolina Peláez Suescun y mi padre Juan Carlos Duran Romero, por siempre estar para mí en todo momento y apoyarme siempre a cumplir mis metas y sueños, agradecerles porque sin la ayuda de ellos no sería posible estar donde estoy hoy en día, por enseñarme que nunca debo rendirme y que por más difíciles que sean las situaciones, mas fe debo tener para poder lograr todo lo que me proponga.

También quiero hacer un agradecimiento corto pero significativo para mi abuelo Juan De Dios Pelaez Herrera por siempre creer en mí y ser mi modelo a seguir, sé que desde el cielo estará orgulloso por verme crecer cada día como persona y profesional, muchas gracias por todo, que Dios me los bendiga siempre.



DEDICATORIA

A mi Dios, por darme la fuerza necesaria para seguir adelante y no caer en el camino, por ayudarme a crecer como persona y como profesional.

A mi madre, padre y abuelo por estar siempre para mí y apoyarme en los momentos más duros de mi vida, por darme la vida y ser ese motor que me impulsa cuando más lo necesito.



TABLA DE CONTENIDO

Introducción	10
Objetivos	12
Objetivo General:	12
Objetivos Específicos:	12
Antecedentes	13
Ámbito Nacional	13
Ámbito Internacional	18
Bases Conceptuales	20
Recreación:.....	20
Lúdica:	24
Conceptos De Recreación Y Lúdica Según Diferentes Autores.....	27
Metodología	30
Contexto Y Población.....	31
Técnicas E Instrumentos Para La Recolección	31
Resultados	33
Discusión.....	47
Conclusiones	49
Bibliografía	51

TABLA DE ILUSTRACIONES

Figure 1. Porcentaje respuesta 1, juzgamiento deportivo y asistencia social. Fuente: Autor.....	33
Figure 2. Porcentaje respuesta 1, juzgamiento deportivo y asistencia social. Fuente: Autor.....	34
Figure 3. Porcentaje respuesta 3, juzgamiento deportivo y asistencia social. Fuente: Autor.....	35
Figure 4. Porcentaje respuesta 4, juzgamiento deportivo y asistencia social. Fuente: Autor.....	36
Figure 5. Porcentaje respuesta 5, juzgamiento deportivo y asistencia social. Fuente: Autor.....	37
Figure 6. Porcentaje respuesta 6, juzgamiento deportivo y asistencia social. Fuente: Autor.....	38
Figure 7. Porcentaje respuesta 7, juzgamiento deportivo y asistencia social. Fuente: Autor.....	39
Figure 8. Encuesta diagnóstico final. Respuesta 1.....	40
Figure 9. Encuesta diagnóstico final. Respuesta 2.....	41
Figure 10. Encuesta diagnóstico final. Respuesta 3.....	42
Figure 11. Encuesta diagnóstico final. Respuesta 4.....	43
Figure 12. Encuesta diagnóstico final. Respuesta 5.....	44
Figure 13. Encuesta diagnóstico final. Respuesta 6.	



Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750 - www.unipamplona.edu.co



**Formando líderes para la
construcción de un nuevo**



RESUMEN

El estudio tiene como objetivo establecer la importancia de los beneficios que conllevan las actividades lúdicas recreativas en los jóvenes del Instituto Distrital para la Protección de la Niñez y la Juventud en la localidad de Bosa. Por esta razón, se seleccionó como instrumento de recolección de la información un cuestionario, el cual tuvo un enfoque cuantitativo con metodología descriptiva dicho formato se aplicó a los dos grupos de talleres seleccionados de la sede del IDIPRON. Los cuales son, juzgamiento deportivo y asistencia social, para determinar la frecuencia con la que ellos realizan las actividades lúdicas recreativas, en el cual durante sus diferentes etapas de intervención se realizó un sin número de clases, con el fin de incentivar y crear conciencia en las mujeres y hombres de la entidad sobre el bienestar que genera dichos ejercicios.

Asimismo, esta investigación desarrolló las siguientes etapas: se realizó un reconocimiento de la población beneficiada en el cual se aplicó la investigación partiendo de un diagnóstico para caracterizar las necesidades básicas de los grupos de juzgamiento deportivo y asistencia social, beneficiarios del IDIPRON, de igual forma se ha efectuó la recopilación de aportes teóricos de diversos autores sistematizando la información mediante una secuencia lógica de los conocimientos.



Luego de la tabulación de las encuestas, se realizó el cronograma de trabajo y se procedió a su aplicación, para finalizar, se evaluó el plan de actividades lúdico – recreativas por medio de una encuesta de satisfacción donde desarrolló un cuadro comparativo para determinar si los dos grupos llegaron a la misma sintonía o por el contrario si afecta en algo ser un grupo netamente deportivo y el otro comunitario. En las conclusiones del siguiente trabajo académico se podrán evidenciar los aportes a la comunidad y profesionales de la educación en el propósito de cumplir con los procesos de bienestar en los beneficiarios de la institución.

Palabras claves: alternativas lúdico-recreativas, beneficiarios, comunidad.



INTRODUCCION

El desarrollo de las actividades lúdico-recreativas exalta una gran importancia en la vida del ser humano, ya que estas se ven reflejadas a lo largo de su vida. La recreación es fundamental para la salud física y mental. Por esta razón, es aconsejable practicar actividades recreativas de vez en cuando que nos proporcionen la posibilidad de despejar la mente y dedicar nuestro tiempo libre a cosas que disfrutemos realmente. En este sentido, la recreación sirve para romper con la rutina y las obligaciones cotidianas, y así aliviar el estrés acumulado.

La práctica tiene como objetivo desarrollar un plan de actividades lúdico recreativas para los beneficiarios del IDIPRON. En la ciudad de Bogotá encontramos el IDIPRON. (Instituto distrital para la protección de la niñez y la juventud). Esta entidad es la encargada de brindar una segunda oportunidad a los NNJA habitantes de calle o en riesgo de habitarla. La entidad realiza por medio de campañas la recolección voluntaria de esta población, para así darles estadía, alimentación y estudio, pasando por diferentes pruebas y situaciones, después de todo el proceso si el beneficiario cumple con las metas el IDIPRON se encarga de darles educación superior y un contrato corto para empezar su vida laboral. La idea es por medio de el plan de actividades lúdico recreativas esta población salga un momento de su mundo de calle y entienda los beneficios que trae la recreación en su vida.



La importancia que tiene la lúdica y el juego, además del el aprovechamiento del tiempo libre. En las actuales condiciones de perfeccionamiento del modo de vida saludable el problema de la recreación adquiere mayor relevancia. Satisfacer las necesidades de ocupación del tiempo libre de las personas de la situación de calle en esta población no es tarea fácil por consiguiente las actividades lúdico-recreativas ofrecen grandes posibilidades al ser realizadas por las personas en habitabilidad de calle o en riesgo de habitarla, que van desde juegos recreativos hasta los juegos populares y el deporte, además de las actividades rítmicas, el trabajo al aire libre en contacto con la naturaleza. Cualquiera de estas formas de participación es válido siempre y cuando se permita abordar debidamente las metas propuestas de desarrollar actividades grupales dinámicas de formación educativa, recreación dirigida mediante estrategias participativas, y realización de eventos culturales de integración, participación y movilización social.



OBJETIVOS

Objetivo general:

Implementar actividades lúdico-recreativas para el bienestar en los beneficiarios del IDIPRON.

Objetivos específicos:

Diagnosticar las alternativas necesarias que permitan identificar las necesidades y problemas de los beneficiarios del IDIPRON.

Planear y ejecutar las actividades lúdico-recreativas en el IDIPRON.

Aplicar un instrumentó de investigación, con el fin de conocer la perspectiva de la población en cuestión de las actividades y beneficios.

ANTECEDENTES

La construcción de los antecedentes de la presente investigación se elaboró a partir de la exhaustiva revisión bibliográfica en los repositorios de las diferentes universidades del país mediante el apoyo de la vía web y las diferentes bases de datos existentes en el sistema digital, con el fin de apoyar y analizar en términos históricos las diferentes investigaciones realizadas.

Ámbito Nacional

En la ciudad de Bogotá, Pérez & Muñoz (2017) desarrollaron un proyecto de investigación denominado “**Actividades lúdico recreativas como estrategia pedagógica para mejorar las habilidades básicas motrices en la primera infancia**” presentada a la Corporación Universitaria Minuto de Dios la cual buscó el diseño de una estrategia pedagógica dirigida a la población de la primera infancia niños(a) de la edad 3 a 5 años, para fortalecer las habilidades básicas motrices lateralidad, coordinación dinámica y postura corporal-equilibrio. Para el desarrollo de este proyecto se implementa el motor Ozeretski, el cual contiene 8 sub-test los cuales son lateralidad, coordinación viso-manual, coordinación dinámica, control postural-equilibrio, organización perceptiva, organización latero-espacial, control del cuerpo propio, relajación global y por ultimo control segmentario. Para el desarrollo de la investigación se tuvo en cuenta 3 habilidades entre las que se encuentran: lateralidad, coordinación dinámica y control postural–equilibrio, así mismo, se busca la creación de una estrategia pedagógica que tendrá como componente las actividades lúdico-recreativas.

Después del análisis de los datos de los 3 sub test aplicados en los niños se dedujo las siguientes conclusiones:

- Los instrumentos que se identificaron brindaron la posibilidad de evaluar el actual estado de los niños (a) en la parte de las habilidades básicas motrices enfocado en la lateralidad, coordinación dinámica y postura corporal – equilibrio (Perez Garzon & Muñoz Agudelo , 2017).
- Al evaluar y observar los resultados adquiridos a través de la herramienta Ozerestki, se pudo evidenciar que los niños y niñas del grado pre jardín tienen falencias en las habilidades básicas motrices, esto hace referencia a lateralidad, coordinación dinámica y postura corporal-equilibrio ya que fueron las implementadas según el protocolo y las edades del test (Perez Garzon & Muñoz Agudelo , 2017).
- En el análisis de resultados, los datos recogidos y las gráficas expuestas, dictan que las niñas en lateralidad tienen un mejor resultado que los niños, por otro lado, tanto en coordinación dinámica y postura corporal- equilibrio tienen igual de resultados los cuales no son favorables, lo que permitió diseñar una estrategia pedagógica tomando como herramientas las actividades lúdico recreativas (Perez Garzon & Muñoz Agudelo , 2017).

Asimismo, se encontró en el municipio de Boyacá la investigación de Ayda Ximena Santafé Salas la cual se denominó **“Inclusión social para las personas en condición de discapacidad del municipio de Almeida Boyacá, a partir del desarrollo de actividades lúdico – recreativas”** en el año 2015, la cual tuvo por objetivo muestra las diferentes dinámicas que se propusieron entorno a los fenómenos de la inclusión social, propuesta en el municipio de Almeida Boyacá, a partir del desarrollo de actividades lúdicas recreativas, que desde el área de educación física posibilita a los procesos de proyección social en la ruralidad. A partir de un diagnóstico inicial se hace evidente una serie de problemáticas y barreras, tanto sociales como físicas, frente a la población en condición de discapacidad de este municipio, por tal razón desde la formación docente y practicas pedagógicas, es necesario proponer una intervención pertinente que contribuya de manera didáctica y participativa a los procesos sociales que beneficien la convivencia y las formas de relación de la comunidad en general. Para llevar el proceso de inclusión, la estrategia que se utiliza es el desarrollo de las actividades lúdico recreativas, ya que estas posibilitan el goce y el disfrute, teniendo en cuenta la necesidad principal de esta población.



A partir de la investigación realizada se pudo concluir que la población en condición de discapacidad al momento de desarrollar las actividades en conjunto con la población en general muestra mayor alegría y motivación igualmente el trabajo en equipo el trabajo en equipo y colectivo ha tenido una gran evolución mostrando participación, conciencia social e inclusión. Inicialmente la población del municipio de Almeida que no se encuentra en condición de discapacidad tenía referentes y concepciones erróneas, frente a las formas de relación considerando que las personas con discapacidad debían estar apartadas en todos los eventos sociales, deportivos, culturales, entre otros estigmatizándolos como incapaces, pero luego de la intervención hay unos resultados significativos en cuanto al trato, la participación y el trabajo colectivo. Finalmente, el proyecto tuvo impacto en la medida que las personas se han relacionado de mejor manera, evidenciando lo capaces que puede ser éste tipo poblacional, igualmente la alcaldía municipal se ha vinculado activamente en los procesos propuesto, tomando la iniciativa de trabajar en las veredas y tener en cuenta a las personas con discapacidad. Por otro lado, se ha evidenciado que ya los tienen en cuenta (Santafe Salas, 2015).

Del mismo modo, en la ciudad de Pamplona en el año 2017, Jonatán Andrés Leal Hernández elaboró el proyecto de investigación el cual título como: **“Plan de actividades físico- recreativas como herramienta didáctica para promover el buen uso del tiempo libre de los sacerdotes en formación de la comunidad del seminario mayor santo tomas de Aquino de la ciudad de Pamplona”** la cual tuvo como objeto principal la aplicación de un plan de actividades físico-recreativas como herramienta didáctica para promover el buen uso del tiempo libre de los sacerdotes en formación de la comunidad del seminario Mayor Santo Tomas de Aquino de la ciudad de Pamplona, en el cual durante sus diferentes etapas de intervención se realizaron un sin número de actividades con el fin de lograr una mayor incorporación de los adolescentes a nuevas prácticas recreativas.

Este proceso investigativo desarrollo las siguientes frases: en primer lugar se realizó un reconocimiento del contexto en el cual se iba a aplicar la propuesta partiendo de un diagnóstico para caracterizar las necesidades básicas de la comunidad, de igual forma se realizó la revisión bibliografía correspondiente la cual fundamenta teórica y metodológicamente la propuesta, luego de este proceso se aplicó una encuesta a los sacerdotes en formación para conocer las actividades que ellos realizan en su tiempo libre y poder planificar paso a paso nuevas estrategias innovadoras las cuales permitan romper la monotonía que vienen desarrollando en la comunidad , luego de la tabulación de las encuestas, se realizó el cronograma de trabajo y se procedió a su aplicación durante 5 semanas, las cuales generaron experiencias positivas en el desarrollo de cada actividad, para finalizar se evaluó el plan de actividades físico – recreativas por medio de una encuesta de satisfacción en la cual se evidencian datos bastante significativos que contribuyen al desarrollo

integral de las personas y motivan de gran forma a continuar realizando procesos recreativos que enriquezcan y potencialicen nuestras comunidades (Leal Hernández, 2017).

Ámbito Internacional

Por otro lado, en el ámbito internacional se encontró el presente artículo el cual se denominó **“Integración de actividades lúdicas en la atención educativa del niño hospitalizado”** por Marian Serrada Fonseca para la Universidad Nacional Abierta en el Estado de Yaracuy, Venezuela (2007), el cual se construye un argumento según el cual la inclusión de las actividades lúdicas en el marco hospitalario es de vital importancia en la atención educativa del niño(a) hospitalizado(a). Para ello, primeramente, se realiza una revisión acerca de la delimitación conceptual del juego, para luego describir la situación de hospitalización del niño(a), cómo podría utilizarse el juego dentro de las instituciones hospitalarias dirigido a favorecer la continuidad en el desarrollo del niño, sus modalidades, características de los juguetes y personal encargado de llevar a cabo la organización y la supervisión del juego en el hospital. Se concluye afirmando que existen diversos juegos y juguetes que se pueden utilizar durante el ingreso hospitalario, muchos de ellos resultan útiles para ayudar al niño(a) a expresarse y desarrollar recursos que le permitan un afrontamiento eficaz de la hospitalización y sus posibles efectos (Serrada Fonseca, 2007).

Finalmente, se pudo concluir que la importancia de estas actividades en el medio hospitalario queda patente tanto por la bibliografía, donde se da cuenta de sus múltiples aplicaciones, como por los resultados obtenidos. Existen diversos juegos y juguetes que se pueden utilizar durante el ingreso hospitalario, muchos de ellos resultan útiles para ayudar al niño(a) a expresarse y desarrollar recursos que le permitan un afrontamiento eficaz de la hospitalización y sus efectos. La implementación en los hospitales del país de las actividades que en este artículo se exponen, se van realizando progresivamente, pero aún queda un largo camino por recorrer. En nuestros hospitales falta todavía sensibilizarse mucho más ante lo que viven los niños(as) cuando se enferman y tienen que ser hospitalizados. Sólo intentando comprender sus sentimientos podrá lograrse una mejoría real de la calidad de la atención que se les brinda, una atención que responda adecuadamente a sus más íntimas necesidades y sea consecuentemente respetuosa de sus derechos. Destacadas experiencias de hospitales de todo el mundo muestran la eficacia de la incorporación de programas y de espacios fundamentados en el humor, y el ocio en general, en la adaptación de pacientes afectados de enfermedades graves o crónicas en su situación, promoviendo un estado psicológico que facilite afrontar la enfermedad. La superación de la enfermedad y la rehabilitación se hace más compleja en un niño(a) aburrido, sin estímulos, en un entorno desfavorable. En este sentido, se reivindica con firmeza la inclusión de los niños(as) hospitalizados y con enfermedades de larga duración en los derechos a la educación y a disfrutar del ocio, reconocidos por la ONU en la Convención de las Naciones Unidas sobre los Derechos del Niño (20 de noviembre de 1989).



BASES CONCEPTUALES

RECREACIÓN:

Como recreación se denomina la actividad destinada al aprovechamiento del tiempo libre para el esparcimiento físico y mental. La palabra, como tal, proviene del latín recreatĭo, recreatĭōnis, que significa ‘acción y efecto de recrear o recrearse.

La recreación es fundamental para la salud física y mental. Por esta razón, es aconsejable practicar actividades recreativas de vez en cuando que nos proporcionen la posibilidad de despejar la mente y dedicar nuestro tiempo libre a cosas que disfrutemos realmente. En este sentido, la recreación sirve para romper con la rutina y las obligaciones cotidianas, y así aliviar el estrés acumulado. Las actividades de recreación que practiquemos pueden estar relacionadas con deportes o hobbies. Como tal, la práctica frecuente actividades recreativas nos brinda momentos gratos y sentimientos de bienestar y satisfacción. Es evidente que la recreación satisface necesidades humanas básicas de jugar, relacionarse, hacer deporte, disfrutar actividades al aire libre, tener aficiones, participar de actividades artísticas, contribuyendo al desarrollo humano integral. Gran parte de las actividades recreativas se desarrollan en el hogar en el que la mujer, la madre, tiene un rol prioritario, y muchas más se realizan en el entorno inmediato es decir el hogar o lugar de residencia. En algunos casos las comunidades, dependiendo de su extensión y población tienen establecimientos educacionales, lugares de trabajo, plazas y áreas verdes e incluso áreas comerciales.

La comunidad integrada por hogares vecinos que integran un hábitat común se beneficia de la recreación y su forma de manifestación, porque éstas favorecen la formación de seres humanos más satisfechos de vivir, hace posible una mejor integración social y un sentido de pertenecer en torno a las actividades recreativas.

La recreación se define como la acción y efecto de recrear, por lo tanto, hace referencia a crear o a producir de nuevo algo, también se refiere a divertir, alegrar, deleitar, en una búsqueda de distracción en medio del trabajo y de las obligaciones cotidianas. Es volver a crearse en forma sistemática tanto en lo espiritual, lo físico, técnico, cultural y profesionalmente. La participación de las personas en la recreación durante su tiempo libre, permite restaurar y renovar aquellas energías desgastadas por el trabajo, por una energía activa, nueva, producto de la actividad recreativa. Se deduce entonces que la recreación fomenta en el individuo restauración, renovación de energías producto de la práctica de actividades recreativas.

La recreación favorece procesos del desarrollo humano y debe ser utilizada como un proceso que fortalezca la existencia humana, desde la familia, la calle, el barrio, la escuela, el centro de trabajo y la comunidad. Es necesario tratar de construir una recreación donde el tiempo y el espacio se fundan con lo lúdico, estableciendo reglas propias y no como procesos sujetos a la diversión para un tiempo residual impuesto por modelos inadecuados basados en el consumo, para ello es necesario comprender y entender que la recreación más que una actividad de esparcimiento en la vida de los hombres y mujeres es una necesidad fundamental para su desarrollo y mejoramiento de su calidad de vida.

Si se analiza cualquier sociedad, grupo humano o vida personal, se encuentra siempre actividades relacionadas con la recreación. Desde este planteamiento, parece posible pensar que la recreación a través de sus diferentes manifestaciones puede ser asumida como una necesidad humana, dado por supuesto que aquellas experiencias vividas como libres, placenteras y gratificantes son necesarias para una buena vida humana. Son múltiples los beneficios de la recreación, y siguiendo los esquemas con los que se han clasificado podríamos resaltar que ellos son del orden económico, fisiológico, ambiental, psicológico y social.

En su Diccionario de Filosofía, (Ferrater Mora, 1976) considera la recreación como “Un modo de hacer, una manera de vivir, una forma de ser que se apodera del ser humano, que se identifica con él, que lo realiza o que le permite un cierto grado de éxito personal que le satisface plenamente”.

Esta definición muestra la recreación como superación personal, un reto para el ser humano, como medio para el perfeccionamiento de éste. Por eso, es importante que las administraciones apoyen y garanticen el tiempo libre y proporcionen medios para el recreo de la mente, el cuerpo y el espíritu desde las estructuras productivas y de distribución.

La Recreación Comunitaria como lo establece (Martinez, 2020) se evidencia como una propuesta novedosa para dinamizar el desarrollo de nuestra Ciudad, la cual responde a los objetivos de justicia social y cultura ciudadana. Asimismo, plantea una serie de actividades secuenciales a largo plazo organizada voluntariamente con la intención de mejorar su calidad de vida para logro integral del bienestar humano y de su entorno.



Los Líderes comunitarios desarrollan esta visión por medio de la puesta en práctica de Plan de Desarrollo Barrial en Recreación conformado por diversos proyectos integrados en las dimensiones Físico-ambiental, económica, social y Espiritual.

Según Martínez, la recreación comunitaria se caracteriza por:

- Tener un ideal de desarrollo que se basa en el respeto y armonía de las personas y del medio comunitario.
- Conformar una Junta de Acción Comunal que se convierta en eje dinamizador del Barrio, a través de la cual se elabora, con la activa participación de la comunidad, un Plan de Desarrollo en Recreación a largo plazo que sea luego ejecutado en la comunidad.
- Adelantar intencionalmente acciones que involucran y benefician a todos los grupos sociales del Barrio.
- Ejecutar todos los proyectos recreativos pensando en el impacto positivo que puede tener sobre la realidad social.
- Vista de este modo, la recreación comunitaria contribuye a la ejecución de proyectos económicamente viables y sostenibles a largo plazo, que satisfagan las necesidades de la comunidad, así como el fortalecimiento de la dimensión espiritual de los seres humanos.

La Recreación Comunitaria busca:

- Propiciar las oportunidades de contacto, comunicación y toma de decisiones comunitarias para fortalecer de esta manera la identidad y pertenencia al Barrio.
- Facilitar el acceso a las dotaciones, equipamientos y centros de trabajo y la reducción de las necesidades de desplazamiento.
- Valorizar el espacio público como espacio con diversas funciones (de estancia, de socialización, de intercambio, de juego) no exclusivamente destinado al movimiento.

Mediante la recreación comunitaria considera (Martinez, 2020) que se adquieren valores que benefician el desarrollo comunitario, pues los objetivos están puestos en primera instancia en el colectivo, una comunidad amplia formada por mujeres, hombres, niños, niñas y adolescentes, repercutiendo positivamente en la calidad de vida de la ciudadanía y por ende en el desarrollo del país que queremos.

LUDICA:

Se conoce como lúdico al adjetivo que designa todo aquello relativo al juego, recreación, ocio, entretenimiento o diversión. El término lúdico se origina del latín ludus que significa “juego”. Se refiere a la necesidad del ser humano, de comunicarse, de sentir, expresarse y producir en los seres humanos una serie de emociones orientadas hacia el entretenimiento, la diversión, el esparcimiento, que nos llevan a gozar, reír, gritar e inclusive llorar en una verdadera fuente generadora de emociones.



Es un conjunto de estrategias diseñadas para crear un ambiente de armonía dónde los estudiantes que están inmersos en el proceso de aprendizaje, mediante el juego a través de actividades divertidas y amenas en las que pueda incluirse contenidos, temas o mensajes del currículo.

Desde la antigüedad la importancia del juego es reconocida como un elemento altamente culturizante. Al revisar su origen podemos llegar a dilucidar su contribución para la especie humana: es inherente a ésta porque donde hay humanidad, hay juego (esto es algo que los antropólogos han descubierto); al observar la correlación que existe entre el juego y la infancia, podemos considerar como fundamental el papel de ambos a lo largo de la historia, tanto en la construcción del individuo como en la de la sociedad.

El desarrollo de esta capacidad no concluye con la infancia, al contrario, posteriormente se manifiesta y expresa en la cultura en forma de rituales, competiciones deportivas, espectáculos, manifestaciones folclóricas y expresiones de arte (teatro, música, plástica, pintura).

La lúdica, según Dinello (2007), es una opción de comprensión, que concibe nuevas representaciones que transforman creativamente la percepción fenomenológica de la comunidad, dando así lugar a nuevos procesos de conocimientos, de creaciones y de relaciones emocionales positivas. Es, además, una cualidad humana que favorece la creatividad y posee como atributo su capacidad para modificar perspectivas, además de producir tonalidades en las emociones positivas y placenteras en magnitud amplia.

Para Johan Huizinga, citado por Dinello (2007), los juegos son formas sociales del impulso lúdico, donde lo lúdico es una ideación que modifica las perspectivas y, sobre todo, la forma de proyectar las articulaciones de una propuesta pedagógica. Entonces, si el juego es una de las actividades más lúdicas con las que la humanidad cuenta, ¿por qué el futuro maestro en educación especial desestima la fiabilidad del juego como instrumento de enseñanza?

El juego es una actividad imprescindible para la evolución cognitiva, comunicativa, afectiva y social del ser humano, ya que permite el desarrollo de las funciones básicas de la maduración psíquica. A través del juego las emociones se potencializan, siendo el estado emocional de la persona un factor importante que determina el potencial del desarrollo humano; pues si bien la cognición ha aportado una gran plasticidad adaptativa al ser humano, que le ha permitido sobrevivir prácticamente en cualquier ambiente, la vida emocional sigue siendo el cimiento sobre el cual se sustenta el psiquismo, por lo que actualmente resulta incuestionable que la emotividad sea un factor fundamental en la toma de decisiones adecuadas.

A partir de ello, resulta imprescindible que la educación actual se apoye en la evolución psicológica del juego infantil, siguiendo las fases de su desarrollo, incluyendo el aspecto lúdico como parte de la formación integral, posibilitando, así, la adquisición libre de conocimientos que le permitan a la persona la elección de oportunidades, para poder elegir aquellos factores que le produzcan el disfrute de un mejor nivel de vida, el cual consiste en la libertad.

CONCEPTOS DE RECREACION Y LUDICA SEGÚN DIFERENTES AUTORES

- Defiende que la recreación “condensa una actitud de placer condicional que relaciona el trabajo y el juego” **Mead (1957)**
- **Ferrater Mora (1976)** considera la recreación como “Un modo de hacer, una manera de vivir, una forma de ser que se apodera del ser humano, que se identifica con él, que lo realiza o que le permite un cierto grado de éxito personal que le satisface plenamente”.
- **Gray (1986)**, la define como “el resultado de la participación en una actividad, una emoción que proviene de un sentimiento de bienestar y satisfacción”.
- **Argyle (1996)** se refiere como “aquellas actividades que la gente hace en su tiempo libre porque quiere, en su interés propio, por diversión, entretenimiento, mejora personal o cualquier otro propósito voluntariamente elegido que sea distinto de un beneficio material
- **Trilla (1998)**, explica la recreación desde un punto de vista de la animación sociocultural, conformada como un paradigma de cambio de actitud, un comportamiento, algo que tiene lugar durante el tiempo libre (o durante la educación) y que no importa tanto lo que se haga sino el cómo se haga. La animación sociocultural permite que el ocio sea una manera de utilizar el tiempo libre, independientemente de la actividad que se trate, libre mediante una ocupación libremente elegida y realizada cuyo desarrollo resulta satisfactorio o placentero para el individuo.

- **Vera (1999)** defiende que desde los centros educativos debe instarse a los alumnos y alumnas al uso correcto de su tiempo libre, de forma educativa y saludable. Para lograrlo, adquiere gran valor la trasmisión de la gran importancia de la práctica deportiva con fin recreativo; entendiendo ésta como una actividad libre, divertida, lúdica
- **Hernández Mendo (2000)** considera que es necesario buscar un aprovechamiento óptimo del tiempo libre que permita al individuo su formación como persona como la cuestión principal que tira en torno a la búsqueda permanente del tiempo libre. Ahora bien, la ausencia de experiencias de recreación no permite, a priori, ocupar adecuadamente el tiempo libre, transformando la tendencia natural de juego, dinámica del ser humano en hábitos sedentarios que impiden al hombre desarrollarse como tal.
- **Zúñiga (1998)**, quien manifiesta que la lúdica como pedagogía es una opción para comprender el contexto y los contenidos de procesos académicos y didácticos, los cuales fueron planteados en el (V) congreso Nacional de Recreación realizado en Col deportes Caldas.

METODOLOGÍA

Este proceso investigativo desarrolló las siguientes etapas:

En primer lugar, se realizó un reconocimiento del contexto en el cual se aplicó la propuesta a partir de un diagnóstico para caracterizar las necesidades básicas de los beneficiarios que integran los grupos de talleres, juzgamiento deportivo y asistencia social del IDIPRON.

Asimismo, se aplicó una encuesta diagnóstico inicial y una encuesta diagnóstico final a los jóvenes que integran los grupos de talleres, juzgamiento deportivo y asistencia social, beneficiarios del IDIPRON. Para poder sacar los resultados de las actividades, tabulación, diferencia entre los diferentes grupos de beneficiarios y como tal del trabajo monográfico.

A partir de lo anterior, se generó la tabulación de las encuestas y un cronograma de trabajo, donde se enfocó sobre los beneficios individuales y colectivos que conllevan las actividades lúdico-recreativas, siguiendo el plan de estudios de cada taller del Idipron, se procedió a realizar las intervenciones pertinentes.

Para finalizar, se realizó un cuadro comparativo sobre los resultados que nos arrojó la investigación sobre los beneficios de los beneficiarios del Idipron, teniendo en cuenta que un grupo está enfocado en el deporte, juzgamiento del deporte y entrenamiento deportivo y el otro está enfocado a la asistencia social, colectiva y comunitaria.

En las conclusiones del siguiente trabajo académico se podrán evidenciar los aportes a la comunidad y profesionales de la educación en el propósito de cumplir con los procesos de bienestar en los beneficiarios del IDIPRON

CONTEXTO Y POBLACIÓN

Esta investigación se realizara en la ciudad de Bogotá en las upis del IDIPRON con los beneficiarios de dicha entidad, serán dos grupos diferentes de talleres que se emplean en el instituto, uno de los talleres es el de juzgamiento deportivo y el otro es asistencia social, los cuales están conformados por 28 beneficiarios, 14 asisten a juzgamiento deportivo y 14 asistencia social, en edades comprendidas entre los 20 y 28 años de edad, donde la mayor parte de ellos son estratos 0,1,2, que ya pasaron por un proceso largo y arduo de trabajo y estudio para seguir construyendo su vida de una mejor forma.

TÉCNICAS E INSTRUMENTOS PARA LA RECOLECCIÓN

Al respecto, Mayntz et al., (1976) citados por Díaz (2001), describen a la encuesta como la búsqueda sistemática de información en la que el investigador pregunta a los investigados sobre los datos que desea obtener, y posteriormente reúne estos datos individuales para obtener durante la evaluación datos agregados.



Para este trabajo monográfico se realizaron dos instrumentos metodológicos los cuales son una encuesta diagnóstico inicial, que consta de 7 preguntas donde el beneficiario del IDIPRON va a contestar de acuerdo a su conocimiento, su entorno y experiencia y la segunda una encuesta diagnóstico final que consta de 5 preguntas de selección múltiple, donde evaluaremos los conocimientos aprendidos durante la aplicación de las actividades lúdico- recreativas.

RESULTADOS

ENCUESTAS DIAGNOSTICAS

- **ENCUESTA DIAGNÓSTICO PARA LA PLANIFICACIÓN DE ACTIVIDADES FÍSICO RECREATIVAS ESPECIALIZACIÓN EN EDUCACIÓN PARA LA RECREACIÓN COMUNITARIA FACULTAD DE EDUCACIÓN -UNIVERSIDAD DE PAMPLONA**

1. ¿Conoce usted cuales actividades lúdico – recreativas puede realizar en su tiempo libre?

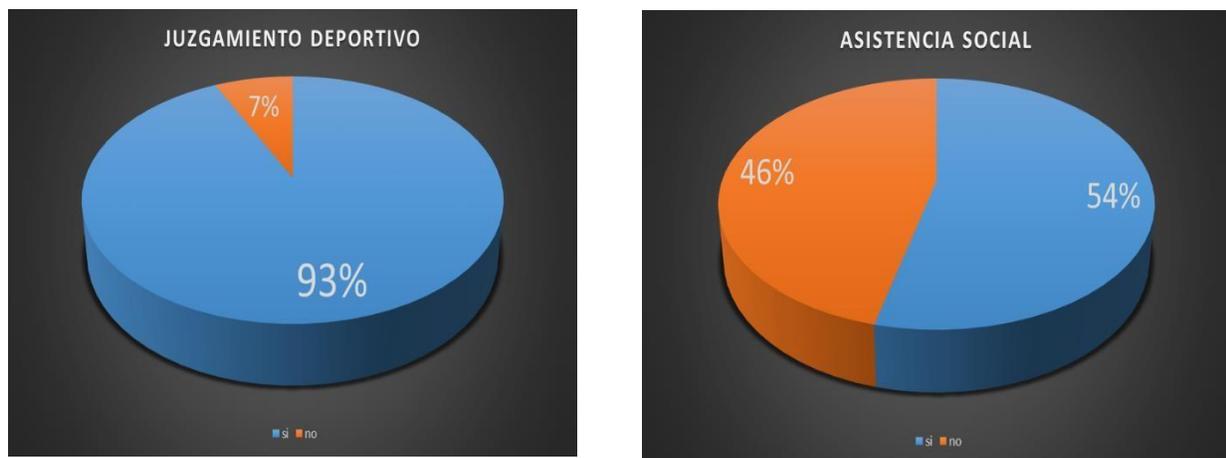


Figure 1. Porcentaje respuesta 1, juzgamiento deportivo y asistencia social. Fuente: Autor.

Interpretación de los resultados:

Podemos observar que tenemos dos gráficos de los dos grupos de talleres que se manejan en la sede de bosa IDIPRON, juzgamiento deportivo y asistencia social, donde podemos analizar que el grupo de juzgamiento deportivo que se encarga de realizar actividades físicas y estudios referentes

al deporte según la tabulación de las encuestas presenta un porcentaje muy grade de 93% (SI) a un

7% (NO) referente a la pregunta que se realizó en la encuesta diagnóstica por el co

podemos observar que en el grupo de taller de asistencia social el cual casi no realizan actividades lúdico

recreativas, ni físicas el porcentaje de respuesta es muy similar entre el SI y el NO, con un porcentaje del 54% para el (SI) y un 46% para el (NO).

2. ¿La recreación y la lúdica ocupan un lugar importante en mi vida?



Figure 2. Porcentaje respuesta 1, juzgamiento deportivo y asistencia social. Fuente: Autor.

Interpretación de los resultados:

En estas dos graficas podemos observar que la mayor parte de los beneficiarios que están desarrollando los diferentes talleres encuentran importante las actividades lúdico-recreativas para un beneficio significativo en sus vidas, en el taller de juzgamiento deportivo el porcentaje fue

perfecto de un 100%, por lo contrario, aunque el porcentaje es alto un 15% de esta pobla

ción

encuentra que no es importante las actividades lúdico-recreativas para mejorar su calidad de vida, manifiestan que no acostumbran a realizar las actividades o no le prestan mucha atención.

3. ¿Si tuviera una tarde libre emplearía una parte de este tiempo para realizar actividades lúdico-recreativas?

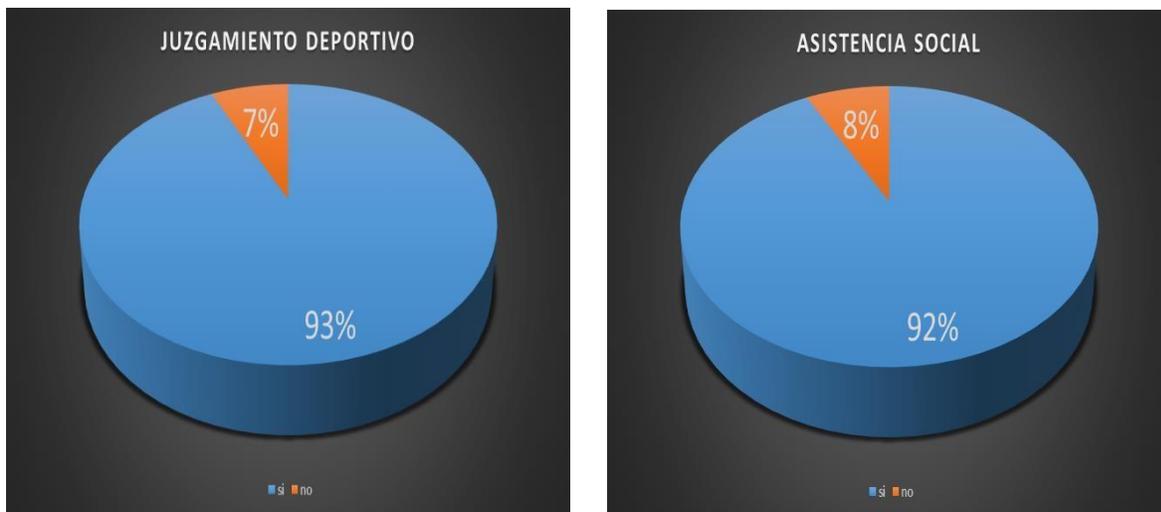


Figure 3. Porcentaje respuesta 3, juzgamiento deportivo y asistencia social. Fuente: Autor.

Interpretación de los resultados

En este punto podemos observar que los resultados nos arrojan unos porcentajes similares en cuanto a los dos talleres, donde los beneficiarios resaltan que si tuviesen una tarde libre si emplearían actividades lúdico-recreativas, de igual forma solo un 7% de juzgamiento deportivo, un 8% de asistencia social no emplearía dichas actividades en su tiempo libres.

4. ¿posee su lugar de estudio instalaciones fácilmente accesibles para la práctica de actividades lúdico-recreativas?



Figure 4. Porcentaje respuesta 4, juzgamiento deportivo y asistencia social. Fuente: Autor.

Interpretación de los resultados

En estas graficas nos damos cuenta dos cosas importantes, 1. Que más de la mitad de los beneficiarios conocen el entorno en el que están, el escenario deportivo con el que cuenta la sede 2. El desconocimiento del espacio deportivo por parte de un gran número de beneficiarios, especialmente del taller de Asistencia social.

5. ¿Ofrece su lugar de estudio un programa de actividades lúdico-recreativas?

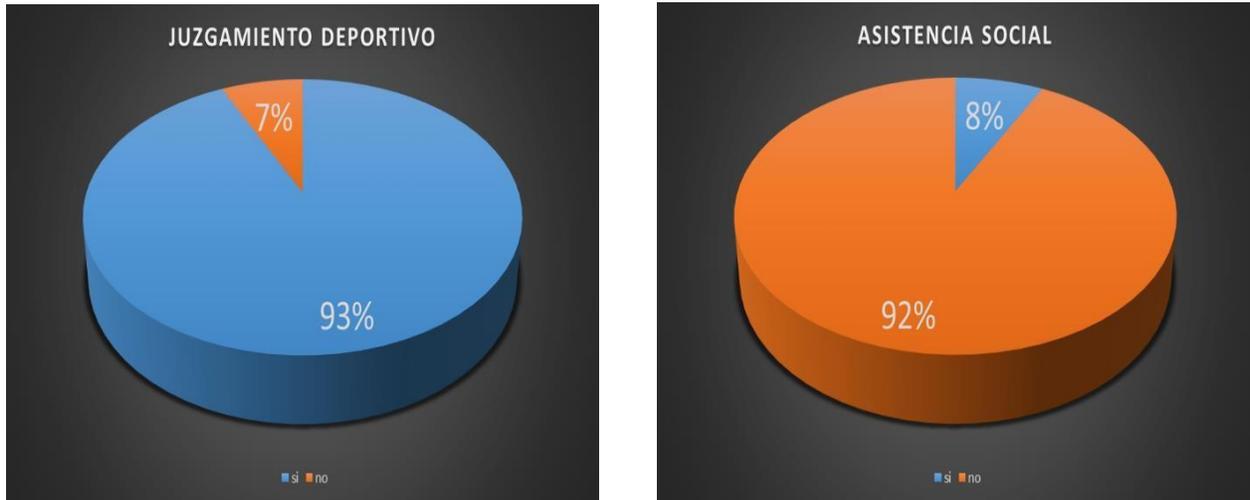


Figure 5. Porcentaje respuesta 5, juzgamiento deportivo y asistencia social. Fuente: Autor.

Interpretación de los resultados

En esta grafica podemos observar la diferencia en cuanto a los dos talleres, juzgamiento deportivo y asistencia social, la gráfica número uno nos muestra que en el taller de juzgamiento posee un amplio y conocido programa de actividades lúdico-recreativas, deportivas, mientras que el taller de asistencia social según el 92% de los beneficiarios nos dicen que no tiene un programa de actividades lúdico-recreativas en su taller de estudio, nos queda una clara conclusión respecto a los talleres.

6. ¿Fuera de sus obligaciones escolares y laborales: ¿con qué frecuencia participa en actividades lúdico-recreativas?

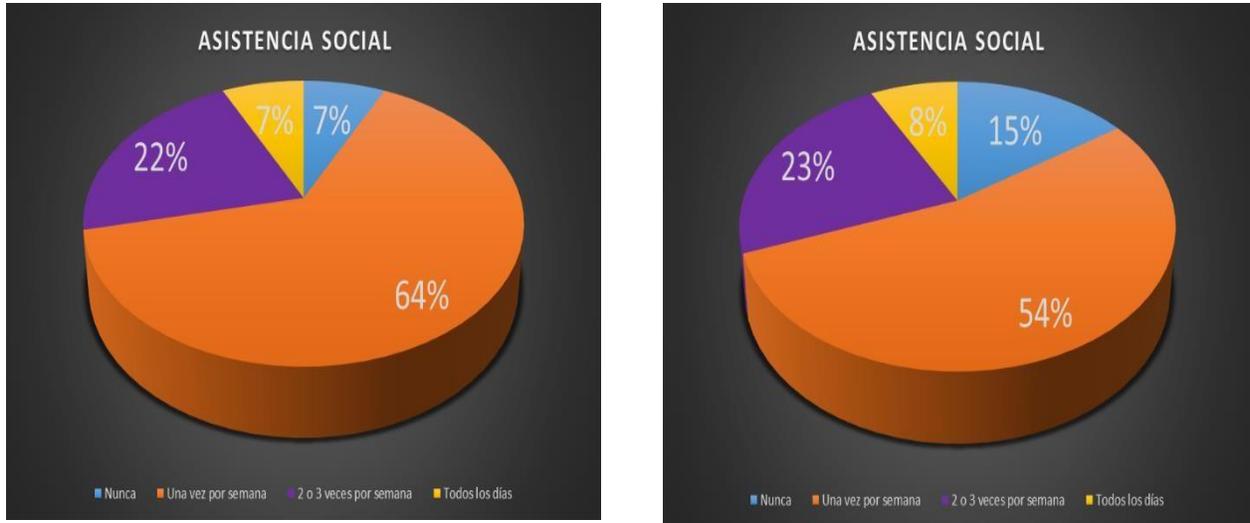


Figure 6. 2. Porcentaje respuesta 6, juzgamiento deportivo y asistencia social. Fuente: Autor.

Interpretación de los resultados

Estas dos imágenes nos muestran la cantidad exacta con la que los beneficiarios realizan actividades lúdico- recreativas, siendo el 64% de juzgamiento deportivo realizan Actividades lúdico –recreativas una sola vez por semana, 22% 2 o 3 veces por semana, 7% todos los días y nunca 7%, mientras que en asistencia social un 54% realiza actividades lúdico-recreativas una vez por semana, 23% 2 o 3 veces por semana, 8% todos los días y 15% nunca.

7. Seleccione con una (X) las 5 actividades las cuales le gustaría realizar en su tiempo libre



Figure 7. 2. Porcentaje respuesta 7, juzgamiento deportivo y asistencia social. Fuente: Autor.

Interpretación de los resultados

En estas dos graficas podemos identificar que actividades son las más pedidas por los dos talleres, según nuestras graficas las más pedidas por juzgamiento deportivo son (deportes, entrenamientos funcionales, actividades en contorno natural, juegos de mesa, juegos de agilidad mental, juegos pre-deportivos), mientras que en asistencia social las actividades más seleccionadas fueron (juegos de agilidad mental, juegos cooperativos, deportes, actividades en contorno natural, juegos de mesa).

ENCUESTA DIAGNÓSTICO FINAL PARA LA PLANIFICACIÓN DE ACTIVIDADES LUDICO-RECREATIVAS ESPECIALIZACIÓN EN EDUCACIÓN PARA LA RECREACIÓN COMUNITARIA FACULTAD DE EDUCACIÓN -UNIVERSIDAD DE PAMPLONA

1 ¿Crees que fue importante la aplicación de actividades lúdico-recreativas?



Figure 8. Encuesta diagnóstico final. Respuesta 1

Interpretación de los resultados

Como podemos observar en las dos graficas la mayor parte de la población encuentra importante en todo momento la aplicación de las actividades lúdico- recreativas, sin embargo, en el taller de juzgamiento deportivo un 13% de esta población encuentra que casi siempre son importantes y un 7% que algunas veces, mientras que, en asistencia social, están igualadas en un 20% encontrar las actividades lúdico recreativas casi siempre y algunas veces importante para esta población.

2. ¿Crees que las actividades lúdicas recreativas mejoran el bienestar de las personas?

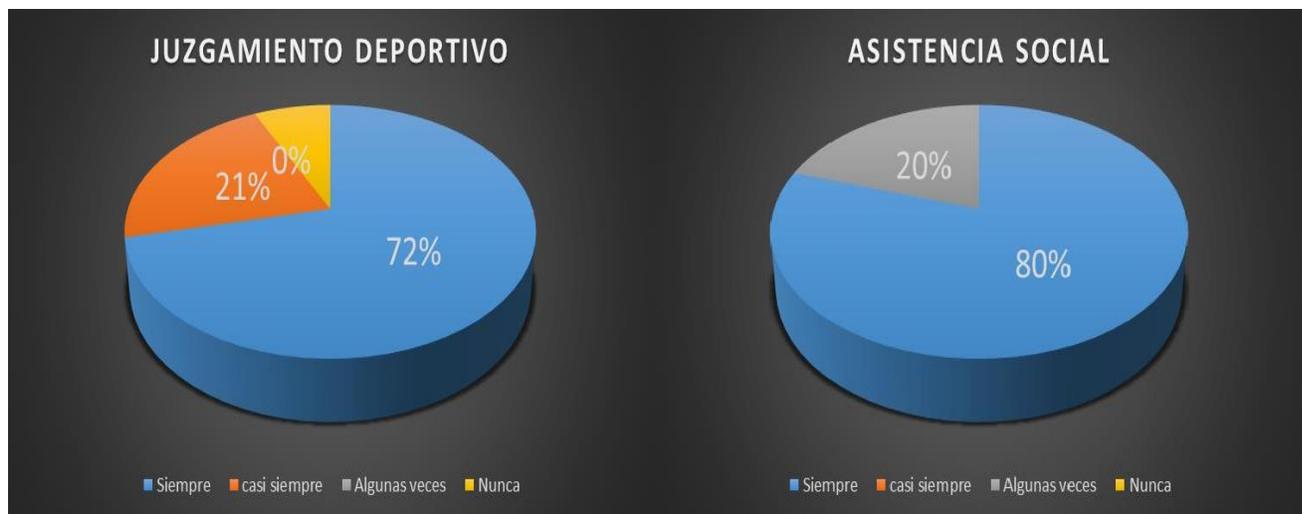


Figure 9. Encuesta diagnóstico final. Respuesta 2.

Interpretación de los resultados

En este ítem se realizó una pregunta importante para la investigación, la cual la población beneficiada del taller de juzgamiento deportivo contestó con un 72% que las actividades lúdico-recreativas mejoran el bienestar de las personas de cualquier forma, tanto psicológico, como físico, además de los beneficios que traen a socialmente, un 21% contestó que casi siempre estas actividades mejoran ese bienestar, mientras que en el taller de asistencia social el cual está enfocado en la ayuda de la comunidad contestaron un 80% de esta población que estas actividades aportan para el mejoramiento social de una comunidad, un 20% nos dice que algunas veces estas actividades sirven para dicho bienestar.

3. ¿Implementarías las actividades lúdico-recreativas como estrategia para mejorar el bienestar de las personas?

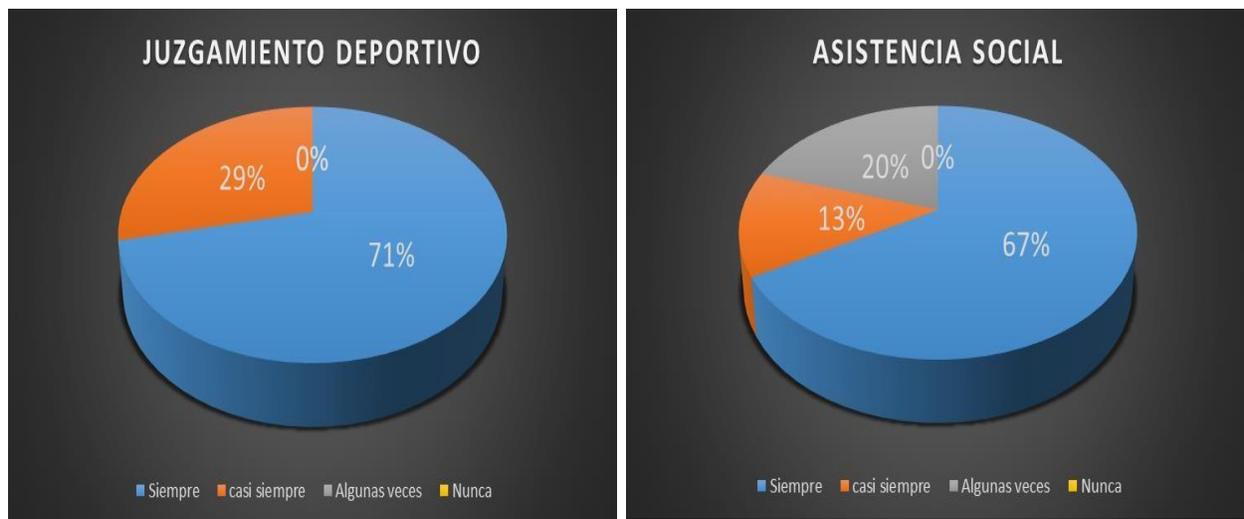


Figure 10. Encuesta diagnóstico final. Respuesta 3.

Interpretación de los resultados:

La siguiente pregunta se ve reflejada en el resultado de estas dos gráficas, la de juzgamiento deportivo nos muestra que un 71% de esta población beneficiada implementaría dichas actividades como una estrategia para mejorar el bienestar de las personas en general, un 29% las implementaría casi siempre, mientras que asistencia social un 67% de esta población beneficiaria las implementaría, un 13% casi siempre las implementaría y un 20% algunas veces.

4. ¿Crees que las actividades planificadas fueron lo suficientemente variadas?



Figure 11. Encuesta diagnóstico final. Respuesta 4.

Interpretación de los resultados:

En estas dos graficas podemos observar como los dos grupos de talleres juzgamiento deportivo y asistencia social según la pregunta y la encuesta un 57 y un 53% las actividades realizadas fueron lo suficientemente variadas, mientras un 29 y 27% casi siempre se trató de variar en cuanto a las actividades y un 20 y 14% algunas veces se variaron, se realizaron actividades de todo tipo, lúdicas-recreativas, actividades mentales, pre-deportivas, deportivas.

5. ¿Cuál es el nivel de satisfacción con respecto a las actividades realizadas?



Figure 12. Encuesta diagnóstico final. Respuesta 5.

Interpretación de los resultados

Acá en esta pregunta encontramos 4 diferentes respuestas, Muy satisfecho, Satisfecho, Poco satisfecho y nada satisfecho, donde el grupo taller de juzgamiento deportivo con un 64% de esta población beneficiada se encuentran muy satisfechos con todas las actividades planificadas y aplicadas, un 36% se encuentra satisfecho, mientras que en el grupo taller de asistencia social está muy pareja la gráfica en cuanto a las respuestas muy satisfecho y satisfecho siendo un 46 y 47%, un 7% están poco satisfechos con todas las actividades realizadas.

6. ¿Crees que obtuviste algún tipo de beneficio con las actividades realizadas?



Figure 13. Encuesta diagnóstico final. Respuesta 6.



Interpretación de los resultados

En estas dos graficas podemos observar que tanto juzgamiento deportivo como asistencia social según su respuesta un 100% de esta población beneficiada obtuvo algún tipo de beneficio con las actividades aplicadas durante la investigación, entre beneficios sociales, beneficios psicomotrices, beneficios en cuanto a la salud, beneficios del sistema circulatorio, de a aprendizaje, capacidad física, fortalece las habilidades de liderazgo.

DISCUSIÓN

Se tomó como referencia para este trabajo monográfico, la investigación que se desarrolló en el Seminario Mayor Santo Tomas de Aquino en la ciudad de Pamplona y fue elaborada por el docente Jhonatan Andrés Leal Hernández, el cual tuvo por objetivo diseñar y ejecutar un sin número de actividades físico-recreativas dejándoles un plan de actividades y experiencias vividas con dicha investigación.

Las dos monografías cuentan con actividades recreativas, lúdicas, físicas para una experiencia en particular, el autor anteriormente mencionado con su investigación tuvo como objetivo principal aplicar las actividades físico-recreativas para promover el buen uso del tiempo libre de los sacerdotes en formación de la comunidad del Seminario Santo Tomas de Aquino haciendo referencia a la recreación como una estrategia para estos jóvenes seminaristas, mientras que el autor miguel Alejandro duran Pelaez por medio de esta monografía titulada Alternativas de actividades lúdico recreativas para el bienestar en beneficiarios del IDIPRON, resalta el interés de la población con respecto a las actividades aplicadas durante la monografía creando conciencia sobre los beneficios y la calidad de vida que traen los procesos aplicados para estos beneficiarios, la idea principal de esta monografía es que la población entendiera la capacidad que tienen dichas actividades para lograr un cambio, algún tipo de beneficio. Ya sea; social, económico, familiar o personal.



Asimismo, Se destaca la importancia del aprovechamiento del tiempo libre en cuanto a las dos monografías anteriormente nombradas, la aceptación de las dos poblaciones referente a las actividades aplicadas, sabiendo que las dos poblaciones son de un contexto totalmente diferente, por lo tanto, el trabajo realizado por los dos autores es completamente positivo para las poblaciones beneficiadas anteriormente nombradas.



CONCLUSIONES

- ✓ Se pudo observar por medio de las encuestas aplicadas a esta población la aceptación y recepción a las actividades lúdico-recreativas, la forma como mediante dichas actividades salían un momento de su vida, problemas y hacían parte del mundo de la recreación.
- ✓ Resaltar la organización por parte del idipron, especialmente la sede de bosa, directivos, docentes y auxiliares, quienes con su ayuda lograron que este trabajo monográfico se realizara de la mejor manera posible.
- ✓ La sede de bosa cuenta con espacios deportivos para poder realizar todas las actividades lúdico-recreativas que se ejecutaron por medio del plan estructurado de la monografía.
- ✓ Por parte del autor antes de la aplicación de las actividades se encontraba un poco dudoso en cuanto al recibimiento y colaboración por parte de esta población, ya que es una población difícil de tratar y poco receptora a dichas actividades, pero se encontró con unos muchachos con ganas de salir adelante, animados, respetuosos y muy interesados en el tema de la recreación, en cuanto al estudio individual, colectivo y comunitario.



Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750 - www.unipamplona.edu.co



**Formando líderes para la
construcción de un nuevo**

BIBLIOGRAFÍA

Dinello, R. (1992). *Pedagogía de la expresión*. Editorial Grupo Magro.

Ferrater Mora, J. (1976). *Diccionario de filosofía*. Buenos Aires: Montecarlo.

Leal Hernández, J. A. (2017). *PLAN DE ACTIVIDADES FÍSICO- RECREATIVAS COMO HERRAMIENTA DIDÁCTICA PARA PROMOVER EL BUEN USO DEL TIEMPO LIBRE DE LOS SACERDOTES EN FORMACIÓN DE LA COMUNIDAD DEL SEMINARIO MAYOR SANTO TOMAS DE AQUINO DE LA CIUDAD DE PAMPLONA*. Pamplona.

Martinez, R. (2020). *Las actividades físicas recreativas comunitarias en el aprovechamiento del tiempo libre de los adolescentes de 12 a 17 años de la urbanización San José, sector Calderón*. Universidad de las Fuerzas Armadas.

Perez Garzon, S., & Muñoz Agudelo, C. A. (2017). *LA ACTIVIDADES LÚDICO RECREATIVAS COMO ESTRATEGIA PEDAGÓGICA PARA MEJORAR LAS HABILIDADES BASICAS MOTRICES EN LA PRIMERA INFANCIA*. Bogotá.

Santafe Salas, A. X. (2015). *INCLUSIÓN SOCIAL PARA LAS PERSONAS EN CONDICIÓN DE DISCAPACIDAD DEL MUNICIPIO DE ALMEIDA BOYACÁ, A PARTIR DEL DESARROLLO DE ACTIVIDADES LÚDICO – RECREATIVAS*. Sutatenza.

Serrada Fonseca, M. (2007). Integración de actividades lúdicas en la atención educativa del niño hospitalizado. *Scielo*, 640-646.

Significados. (20 de Noviembre de 2017). *Significados*. Obtenido de Significados:
<https://www.significados.com/recreacion/>