

Universidad Metropolitana
Escuela de Educación
Programa Graduado

Perspectiva curricular para el uso del tiempo libre en estudiantes de educación
física del nivel elemental

Omar A. Rodríguez Figueroa
14 de mayo de 2012

DEDICATORIA

Quiero dedicar este trabajo a muchas personas que sacaron de su tiempo para ayudarme a terminar el mismo. Ciertamente Dios todopoderoso, rey celestial y a la Virgen María, madre y reina que me cubren con su manto y bendición han sido mi fortaleza en el trayecto. Con inmenso amor dedico este trabajo a mi esposa Renee Reyes Rodríguez, por que sin su ayuda y apoyo no hubiera podido lograr mis metas. A mi hija Omileannys Rodríguez Reyes, que pasó muchas tardes sin su papá pero espero que le sea de inspiración para todas las metas que se proponga en su vida por que por ellas es que la vida toma sentido. Y por último y no menos importante, a mis padres: Manuel Rodríguez (el viejo) y Carmen Figueroa (mamita). ¡Wow! aún recuerdo cuando de chamaquito lo veía (a mi papá) encender el tocadiscos con los temas: “Soy Sensacional”, “Gracia Divina” y “El carrito de mantecado pasa, pasa despacito” (de Larry Harlow) me miraba y con orgullo decía voy a ti, tú puedes, tu eres “El campeón de papito” y a mamita la que siempre ha demostrado con sus lagrimas y sonrisas estar súper orgullosa de guardar en su corazón todos los lindos y grandes acontecimientos de mi vida. Entiendo son las personas más felices en este momento por mi logro, Mi maestría.

Estas personas tienen un lugar muy importante en mi corazón y les estaré eternamente agradecido.

AGRADECIMIENTO

Este trabajo que llevó tanto esfuerzo, días y noches de dedicación incluyen muchas personas muy queridas las cuales con mucho respeto les doy mis más expresivas gracias. Sin ustedes la labor hubiese sido imposible. Debo mencionar a mis queridos hermanos Tiana Rodríguez y Emilcar Rodríguez por su ayuda y apoyo desinteresado hacia mi persona.

Al profesor Miguel A. Albarrán que además de siempre estar dispuesto a ayudarme en todo, es un gran amigo, mentor y me ha servido de inspiración. A los maestros José Cáceres, Erasmo García, William Ramos, Santa Camacho, Zulma Báez, William James y al Dr. Fernando Casanova por sus valiosas aportaciones en mi carrera docente, a mis compañeros de estudios aprendí mucho de ellos desde la perspectiva optimista, por su ayuda y sus conocimientos a través del camino.

No puedo dejar de agradecer al los profesores Julio Borrás (Cuba) y a la Dra. Gloria Díaz, por trabajar mano a mano conmigo para poder culminar una de mis metas en la vida. A mis estudiantes quienes son los que me demuestran día a día que no hay límites en la vida. La vida siempre hay que mirarla con entusiasmo, gozo, esperanza, fe y optimismo.

Soñar, soñar es el motor que lo mueve todo en la vida. Buscar la felicidad, el camino correcto, la verdad y la vida. Nunca dejes que nadie te diga...que no puedes hacer algo. Si tienes un sueño... debes protegerlo. Si quieres algo, ve tras ello. Punto.

De todo corazón... Gracias

SUMARIO

El tiempo libre surge cuando el individuo realiza actividades satisfactorias y gratificantes y lo hace de forma libre y decididas por sí mismo. Por lo general estas actividades benefician al individuo, pues aunque sea le proveen momentos de placer y esparcimiento. En Puerto Rico se está presentando unas dolencias sociales y las mismas se deben problemas de tiempo libre y a la falta de valores. Los aumentos del consumo de drogas, violencia interpersonal, hábitos de vida no saludables, alto consumerismo, alcohol, embarazos en adolescentes y tabaco provocan y contribuyen a la pérdida de valores y a su vez dejan ver un problema de tiempo libre entre los puertorriqueños. Todo ello no solo se ve en nuestra sociedad, sino que se refleja en nuestras escuelas elementales del país. Este estudio tiene el objetivo de documentar el tema sobre los valores, el cual se enfoca en la necesidad de utilizar el tiempo libre en forma satisfactoria, mediante el currículo de Educación Física. Para eso, se utilizó la metodología documental recopilando diferentes artículos de bases de datos.

Los hallazgos demostraron que la observación diaria de los docentes y otros profesionales de la educación, en conjunto con las noticias publicadas a diario en los medios, indican que existe un conflicto de valores que no les permiten a los estudiantes adolescentes expresar en forma apropiada la forma en que van a utilizar su tiempo libre. El programa de educación física debe promover en sus egresados el uso constructivo del tiempo libre, tomando como base la formación de individuos con conocimientos sobre actividades físicas, destrezas motoras y valores para disfrutar de variadas actividades.

Ni el ocio ni el tiempo libre significan vagancia, falta de acción o falta de laboriosidad, sino que consisten en una acción necesaria para que el ser humano pueda desarrollarse y crecer.

El ser humano necesita su tiempo libre y sus espacios de ocio para poder llevar a cabo actividades sociales, de esparcimiento y de crecimiento personal. Las actividades que se realizan en el tiempo libre son por lo general satisfactorias y gratificantes y de la misma manera pueden ser formativas y educativas. Cuando se ve el ocio y el tiempo libre con este enfoque, no se puede decir que el individuo sea holgazán o que esté perdiendo su tiempo, sino que está aprovechando este tiempo para realizar una labor agradable, pero no obligada y para crecer en todas sus facetas intelectual y físicamente.

El autor concluyó que la integración de estrategias sobre el uso del tiempo libre en el proceso educativo en la clase de Educación Física tiene un efecto positivo en el desarrollo de las destrezas básicas necesarias para preparar a los estudiantes. La participación de los maestros y padres de manera activa en el proceso educativo tiene un efecto positivo en el desarrollo de los valores en los niños. La escuela debe proporcionar una gama de alternativas para desarrollar valores y buen uso de tiempo libre de cada quien como por ejemplo pintar áreas de patio escolar (paredes o en el suelo) para que por iniciativa propia los estudiantes se envuelvan en juegos de integración matemática (peregrina), rueda de valores o rueda de colores. Ésta debe eliminar la percepción igualitaria de todos los alumnos. Establecer en las comunidades y hogares lugares de estudios que permitan a los estudiantes tener un área adecuada para un desarrollo integral óptimo que incluya estrategias para el buen uso del tiempo libre y valores.

TABLA DE CONTENIDO

	Página
Portada.....	1
Página aprobatoria.....	ii
Dedicatoria.....	iii
Agradecimientos.....	iv
Sumario.....	v
CAPÍTULO I. INTRODUCCIÓN	
Introducción.....	1
Planteamiento del problema de investigación.....	3
Justificación del problema de investigación.....	5
Propósito de la investigación.....	6
Preguntas de investigación.....	6
Definición de términos.....	6
Limitaciones.....	8
Delimitaciones.....	8
CAPÍTULO II. REVISIÓN DE LITERATURA	
Introducción.....	9
Marco teórico.....	10
Trasfondo histórico.....	12
Marco conceptual.....	14
Estudios sobre Educación Física.....	14

Estudios sobre valores.....	17
Estudios sobre currículo.....	19
Marco curricular para la Educación Física.....	20
Estudios sobre tiempo libre (y ocio).....	21
Factores de riesgo.....	27
Resumen.....	29
CAPÍTULO III. METODOLOGÍA	
Introducción.....	30
Diseño de la investigación.....	30
Descripción de la muestra.....	32
Procedimiento y análisis.....	32
CAPÍTULO IV. HALLAZGOS	
Introducción.....	33
Hallazgos.....	33
Discusión.....	43
CAPÍTULO V. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	
Introducción.....	45
Conclusión.....	45
Recomendaciones.....	47
Resumen.....	48
REFERENCIAS.....	49

ANEJO 1.

Planilla de recolección de datos.....57

ANEJO 2.

¿Cuáles serían los valores de la educación en el tiempo libre?.....59

CAPÍTULO I

INTRODUCCIÓN

En este capítulo se presentará el problema de investigación, la justificación, las preguntas que guiarán el estudio, las limitaciones y delimitaciones del mismo, así como las definiciones de los conceptos. Se desarrollará una investigación documental la cual girará en torno a *La Perspectiva Curricular sobre el uso constructivo del tiempo libre en la escuela elemental en Puerto Rico: La Educación Física y la necesidad de educación en valores*. La observación diaria de los docentes y otros profesionales de la educación, en conjunto con las noticias publicadas a diario en los medios, indican que existe un conflicto de valores que no les permiten a los estudiantes adolescentes expresar en forma apropiada la forma en que van a utilizar su tiempo libre. El programa de educación física debe promover en sus egresados el uso constructivo del tiempo libre, tomando como base la formación de individuos con conocimientos sobre actividades físicas, destrezas motoras y valores para disfrutar de variadas actividades (Cosme, 1998). El mal uso del tiempo libre puede llevar a formas de recreación no constructivas para el individuo y da la sociedad. Ejemplo de estos, lo son el consumo de drogas, alcohol y el juego ilícito (Ponce, 2006). Educar para la recreación es una de las alternativas que puede ayudar a utilizar el tiempo libre de la manera más enriquecedora en el diario vivir (Cosme, 1998).

El tiempo libre surge cuando el individuo realiza actividades satisfactorias y gratificantes y lo hace de forma libre y decididas por sí mismo. Por lo general estas actividades benefician al individuo, pues aunque sea le proveen momentos de placer y esparcimiento. Hay concepciones que definen cuáles son las actividades de ocio, otras, sostienen que cualquier actividad puede ser de ocio, lo que las define es la actitud con

que se realizan. Estas actividades ponen mayor énfasis en la subjetividad y en la valoración individual (Gerlero, 2005).

Es muy común confundir el tiempo libre con el ocio o la inactividad, sin embargo cada uno de estos términos posee su función y su espacio dentro de la teoría social del tiempo libre-ocio. El tiempo libre es aquel dedicado a las actividades que no son impulsadas por necesidades externas según afirman Rodríguez & Agulló (2002), Las actividades llevadas adelante durante el tiempo libre responden a necesidades auto creadas y dotadas de un sentido propio, imponiendo cada uno las condiciones para su satisfacción, la cual responde al placer que nos produce lo que hacemos voluntariamente, lo que a su vez está definido por la libertad de realizar dicha acción.

Se resume que existen tres aspectos del deporte como formas de ocio que son “es acusadamente competitivo, paradójicamente laboral y básicamente cuantitativo”. Cada individuo tiene su opción para utilizar el tiempo libre en la manera que mejor satisfaga sus necesidades como ente bio-sico-social (Munne, 1988).

No obstante, al analizar la problemática del tiempo libre en este estudio, no se concentrará mayormente en la forma en que se puede definir, sino en cómo se puede y se debe utilizar. Los estudiantes hoy día, aún en la escuela se enfrentan a serias dificultades porque no poseen muchas alternativas en las que puedan invertir su tiempo libre en forma constructiva. Mendoza, García y Jaimes (2010) en su tesis doctoral sobre actividad física y tiempo libre manifiestan que en términos generales se presentan cuatro dificultades que no ayudan a los individuos a realizar actividades satisfactorias en su tiempo libre. En primer lugar manifiestan los autores que hay falta de aprovechamiento del tiempo libre que los conlleva a los vicios y malos hábitos de vida.

De otro lado indican los autores antes mencionados que hay falta de potenciación de cualidades que motiven la actividad física. Mencionan ellos además y, esto es muy importante, que existe un alto grado de falta de vivencia de valores, lo cual se potencia en diversos aspectos de la vida diaria, tanto a nivel individual como de comunidad. Finalmente ellos aseguran que existe falta significativa de aprendizaje competitivo. A partir de las expresiones antes expuestas se observa sin lugar a dudas la problemática objeto de estudio y la cual se expondrá más adelante.

Planteamiento del problema de investigación

La International Association for the Study of Obesity (IASO) recuperó durante 2004-2005 estadísticas a nivel mundial a través de las cuales demostró que la obesidad en niños es un problema intensamente peligroso. Durante ese período se identificaron 40 millones de niños obesos y 155 millones con sobrepeso.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) (2010) ofrece unas estadísticas en relación con la obesidad a nivel mundial que ameritan atención inmediata. Según esta organización desde 1980, la obesidad ha doblado las cifras en todo el mundo. En 2008, 1500 millones de adultos (de 20 y más años) tenían sobrepeso. Dentro de este grupo, más de 200 millones de hombres y cerca de 300 millones de mujeres eran obesos. Como dato de gran significado, la OMS encontró que en 2010, alrededor de 43 millones de niños menores de cinco años tenían sobrepeso. El anterior enfoque sobre la obesidad responde a que esta arraigada condición ha demostrado ser el origen de muchos males que sufre el ser humano.

Se realizó una recopilación de evidencia y estadísticas a nivel mundial y en Puerto Rico a través de las cuales dejó expuesta la gravedad de este mal y otros que surgen como consecuencia del mismo (Rodríguez, 2010). Indica él que la obesidad

puede deberse a alto consumo de calorías, limitada actividad física, la genética y la pobre interacción metabólica. A partir de aquí obtenemos otra dimensión que afecta notablemente la calidad de vida: limitada actividad física.

No obstante, el análisis de la obesidad y su impacto en la calidad del individuo, aún aquella causada por la inactividad física no sería un problema tan grave a no ser por la pérdida de valores que deben imperar en las familias. Se señala que la familia actual se ha ido apartando paulatinamente de sus responsabilidades debido a las tareas que cada miembro realiza en forma independiente para satisfacer sus necesidades (González, 2009). Durante el desarrollo de la institución familiar se ha dado múltiples cambios entre los que se pueden considerar la industrialización, la urbanización, la expansión y los nuevos sistemas de educación obligatoria. En conjunto, todos estos cambios, aunque parezca que no guardan relación alguna tienen un enorme impacto en las familias.

De otra parte, la alta tecnología ha aprovechado esta coyuntura de déficit de cuidados de la familia para hacer su entrada y crear sus propios espacios (Cordero, 2004). Los niños y jóvenes que se quedan solos en la casa optan por crear un espacio individual en el que los vídeos, la televisión, los ordenadores, los videojuegos y chat corresponden a lo que sería la crianza que correspondía a sus padres. Esto lleva a un cambio de lo que deben ser los hijos, en el interés tanto público como privado y sobre todo, en el concepto infancia (González, 2009).

Como se observó antes, la familia está un poco desarticulada y la enseñanza de los valores necesarios para educar al estudiante estará en manos de la escuela y de la sociedad. El estudiante estará listo para recibir la educación en valores en la medida en que deje de ser un ente reproductivo, que repite mecánicamente. Para que los alumnos

logren ser capaces de actuar de acuerdo con los valores que sustenta la sociedad en que viven, es necesario organizar el proceso de enseñanza de manera tal, que los educandos participen conscientemente en la actividad como sujetos de aprendizaje, formación y desarrollo y que tengan la oportunidad de comunicarse con sus compañeros, que trabajen juntos, se propongan metas comunes y las alcancen en correspondencia con su edad y sus posibilidades particulares (Román y Herrera, 2010).

El currículo debería proveer más espacios para el juego en la escuela elemental, y en específico en los grados k-3, de manera que el estudiante se enamore naturalmente del movimiento y desarrolle aptitud física temprano en su vida (Ponce, 2006). Esto le ayudará a que visualice con más interés la oferta de valores en un currículo que contenga actividad física como una forma de ocupar su tiempo libre satisfactoriamente (Fabelo, 2003). Se propone una visión diferente del uso de los patios escolares. Aprovechar el impulso que el alumno tiene hacia el movimiento corporal y la exploración de su ambiente; estimular constantemente su creatividad y ante todo el aprovechamiento óptimo del patio escolar con fines educativos, motrices y lúdicos. Ludotecas escolares al aire libre cumple con expectativas físicas y cognoscitivas desde la perspectiva de la educación física escolar y de fomentar el uso constructivo del tiempo libre.

Justificación del problema de investigación

Las observaciones expuestas anteriormente llevan ver el problema existente, el cual pone de manifiesto la necesidad de que se eduque al estudiante en valores para que logre utilizar su tiempo libre satisfactoriamente. La sociedad actual ha caído en la problemática de pérdida de valores y esto se puede remediar mediante un currículo de

Educación Física bien integrado que ayude a la formación del estudiante desde edad temprana.

Cada individuo aprende a dirigir su conducta como resultado de su participación activa y consciente en diferentes situaciones educativas. Las mismas permiten al educador poder orientar el proceso de formación de la personalidad y de lo contrario se deja a que la misma se forme espontáneamente. Esta acción puede dejar al educando a merced de múltiples influencias contradictorias que a la postre lo pueden llevar a desarrollar actitudes, conductas y valores que muchas veces contrarias a lo el educador desea obtener. Basado en el currículo de Educación Física se puede aprovechar el tiempo libre para ofrecer educación en valores, lo cual justifica el desarrollo de esta investigación.

Propósito de la investigación

El propósito fundamental de esta investigación es documentar el tema sobre los valores, el cual se enfoca en la necesidad de utilizar el tiempo libre en forma constructiva, mediante el currículo de Educación Física.

Preguntas de investigación

Las preguntas formuladas para esta investigación son las siguientes:

1. ¿Qué factores impiden la educación del tiempo libre?
2. ¿Cuáles serían los valores de la educación en el tiempo libre?

Definición de términos

A continuación se definen los conceptos clave para esta investigación:

1. *Currículo/curricular*: En el sentido educativo, es el diseño que permite planificar las actividades académicas. Mediante la construcción curricular la institución plasma su concepción de educación. De esta manera, el currículo permite la previsión

de las cosas que hemos de hacer para posibilitar la formación de los educandos. El currículo es el proyecto que determina los objetivos de la educación escolar y propone un plan de acción adecuado para la consecución de los objetivos. Supone seleccionar, de todo aquello que es posible enseñar, lo que se va a enseñar en el entorno educativo concreto. El currículo especifica qué, cómo y cuándo enseñar y qué cómo y cuándo evaluar (Díaz, 1985).

2. *Tiempo libre*: Es aquel tiempo que la gente le dedica a aquellas actividades que no corresponden a su trabajo formal ni a tareas domésticas esenciales. Por lo general, el individuo decide realizar actividades no obligatorias, las cuales le producen placer (Gerlero, 2005).

3. *Uso del tiempo libre*: Es el que tiene cada persona cuando no tiene alguna obligación u ocupación en un tiempo determinado, y es aquí donde las personas suelen realizar actividades diferentes a su vida laboral cotidiana (García, Martínez y Torres, 2011).

4. *Educación del tiempo libre*: La educación del tiempo libre es un proceso de liberación que lleva a la persona a una actitud abierta, libre y comprometida con la construcción de su propia realidad. El fin del tiempo libre es la libertad (Mendo, 2000).

5. *Valores*: Es aquella cualidad humana por la que la persona se determina a elegir actuar siempre con base en la verdad y en la auténtica justicia; dando a cada quien lo que le corresponde (Arana & Batista, 2000).

6. *Educación Física*: Si se ve desde un punto de vista pedagógico, la EF puede ayudar a la formación integral del ser humano. Con su práctica se impulsan los movimientos creativos e intencionales y se manifiesta la corporidad a través de

procesos afectivos y cognitivos de orden superior. Además, se promueve el disfrute de la movilización corporal y se fomenta la participación en actividades caracterizadas por movimientos. De la misma manera se procura la convivencia, la amistad y el disfrute, así como el aprecio de las actividades propias de la comunidad (Palacios & Martínez, 2008).

Limitaciones

Este estudio es de tipo documental y se limitó a la búsqueda y análisis de literatura relacionada con el tema de estudio. Se realizaron búsquedas en textos, revistas profesionales e Internet. Hubo que extender la búsqueda a diferentes países, ya que en Puerto Rico no se han realizado estudios que ayuden en el proceso de documentación de este trabajo.

Delimitaciones

Se procedió a identificar y a analizar literatura sobre los temas de Educación Física, valores, obesidad, salud física, tiempo libre y currículo, entre otros.

CAPÍTULO II

REVISIÓN DE LITERATURA

Introducción

En este capítulo se presentará la revisión de literatura pertinente al tema *Perspectiva curricular sobre el uso del tiempo libre en la escuela elemental*. A través de la literatura revisada se pretende documentar aquellas dimensiones del currículo de Educación Física para la escuela elemental que de alguna manera impactan la adquisición de los valores necesarios para el desarrollo del individuo como un ser integral. El tiempo libre no es un fenómeno exclusivo de nuestros tiempos, existe desde que el hombre una vez cubiertas sus necesidades básicas, pudo volver la vista hacia lo que lo rodea y dedicar más tiempo al espíritu (Santana, 2004). El hombre establece una relación activa con el medio que lo rodea y recibe sus influencias de forma individual, es decir, interpreta la realidad objetiva de forma subjetiva (Llabreras, 2008).

Se enfocará mayormente en el uso satisfactorio del tiempo libre como una de las alternativas más apropiadas para lograr que los estudiantes logren aprender a manejar situaciones de riesgo. A estos efectos se toma como punto de partida la declaración de Torres & Arjona (s.f), quienes apuntan que es responsabilidad de la escuela transmitir una serie de conocimientos, valores y actitudes a todos sus integrantes, ya sean niños o niñas. Con el cumplimiento de esta responsabilidad se pretende que toda persona tenga la oportunidad de potenciar aquellos valores, actitudes y conocimientos que posibilitan un desarrollo integral de su personalidad. Con relación al aspecto pedagógico del tiempo libre, no hay cabida a una visión reduccionista y utilitarista de la educación para el uso del tiempo libre (Ospina, 2011). Esto significa que el uso del tiempo libre debe

ser considerado como un medio educativo. El uso constructivo del tiempo libre se puede describir también como un valor social ya que ayuda a la interacción de los estudiantes los unos con otros, a compartir con los demás, vinculación social y cooperación entre otras cosas (Cosme, 1998).

Marco Teórico

Generalmente cuando se habla del tiempo libre existe la tendencia a pensar en vagancia, inactividad o pérdida de tiempo. Sin embargo, ha habido muchos estudiosos que han dedicado sus investigaciones a ofrecer enfoques sobre lo que se entiende por ocio y tiempo libre. Uno de los autores que más ha abordado el tema es Munne (1992), quien ha desarrollado investigaciones, ha escrito libros y ha realizado revisiones literarias analizando este concepto en su relación con lo que significa tiempo libre. Según este autor, ni el ocio ni el tiempo libre significan vagancia, falta de acción o falta de laboriosidad, sino que consisten en una acción necesaria para que el ser humano pueda desarrollarse y crecer. El ser humano necesita su tiempo libre y sus espacios de ocio para poder llevar a cabo actividades sociales, de esparcimiento y de crecimiento personal Gerlero (2005).

Los seres humanos tienen un tiempo ocupado, a través del cual es obligatorio llevar a cabo determinadas acciones u obligaciones que se pueden denominar como: primarias, secundarias y fisiológicas según Munne (1992). En el tiempo libre, las personas no están sujetas a obligaciones y se mantienen desocupadas, pero no necesariamente tiene que convertirse en un ente no productivo. Durante el tiempo libre o el ocio, la persona puede dedicarse a aprender o a realizar actividades que no son obligatorias y que en su lugar les pueden causar satisfacciones y placer. La persona tiene completa libertad de seleccionar lo que desea hacer en este tiempo. El tiempo del

hombre puede clasificarse en dos grandes apartados: tiempo dependiente y tiempo libre (Cosme, 1998).

Las actividades que se realizan en el tiempo libre son por lo general satisfactorias y gratificantes y de la misma manera pueden ser formativas y educativas (Hernández & Morales, 2008). Cuando se ve el ocio y el tiempo libre con este enfoque, no se puede decir que el individuo sea holgazán o que esté perdiendo su tiempo, sino que está aprovechando este tiempo para realizar una labor agradable, pero no obligada.

Dumazadier, autor que se ha considerado a través del tiempo como un clásico para el estudio del ocio. Su contribución sobre las funciones que pueden realizarse sin caer en la holgazanería ni en la explotación (Dumazadier, 1998). Las mencionadas funciones son reconocidas como las 3 Ds e identificadas como: descanso, diversión y desarrollo de la personalidad. Si cada individuo aplica estas tres funciones a su situación individual logrará desarrollarse como un ser integral. Existe una tendencia a tratar el concepto ocio y tiempo libre como si fueran sinónimos, no obstante en las diferentes civilizaciones se les ofrecen enfoques diferentes. El tiempo libre consiste de el período disponible en el que se realizan actividades con poca o ninguna obligación. Por lo general se utiliza en actividades recreativas. La tarea de educar la utilización del tiempo, que los individuos aprecien la importancia de desarrollo, luchar por su mejor utilización, no son problemas simples.

Se ha comprobado que el tener más tiempo para realizar actividades de recreación no necesariamente significa que tendrás un mayor empleo de la misma (Santos, 2005).

A través de diferentes estudios han analizado las actividades del ser humano, tanto en sus labores obligatorias o trabajo, como en los aspectos de educación, ocio y

tiempo libre Rodríguez & Argulló (2002). Señalan ellos que las actividades de orden físico son primordiales en el proceso educativo por razones relacionadas con el desarrollo integral del individuo. Es importante propiciar, en y desde la institución educativa, actividades físicas con carácter lúdico en todo el sentido de la frase, trátense de programas recreativos, de formación deportiva, de aprendizaje cultural o actividades casuales. Hay que reconocer que la educación física esta llamada a cumplir un papel de vital importancia en todo lo planteado a través del currículo.

Según la Psicología social del ocio y tiempo libre se deben considerar tres aspectos fundamentales al hablar de estos temas. El primero consiste en el ocio o tiempo disponible o sobrante. En el segundo se considera el ocio como tiempo libre. Finalmente afirma Munné que el ocio no es sólo juego. En esta misma dirección se afirma que el ocio no se opone al trabajo, más bien establecen una relación ambigua, donde puede existir complementariedad, debido a que el ocio es ambivalente y multiforme. *Trasfondo Histórico*

En Grecia se utilizaba el sentido de ocio como estar desocupado, lo cual permitía a las personas tener tiempo para sí mismas, lo cual coincidió con el significado literal de “tiempo libre”. Si la persona tenía tiempo libre o disfrutaba de un estado de ocio, se entendía que no significaba estar desocupado, sino que tenía un tiempo para poder gozar de paz y contemplación creadora. Este período le permitía realizar actividades que le fortalecieran el espíritu (Gerlero, 2005).

En Roma, según Cicerón el ocio consistía en no trabajar, o sea, era un tiempo libre de trabajo (Hernández y Morales, 2008). Se podía considerar como un período que se daba después de un período de trabajo y la espera para volver a trabajar. Estos

autores citan a Cicerón, quien afirma el ocio y el tiempo libre no son un tiempo de ociosidad, sino que se usa para el descanso, el recreo y la meditación.

Durante la Baja Edad Media y comienzos del Renacimiento se encontró otro sentido del ocio. El tipo de ocio que surgió estaba inspirado en un espíritu lúdico clasista. El mismo consistió en la abstención de trabajo y en la dedicación a actividades elegidas libremente tales como la guerra, la política, el deporte, la ciencia o la religión. La vida ociosa era un indicador de una elevada posición social. En la Edad Moderna y de acuerdo a la conceptualización religiosa de Calvino, el ocio era considerado como un vicio personal y social. Se creía que el trabajo era productivo, pero que el ocio era destructivo (Hernández y Morles, 2008).

Más adelante, estos mismos autores revisan las diferentes concepciones del ocio a través de la historia y a partir de la Revolución Industrial. Este evento causó que se cerrara la brecha entre trabajo y ocio, sin dejar el más mínimo tiempo libre para el trabajador. Los períodos de trabajo aumentaron tanto para hombres como para mujeres y niños, sin permitir el descanso requerido para retomar otra jornada de trabajo.

En este estudio se observará el modelo de Dumazedier (1998), por entender que es el que mejor se acopla a la sociedad actual. Él le llama el Modelo de una sociedad basada en el tiempo libre. A través de la misma plantea que la sociedad tendería a desarrollar más días de ocio que de trabajo Pero no se vislumbra la posibilidad de una sociedad basada en el tiempo libre ya que se alargan los periodos de estudio; aumenta el tiempo de trabajo y desplazamiento. En el hogar aumentan las obligaciones y compromisos sociales.

Marco conceptual

En esta área de la investigación se incluirá el marco conceptual en el cual se incluirán básicamente las variables para este estudio. Las mismas se detallan a continuación y se definirán con el apoyo de la literatura sobre los diferentes temas.

Estudios sobre la Educación Física

De la Espriella (2003) llevó a cabo un estudio documental a través del cual enfatizó que los fines de la educación en general eran formar al estudiante para la promoción y la preservación de la salud y la higiene; la prevención integral de los problemas sociales relevantes; la educación física, la recreación, el deporte y la utilización adecuada del tiempo libre para fines de la educación.

Al hablar de la Educación Física y el ocio, el autor documentó que existe un reconocimiento histórico y universal que la Educación Física es uno de los medios más eficaces para que las personas logren a una mejor calidad de vida. Además afirmó que la EF puede conducir al individuo a un mejor funcionamiento del individuo y a una adaptación más saludable en el hogar y la familia. Igualmente señaló que a través de la EF y con el maestro como guía, las personas pueden obtener destrezas de mejoramiento social y de relaciones intrafamiliares constructivas. La educación para el ocio y el tiempo libre debe estar integrado en la EF como una estrategia para fortalecer la formación de un ser humano integral (De la Espriella, 2003).

Finaliza el autor afirmando que los educadores físicos tienen la gran responsabilidad de educar y formar a los estudiantes para que puedan manejar el ocio y el tiempo libre en forma satisfactoria. La EF es un espacio socializador que le permite al estudiante conocer y conocerse a sí mismos, pues un espacio social abierto a la integración. Hay que permitir a cada estudiante el desarrollo de la creatividad y la

imaginación, o sea, que no se dedicará solamente al desarrollo de las funciones motoras.

Otro elemento que enfatiza el autor es que no se puede tratar a todos los estudiantes de igual manera, ya que cada uno de ellos tiene unas destrezas y habilidades bien diferentes para aprender o para desarrollar sus destrezas. Cada estudiante es único e irrepetible y cada uno vive su propia realidad socio-cultural e igualmente cada uno tiene sus ventajas y limitaciones, por lo que la Educación Física debe facilitar el descubrimiento de este ámbito desde la escuela. El propósito de este tipo de educación es que el aprendiz tenga su proyección en la vida cotidiana, con los amigos, la familia, en el campo, la instalación deportiva, en la calle, durante toda su vida.

Arboleda. & Gavina (2009) desarrollaron un estudio cualitativo con enfoque de estudio de caso, mediante el cual quisieron conocer cómo los deportes, la recreación y la educación física lograban dinamizar los procesos de bienestar en la comunidad y “cómo éstas fortalecían la convivencia, que es uno de los pilares de los programas de Escuelas Populares del Deporte”. Los autores se enfocaron en investigar cómo la educación física, la recreación y los deportes mejoraban la convivencia entre los participantes.

Los educadores e investigadores se percataron de que a pesar de que existía una sana convivencia, esto no fue suficiente para evitar que aflorara el conflicto. Vivir en convivencia no significa solamente compartir un espacio físico, sino que tiene que ver con que las personas entiendan que deben reconocer la existencia de unas normas y convicciones que hay que aplicar para poder tener una vida conjunta con los demás, la cual se espera sea llevadera y en la que no se esperan enfrentamientos significativos (Arboleda & Gavina, 2009). Además, la convivencia requiere del respeto mutuo.

La aplicación de estudio de caso para esta investigación puede referirse a un grupo social, un individuo o un programa. Aquí se seleccionó el programa de EPD y se buscaba comprender las diferentes dinámicas generadas por los componentes de dicho programa para buscar la posibilidad de lograr la convivencia entre los miembros. Los participantes fueron seleccionados por los conocimientos, la experiencia, por su relación con los propósitos del estudio y por el grado de motivación demostrada. No se utilizó la representación estadística, debido a que se buscaba calidad y no cantidad (Arboleda & Gavina, 2009).

Los autores señalan que la recolección de la información se realizó durante el período entre agosto de 2006 y enero de 2008. La misma se llevó a cabo por observación de las diferentes clases. Se utilizó una Guía de Observación general, la cual describía los comportamientos de cada participante en el escenario correspondiente. En total fueron doce observaciones y un taller grupal con doce niños y niñas de los programas. Se realizaron once observaciones de clase y un taller grupal con doce niños y niñas pertenecientes a los diferentes programas de deportes.

Por lo general se considera el conflicto como algo negativo y difícil. Sin embargo, los estudiosos lo miran de una forma diferente, como un acto positivo y creador donde las personas implicadas tienen la oportunidad de adquirir características positivas y desarrollarse, ya sea como sujetos o como grupos (Cordero, 2004). No obstante, los estudiantes se arriesgan a ser excluidos del grupo por tener mal comportamiento.

Los hallazgos para este estudio han sido bastante acertados desde la perspectiva de que con un poco de presión y una disciplina agresiva, los estudiantes que están en el Programa de Deportes pueden conseguir un mejor comportamiento y pueden demostrar

que pueden evitar que por ser indisciplinados puedan perder la oportunidad de estar en el Programa. La práctica de los diferentes deportes puede ubicar a los estudiantes fuera del conflicto, evitar una exclusión y continuar demostrando que son capaces de exhibir un buen comportamiento en el momento necesario (Arboleda. & Gavina, 2009).

Estudios sobre valores

Gomes & Elizalde (2009) realizaron una revisión literaria mediante la cual identificaron algunos valores que se deben proveer en el tiempo libre para lograr desarrollar el ser integral que todos deseamos. Se observó anteriormente que la tendencia es educar para el trabajo, lo cual puede promover los valores de ser buen proveedor como jefe de familia, ser responsable de cumplir los procesos económicos de su país y mejorar la calidad de vida familiar mediante la economía. No obstante se están enfatizando valores negativos de la sociedad actual, tales como el capitalismo y el consumerismo.

Por otro lado, el trabajador ve el trabajo como una obligación y no como un escaño para su realización como ser humano. En el momento en que el ser humano se encuentra en esa encrucijada entre el deber y la obligación se queda indeciso, pues no logra internalizar que realmente, como persona, tiene derecho a un tiempo de esparcimiento físico y espiritual, afirman Gomes & Elizalde, (2009).

Aunque Gomes & Elizalde (2009) no hablan de el uso de la Educación Física como un instrumento para ocupar el tiempo libre, si hablan de la humanización del trabajo y el buen uso del tiempo libre. Para ellos es bien importante que cada persona tenga un tiempo de descanso luego de finalizado un período de trabajo. Al hablar de “humanizar” es importante recordar que este es uno de los valores que enfatiza la Educación Física, por lo que se presume que ambas expectativas guardan su relación.

También, Díaz-Aguado (1998), realizó un estudio que describe el intenso proceso de investigación-acción que se ha seguido para desarrollar y comprobar los Programas de Educación para la Tolerancia y Prevención de la Violencia, recientemente publicados en cuatro libros y dos vídeos. Programas que han demostrado ser eficaces tanto en prevención primaria, con los y las jóvenes que inicialmente no presentaban problemas especiales, en este sentido, como en prevención secundaria, con los y las jóvenes que inicialmente se encontraban en situación de riesgo (por identificarse con la intolerancia y la violencia). La investigación realizada sobre sus características refleja que suele tratarse de jóvenes con problemas de integración en el sistema escolar a todos los niveles (tareas, valores, profesores, compañeros...). Resultado que apoya la necesidad de luchar contra la exclusión también en el sistema escolar para prevenir la violencia. El estudio experimental realizado comparando a los y las jóvenes que participan en los programas con un grupo de control, similar al anterior pero que no participa, demuestran su eficacia para reducir el riesgo de recurrir a la violencia o ser su víctima, y para desarrollar la capacidad de adopción de perspectivas, la tolerancia y la comprensión de los derechos humanos. La valoración que realizan los profesores de educación secundaria refleja que los programas mejoran la integración de todos y todas en el colectivo de la clase, la calidad de la vida en la escuela y la competencia educativa del profesor.

Educación en valores, es participar en un auténtico proceso de desarrollo y construcción personal (Hoyos y Martínez, 2004). Una participación que en lenguaje educativo-, consiste en crear las condiciones pedagógicas y sociales para que esta construcción se lleve a cabo de forma óptima. Educación en valores, según sus autores, es

en cierta medida "pragmatizar" y "articular" en las relaciones sociales e institucionales aquello que se nos vienen diciendo desde la Filosofía moral, política y del derecho.

Por otra parte, Oraison (2005) expone en su obra, que la formación en ciudadanía, es un objetivo fundamental de los sistemas educativos nacionales, cuyos currículos, textos y marcos normativos institucionales se encargan de transmitir determinados valores, concepciones y estereotipos que conforman la noción individual y colectiva de ciudadanía (Oraison, 20005). En este libro, su autora pretende analizar de manera crítica los procesos nacionales en diversos contextos culturales, históricos y políticos.

Estudios sobre currículo

Ortiz & Torres (2009) desarrollaron una investigación sobre el currículo en Educación Física en España, donde por decreto legal se hace obligatoria la educación en general en la escuela primaria (6-12 años), esto incluyendo la Educación Física. A través de todas las revisiones curriculares que había desarrollado el Ministerio de Educación, siempre se han incluido detalles fundamentales sobre la necesidad de que todo estudiante de educación primaria reciba la Educación Física como uno de los pilares para su formación integral y para el mejoramiento de su aprendizaje académico.

Luego de diferentes revisiones curriculares basadas en decretos legales se encontró que los Programas Renovados referentes a la Educación Física estaban cumpliendo con requisitos de carácter fisiológico, higiénico y disciplinario. De otra parte se reafirmó la idea de los incontables beneficios pedagógicos con los que contaban la actividad física desarrollada bajo la dirección de un educador y con las guías correspondientes a una disciplina educativa con base legal, según hallazgos documentados de Ortiz & Torres (2009).

Este estudio concluyó que la Educación Física contribuye al logro de los diversos fines educativos en la educación primaria: la socialización, autonomía y aprendizajes instrumentales básicos. Igualmente, mejora las posibilidades expresivas, cognitivas, comunicativas, lúdicas y de movimiento. (Ortiz & Torres, p. 101).

Marco Curricular para la Educación Física

En este espacio se incluirá un breve comentario sobre el contenido del Marco Curricular para la Educación Física (2003). Este es un documento muy completo, el cual cubre los elementos más importantes sobre la formación del estudiante a través de sus diferentes programas. Los estándares de excelencia, por ejemplo, incluyen el desarrollo de los valores socio-culturales que necesita el estudiante para crecer sano y saludable, mientras está inmerso en un mundo que reta a la maldad y a la pérdida de valores humanizantes. Aunque los programas de E. F. se mueven en el ámbito escolar, no se pueden apartar del resto de la sociedad, sus valores, principios, necesidades y retos.

Es importante reconocer que el Marco Curricular es una guía, la cual no tiene un lugar único para ser aplicada. El maestro de E. F. aplica los estándares de excelencia, las metas y los conceptos básicos para ofrecer la formación que necesita y amerita el estudiante para formarse en forma integral y luego poder competir sanamente en el ambiente ajeno al aula y a la clase de E. F. Un ejemplo significativo es el relacionado con las actividades de movimiento que se repiten constantemente en E. F. ¿Por qué? Porque se ha comprobado científicamente que el movimiento ayuda a mantener la salud física, mental, emocional y espiritual de los individuos.

Otro aspecto del Currículo de E. F. que no se puede obviar es que los principios de desarrollo del mismo marcha a la par con los procesos de crecimiento y desarrollo

del estudiante, pues “involucra simultáneamente todas las dimensiones del ser humano” (p. 36). Por otro lado, esta es la asignatura que mejor se acopla a las diferencias individuales del estudiante, sobre todo en la aplicación de las Inteligencias Múltiples de Howard Gardner (1999). Aunque todos los seres humanos nacen con un potencial determinado para aprender, el ambiente es de gran significado para que se desarrolle este potencial y la E. F. es un excelente medio para lograrlo.

De otra parte, en las clases de E. F. el estudiante tiene la oportunidad de guiar su propio proceso de aprendizaje, además de que puede utilizar la tecnología en forma supervisada sin necesidad de que dirija su interés pedagógico hacia elementos tecnológicos no apropiados ni pertinentes a la asignatura. De igual manera, la E. F. puede ser integrada a las diferentes asignaturas curriculares y motivar la participación de las mismas. Por ejemplo, el maestro de E. F. puede lograr que aquellos estudiantes que no les gusta o que tienen dificultades con el idioma, el educador desarrollar actividades que le motiven sin causarle enfado.

Estudios sobre tiempo libre (y ocio)

González & Trigueros (2006) realizaron una investigación documental a través del cual identificaron las percepciones hacia la actividad lúdica de los estudiantes, los padres y los profesores con respecto a la Educación Física. También identificaron algunos factores que influyen en la ocupación del tiempo libre de los niños. A lo largo de todo el estudio se identificaron además, las potencialidades que tiene la Educación Física para educar en el tiempo libre.

La metodología utilizada se perfiló como una excelente, ya que se pensó en obtener las respuestas y los datos directamente de los participantes. Nadie puede ofrecer mejor información sobre el sentir de una persona que ella misma. Por este

motivo González & Trigueros (2006) utilizaron la entrevista a padres, educadores y estudiantes. En concreto, se llevaron a cabo 15 entrevistas semiestructuradas, en las que se entrevistó al profesor de Educación Física, cuatro padres y cinco madres, quienes estaban acompañados por sus respectivos hijos, estudiantes de educación primaria del colegio.

Fue sumamente significativa la aportación de todos los entrevistados en la descripción de cómo veían la actividad lúdica de la Educación Física en el tiempo libre. También aportaron grandemente a identificación de factores y situaciones que inciden en que los niños sientan el deseo de utilizar la EF para ocupar su tiempo libre. Entre las aportaciones se encontró que todos los participantes, de alguna manera estaban de acuerdo en que era necesario educar a las personas sobre el uso de su tiempo libre.

Con respecto a lo antes expuesto y siguiendo a González & Trigueros, se puede decir que actualmente los niños creen que usar bien el tiempo libre se limita a quedarse en casa en actividades de ocio pasivo, especialmente con vídeo juego que son muy llamativos y que contribuyen a que el individuo pierda la noción del tiempo y el espacio en que está ubicado. De otra parte, los estudiantes, niños aún, pueden llegar al punto de la enajenación mediante el tabaco, el alcohol, las bebidas alcohólicas y en otros casos hasta el uso de drogas fuertes.

Luego, la función del maestro de Educación Física sería, desde la niñez inculcar valores y hábitos que le proveyeran al niño para la correcta utilización del tiempo libre. Se pueden analizar e integrar valores individuales y sociales a partir de actividades lúdicas, lo cual contribuirá notablemente al desarrollo integral del niño en un proceso de educación permanente durante su tiempo libre (González & Trigueros).

Entre las conclusiones más significativas para este estudio de González & Trigueros, se encontró que la educación para el tiempo libre debe tener como objetivo capacitar para la vida y para su disfrute. La misma deberá dar importancia a las actividades físicas y a la recreación como los elementos básicos para el desarrollo integral del niño y de su educación. Desde otra parte, se debe educar a las personas para el ocio, mientras que solamente se pretende educar para el mundo del trabajo. La educación para el tiempo libre es la formación para la complejidad de la vida moderna con los rasgos sociales que requieren niños, jóvenes y adultos. Se identificaron estudios sobre currículo, valores, educación física.

En 1948, dentro de la Declaración Universal de los Derechos Humanos la ONU incluye el derecho al tiempo libre. Nos dice el artículo 24 que toda persona tiene derecho al descanso, al disfrute del tiempo libre, a una limitación razonable de la duración del trabajo y a vacaciones periódicas pagadas (Viganau, 1989).

La educación para el tiempo libre es una parte fundamental de la formación integral del hombre socialista, pues en este tiempo se realiza con gran eficacia la formación física, cultural e ideológica, se adquieren y se asimilan valores, normas de vida, opiniones y conocimientos, las cuales conforman la estructura de la personalidad. En nuestros días se ha afirmado en diversas ocasiones y no sin razón, que en aspecto del contenido del tiempo libre se halla uno de los campos de batalla más importantes a mediano y a largo plazo para la educación de la personalidad. El lograr un uso y disfrute adecuado del tiempo libre, unido a la comprensión de los individuos de las posibilidades que esto brinda para el desarrollo multilateral de su personalidad, no es una tarea privativa de una disciplina particular, sino por el contrario, depende de la

integración de diferentes ramas del conocimiento que aportan sus puntos de vista particulares.

La educación física ejerce influencia en la conducta voluntaria o intrínseca hacia la realización de actividades físicas en el tiempo de ocio (Hagger, Chatzisarantis, Barkoukis, Wang y Baranowski, 2005). Esto prueba que el estudiante valoriza las tareas aprendidas durante la clase y el esfuerzo del maestro. El efecto de la autonomía percibida apoyada en motivos autónomos en un contexto de tiempo de ocio fue suficientemente consistente en el estudio para sostener la hipótesis que apoyando la autonomía en el contexto de educación física puede promover motivos autónomos en un contexto diferente o relacionado (Hagger, Chatzisarantis, Barkoukis, Wang y Baranowski, 2005). La secuencia motivacional demostrada por el modelo trans-contextual es responsable para la traducción de apoyo a la autonomía en educación física dentro de motivos, intenciones y acciones en el tiempo de ocio desde un contexto de actividad física (Hagger, Chatzisarantis, Culverhouse y Biddle, 2003).

También, Rodríguez (2007) realizó un estudio con el objetivo de determinar el uso del tiempo en la práctica escolar y fue realizado en las Unidades Educativas adscritas a la Secretaría de Educación de la Alcaldía Metropolitana, en las cuales el Centro de Investigaciones Educativas TEBAS de la UCV, aplicó el proyecto Educación para la Ciudad. La metodología seleccionada partió de un enfoque multimodal, con énfasis en la orientación cualitativa y con base etnográfica. A objeto de determinar el promedio del tiempo utilizado en las unidades seleccionadas, se analizaron los datos con el programa de computación Statistical Packet for Social Sciences (SPSS). Para ello, se seleccionó un número representativo de 19 Instituciones, de las 97 adscritas a dicha entidad, donde se atiende a la Primera y Segunda Etapa de Educación Básica. Las bases

teóricas, consideran los planteamientos de destacados especialistas pertenecientes a las dos corrientes que interpretan el uso del tiempo en el aula; por una parte Neufeld (1992), (1999), Escolano (1992), de la corriente objetiva; y por otra parte, Hargreaves (1992, 1996,1999); Werner (1998), Husti (1992), Antunez (1996), de la subjetiva. En los resultados se muestra la interpretación de los registros etnográficos vaciados en la base de datos del Centro de Investigaciones TEBAS, denominada Folio Views, versión 4.2. En las consideraciones finales, se destaca la importancia del uso del tiempo en la práctica escolar, al cual debe asignársele un carácter flexible, adecuado a los intereses, necesidades y diversidad de los estudiantes.

Asimismo, Hermoso, García y Chinchilla (2010) realizaron un estudio con el objetivo validar el cuestionario creado para analizar la ocupación del tiempo libre de jóvenes y adolescentes, a través de la participación o no en actividades extraescolares una vez finalizada la jornada lectiva. En Extremadura, existe la posibilidad de elegir la modalidad de jornada escolar con actividades formativas complementarias (AFC) que comprende actividades lectivas en horario de mañana y actividades formativas complementarias en horario de tarde. En consecuencia, se podría afirmar que los escolares han visto incrementado su tiempo libre. En el estudio han participado escolares (n= 773) del tercer ciclo de educación primaria y de educación secundaria de diferentes centros públicos y concertados de Badajoz y Poblad. Se llevó a cabo un proceso de construcción, pilotaje y validación del cuestionario a través del análisis estadístico de los ítems, sometido a valoración por un grupo de expertos y prueba por el grupo experimental, cumpliéndose los requisitos de validez externa, expresados en la representatividad de la muestra de la población objeto de estudio, validez interna

equivalente al concepto de calidad de encuesta y validez de contenido expresado en el correcto diseño y elaboración del cuestionario definitivo.

Se realizó análisis como resultado de la reflexión iniciada con la jornada escolar continua, que supone un incremento del tiempo libre de los escolares (Hermoso, 2009). La utilización adecuada de este tiempo libre podría contribuir a combatir problemas graves que afectan a los escolares, como la obesidad asociada al descenso detectado en los niveles de actividad física y deportiva en adolescentes a edades cada vez más tempranas o la violencia en los centros educativos. En esta línea, los requisitos exigidos por la Junta de Extremadura (que financia el programa de AFC) para la selección y contratación de los profesionales encargados del desarrollo de las actividades revelan la orientación que se pretende otorgar a las actividades extraescolares, ya que se concede prioridad a las titulaciones de EF y deportiva, de mayor bagaje pedagógico que permitan un adecuado y correcto desarrollo de las actividades físico-deportivas extraescolares. El estudio se ha centrado en escolares con un rango de edad comprendido entre los 10-16 años en los diferentes centros públicos y privados concertados de Badajoz y sus Poblados. La selección de las unidades muestrales fue aleatoria simple. Las variables de estratificación de la muestra fueron: zona (9 zonas definidas en base a la Delegación Provincial de Educación de Badajoz), ciclo educativo (3er ciclo de primaria, 1er ciclo de secundaria y 2º ciclo de secundaria) y sexo. La asignación de la muestra fue proporcional al tamaño poblacional en cada variable de estratificación. El tamaño muestra total fue de 776 escolares de ambos géneros (387 hombres y 389 mujeres) cuyas edades oscilan entre los 10 y 16 años. Esto supone una validez en los resultados con un margen de error muestra de $\pm 3\%$ y un error de confianza del 95%. La fundamentación metodológica de la investigación objeto de

estudio está basado en la metodología de encuestas. Se llevó a cabo un proceso de construcción, pilotaje y validación del cuestionario a través del análisis estadístico de los ítems, sometido a valoración por un grupo de expertos y prueba por el grupo experimental, cumpliéndose los requisitos de validez externa, expresadas en la representatividad de la muestra de la población objeto de estudio, validez interna equivalente al concepto de calidad de encuesta y validez de contenido expresado en el correcto diseño y elaboración del cuestionario definitivo.

Factores de riesgo

En un resumen de investigación sobre factores de riesgo, Catalano and Hawkins (1995) identifican los siguientes antecedentes comunes en los casos de consumo de drogas, delincuencia juvenil, embarazo adolescente, consumerismo, deserción escolar y violencia: carencia extrema de recursos económicos, conflicto familiar, historia familiar de comportamiento problemático y dificultades en el manejo de la familia. Además, el abuso de drogas, la delincuencia y la violencia comparten todas las características de la vecindad donde vive el adolescente, lo cual sugiere que algunas vecindades ofrecen oportunidades concretas para desarrollar comportamientos problemáticos y brindan muy poco auxilio para evitarlos: esos vecindarios tienen leyes y normas comunitarias que favorecen actividades delictivas, consumo abusivo de drogas, adquisición de armas de fuego, amistades que muestran comportamientos inadecuados, padres con actitudes favorables para con el comportamiento problemático, y falta de unidad y organización entre los vecinos. En esas circunstancias, los jóvenes que luchan por tener identidad, destrezas y estilos de vida tienen acceso fácil a actividades consideradas como

inadecuadas por la sociedad, y tienen acceso muy restringido a actividades calificadas como positivas.

En el estudio realizado sobre las barreras limitantes en la participación de chicas adolescentes en actividad física, reveló entre los factores, los asuntos relacionados al cuerpo, la influencia de pares y padres, la falta de tiempo, la carga académica, la preocupación sobre seguridad, las percepciones negativas de maestros y amistades (Dwyer, Allison, Goldenberg, Fein, Yoshida y Boutilier, 2006).

Resumen

En este capítulo se presentó la literatura que ayudó a guiar y documentar la investigación. Mediante el desarrollo de este capítulo se dio la oportunidad de conocer el inmenso número de investigadores y estudiosos que de alguna manera aportaron para documentar este excelente tema en muchos de sus elementos. Entre estos se presentaron temas sobre Educación Física, tiempo libre, valores, currículo, además de un breve resumen sobre el Marco Curricular para la Enseñanza de la Educación Física en Puerto Rico. De ninguna manera se utilizó toda la literatura identificada. Cada uno de los estudios presentados correspondió a la documentación de un tema de interés para el estudio y para la investigación.

CAPÍTULO III

MÉTODOLOGIA

Introducción

La investigación tiene el propósito de explorar la perspectiva curricular sobre el uso del tiempo libre en la escuela elemental. Este capítulo expone la metodología usada en el estudio. La teoría utilizada para realizar este estudio fue la de Munne (1992), ya que este autor ha desarrollado investigaciones, ha escrito libros y ha realizado revisiones literarias analizando este concepto en su relación con lo que significa tiempo libre. Además, El propósito fundamental de esta investigación fue documentar el tema sobre los valores, el cual se enfoca en la necesidad de utilizar el tiempo libre en forma satisfactoria, mediante el currículo de Educación Física. Por último, las preguntas formuladas para esta investigación son las siguientes: ¿Qué factores impiden la educación del tiempo libre? ¿Cuáles serían los valores de la educación en el tiempo libre?

Diseño de la investigación

Luego de una visita a la biblioteca y la recopilación y análisis de documentos, el investigador ha determinado que la investigación es una exploratoria de corte documental. La investigación exploratoria, según Van Dalen y Meyer (1999) consiste en llegar a conocer las situaciones, costumbres y actitudes predominantes a través de la descripción exacta de las actividades, objetos, procesos y personas.

Una investigación documental es la que se basa en el estudio de “todo aquello en lo que ha dejado huella el ser humano” (Tena y Rivas Torres, 2005). Por esto, la investigación documental es localizable en diversas fuentes de información, las cuales

pueden ser instituciones, personas u objetos, que de forma directa o indirecta permitan al interesado obtener información para un mayor conocimiento del tema en cuestión (Valderrábano, Hernández, y Trujillo, 2002).

La investigación documental implica el análisis de documentos, por tanto, tanto lo personal como lo subjetivo hacen que el elemento cualitativo se vuelva característico en este tipo de investigaciones (Tena y Rivas-Torres, 1998). De acuerdo a Velia, García y Garza (2002), hay dos tipos de investigación documental:

1. Argumentativa (exploratoria): La misma, trata de probar que algo es correcto o incorrecto, deseable o indeseable y que requiere solución. Discute consecuencias y soluciones alternas, y llega a una conclusión crítica después de evaluar los datos investigados. Una vez que el tema ha sido seleccionado, el siguiente paso básico es generar preguntas sobre el mismo que puedan guiar la recolección de información significativa al desarrollar la investigación. Existe también el requisito de que el investigador tome partido o determine una postura personal sobre un asunto controvertido, que tratará de apoyar, o probar, con su escrito.
2. Informativa (expositiva). Es básicamente un panorama acerca de la información relevante de diversas fuentes confiables sobre un tema específico, sin tratar de aprobar u objetar alguna idea o postura. Toda la información presentada se basa en lo que se ha encontrado en las fuentes. La contribución del estudiante radica en analizar y seleccionar de esta información aquello que es relevante para su investigación. Por último, el estudiante necesita organizar la información para cubrir todo el tema, sintetizar las ideas y después presentarlas en un reporte final que, a la vez, sea fluido y esté claramente escrito.

El investigador, también ha determinado enfocar este estudio hacia un diseño no experimental, ya que el objetivo principal de este modelo es el de observar los fenómenos tal y como se dan en su entorno natural y consecuentemente analizarlos (Hernández et al., 2006). En esta investigación no se ha manipulado ninguna de las variables, únicamente se ha limitado a la revisión, descripción e interpretación de la información obtenida. Debido a que esta investigación es una documentada, no es necesaria la utilización de variables de estudio ni de muestra a consultar.

Descripción de la muestra

Se recurrirá a la obtención de información en fuentes primarias y secundarias. Primeramente, se consultarán fuentes primarias: libros, revistas y tesis de diferentes bases de datos. Por otro lado se consultarán fuentes secundarias, como las bases de datos en línea que proporcionarán resúmenes de artículos referentes al tema en cuestión.

Procedimiento y análisis

Una vez seleccionadas las fuentes bibliográficas más importantes, se llevará a cabo una revisión de la literatura sobre la perspectiva curricular sobre el uso del tiempo libre en la escuela elemental. Después se clasificará la información por temas y se crearán fichas de resumen en donde se resumirán las ideas más importantes de cada una de las fuentes consultadas, lo que permitirá una mejor organización de la información.

Con la información clasificada se llevará a cabo el procesamiento de la misma, el cual involucrará el parafraseo y el análisis concienzudo y personalizado de la información.

CAPÍTULO IV

HALLAZGOS

Introducción

La investigación tuvo el propósito de explorar la perspectiva curricular sobre el uso del tiempo libre en la escuela elemental. Esta investigación estuvo dirigida siempre por dos preguntas de investigación, ¿Qué factores impiden la educación del tiempo libre?, ¿Cuáles serían los valores de la educación en el tiempo libre? Las mismas se contestarán más adelante.

Hallazgos

Luego del análisis de literatura expuesto en esta investigación, se hallaron los siguientes puntos:

La observación diaria de los docentes y otros profesionales de la educación, en conjunto con las noticias publicadas a diario en los medios, indican que existe un conflicto de valores que no les permiten a los estudiantes adolescentes expresar en forma apropiada la forma en que van a utilizar su tiempo libre. El programa de educación física debe promover en sus egresados el uso constructivo del tiempo libre, tomando como base la formación de individuos con conocimientos sobre actividades físicas, destrezas motoras y valores para disfrutar de variadas actividades (Cosme, 1998).

Cada individuo aprende a dirigir su conducta como resultado de su participación activa y consciente en diferentes situaciones educativas. Las mismas permiten al educador poder orientar el proceso de formación de la personalidad y de lo contrario se deja a que la misma se forme espontáneamente. Esta acción puede dejar al educando a merced de múltiples influencias contradictorias que a la postre lo pueden

llevar a desarrollar actitudes, conductas y valores que muchas veces contrarias a lo que el educador desea obtener.

Por otro lado, uno de los autores que más ha abordado el tema de estudio es Munne (1992), quien ha desarrollado investigaciones, ha escrito libros y ha realizado revisiones literarias analizando este concepto en su relación con lo que significa tiempo libre. Según este autor, ni el ocio ni el tiempo libre significan vagancia, falta de acción o falta de laboriosidad, sino que consisten en una acción necesaria para que el ser humano pueda desarrollarse y crecer. El ser humano necesita su tiempo libre y sus espacios de ocio para poder llevar a cabo actividades sociales, de esparcimiento y de crecimiento personal Gerlero (2005).

Las actividades que se realizan en el tiempo libre son por lo general satisfactorias y gratificantes y de la misma manera pueden ser formativas y educativas (Hernández y Morales, 2008). Cuando se ve el ocio y el tiempo libre con este enfoque, no se puede decir que el individuo sea holgazán o que esté perdiendo su tiempo, sino que está aprovechando este tiempo para realizar una labor agradable, pero no obligada.

A continuación se presentan el análisis al fin de responder las preguntas de investigación.

1. ¿Qué factores impiden la educación del tiempo libre?

Entre la revisión encontrada se puede mencionar la investigación de González & Trigueros (2006), donde los autores realizaron una investigación documental a través del cual identificaron las percepciones hacia la actividad lúdica de los estudiantes, los padres y los profesores con respecto a la Educación Física. También identificaron algunos factores que influyen en la ocupación del tiempo libre de los niños. A lo largo de todo el estudio se

identificaron además, las potencialidades que tiene la Educación Física para educar en el tiempo libre. La metodología utilizada se perfiló como una excelente, ya que se pensó en obtener las respuestas y los datos directamente de los participantes. Fue sumamente significativa la aportación de todos los entrevistados en la descripción de cómo veían la actividad lúdica de la Educación Física en el tiempo libre. También aportaron grandemente a identificación de factores y situaciones que inciden en que los niños sientan el deseo de utilizar la EF para ocupar su tiempo libre. Entre las aportaciones se encontró que todos los participantes, de alguna manera estaban de acuerdo en que era necesario educar a las personas sobre el uso de su tiempo libre.

Con respecto a lo antes expuesto y siguiendo a González & Trigueros (2006), se puede decir que actualmente los niños creen que usar bien el tiempo libre se limita a quedarse en casa en actividades de ocio pasivo, especialmente con vídeo juego que son muy llamativos y que contribuyen a que el individuo pierda la noción del tiempo y el espacio en que está ubicado. De otra parte, los estudiantes, niños aún, pueden llegar al punto de la enajenación mediante el tabaco, el alcohol, las bebidas alcohólicas y en otros casos hasta el uso de drogas fuertes. Luego, la función del maestro de Educación Física sería, desde la niñez inculcar valores y hábitos que le proveyeran al niño para la correcta utilización del tiempo libre. Se pueden analizar e integrar valores individuales y sociales a partir de actividades lúdicas, lo cual contribuirá notablemente al desarrollo integral del niño en un proceso de educación permanente durante su tiempo libre (González & Trigueros, 2006). Entre las conclusiones más significativas para este estudio de González & Trigueros, se encontró que la

educación para el tiempo libre debe tener como objetivo capacitar para la vida y para su disfrute. La misma deberá dar importancia a las actividades físicas y a la recreación como los elementos básicos para el desarrollo integral del niño y de su educación. Desde otra parte, se debe educar a las personas para el ocio, mientras que solamente se pretende educar para el mundo del trabajo. La educación para el tiempo libre es la formación para la complejidad de la vida moderna con los rasgos sociales que requieren niños, jóvenes y adultos. Se identificaron estudios sobre currículo, valores, Educación Física.

Otro de los estudios que menciona factores lo es el de Catalano y Hawkin (1995). Los autores identifican los siguientes antecedentes comunes en los casos de consumo de drogas, delincuencia juvenil, embarazo adolescente, deserción escolar y violencia: carencia extrema de recursos económicos, conflicto familiar, historia familiar de comportamiento problemático y dificultades en el manejo de la familia. Además, el abuso de drogas, la delincuencia y la violencia comparten todas las características de la vecindad donde vive el adolescente, lo cual sugiere que algunas vecindades ofrecen oportunidades concretas para desarrollar comportamientos problemáticos y brindan muy poco auxilio para evitarlos: esos vecindarios tienen leyes y normas comunitarias que favorecen actividades delictivas, consumo abusivo de drogas, adquisición de armas de fuego, amistades que muestran comportamientos inadecuados, padres con actitudes favorables para con el comportamiento problemático, y falta de unidad y organización entre los vecinos. En esas circunstancias, los jóvenes que luchan por tener identidad, destrezas y estilos de vida tienen acceso fácil a actividades consideradas como inadecuadas por la

sociedad, y tienen acceso muy restringido a actividades calificadas como positivas.

Por otra parte, algunos problemas identificados por Ponce (1998) sobre la percepción del uso del tiempo libre son el no planificar las actividades apropiadas para este fin, lo que conllevaría el desperdicio de este tiempo tan valioso e importante. A este problema podemos sumarle la poca conciencia que existe en los puertorriqueños sobre los valores de la recreación y los beneficios de esta. La falta de iniciativa y creatividad sobre cómo invertir el tiempo libre, los problemas de actitudes e intereses de los ciudadanos de hoy en día y por último la tendencia a los juegos ilícitos como alternativos durante el tiempo libre.

Tabla 1. ¿Qué factores impiden la educación del tiempo libre?

Factores	Referencias
Videojuegos	González & Trigueros (2006)
Tabaco	
Alcohol	
Bebidas	
Uso de drogas fuertes	
Consumo de drogas	Catalano y Hawkin (1995)
Delincuencia juvenil	
Embarazo adolescente	
Deserción escolar	
Violencia	
No planificar las actividades apropiadas	Ponce (1998)
Poca conciencia sobre los valores de la recreación y los beneficios de esta.	
Falta de iniciativa y creatividad	
Problemas de actitudes e intereses	
Tendencia a los juegos ilícitos	

2. ¿Cuáles serían los valores de la educación en el tiempo libre?

Los estándares de excelencia, expuestos en el currículo de E. F., incluyen el desarrollo de los valores socio-culturales que necesita el estudiante para crecer sano y saludable, mientras está inmerso en un mundo que reta a la maldad y a la pérdida de valores humanizantes. Aunque los programas de E. F. se mueven en el ámbito escolar, no se pueden apartar del resto de la sociedad, sus valores, principios, necesidades y retos.

Otro aspecto del Currículo de E. F. que no se puede obviar es que los principios de desarrollo del mismo marcha a la par con los procesos de crecimiento y desarrollo del estudiante, pues “involucra simultáneamente todas las dimensiones del ser humano” (p. 36). Por otro lado, esta es la asignatura que mejor se acopla a las diferencias individuales del estudiante. Aunque todos los seres humanos nacen con un potencial determinado para aprender, el ambiente es de gran significado para que se desarrolle este potencial y la E. F. es un excelente medio para lograrlo.

Por otro lado, el ser humano vive en sociedad y su desarrollo depende de los valores, las prácticas, las relaciones e instituciones sociales en los que crece la persona. La persona, a través de sus experiencias, entra en contacto con valores de la cultura que son expectativas de la sociedad. Éstas se convierten en necesidades, intereses y capacidades que nos definen como seres humanos; definición relativa a ese grupo social. La dignidad y la solidaridad son valores universales que son fundamentales en la sociedad puertorriqueña. A partir de ellos se puede discriminar entre diferentes prácticas y relaciones humanas clasificadas como correctas o incorrectas, justas o injustas y éticas. Estos

valores son una necesidad del individuo que le facilitan organizar sus experiencias y orientar sus acciones de forma significativa para él dentro de la sociedad puertorriqueña.

El Programa de Educación Física tiene la responsabilidad de contribuir en este aspecto. Las experiencias de movimiento del currículo de Educación Física deben ser reales donde puedan poner en función aquellas prácticas que el individuo considere correctas por ser representativas de estos valores. El estudiante participará en actividades escolares y comunitarias de su selección. Partiendo de los propósitos que el ser humano tiene para moverse, dicha selección se apoyará en el significado que la actividad de movimiento tenga para el estudiante. En ello tendrá la oportunidad de participar activamente en la solución de diversas situaciones o problemas. Estas experiencias son necesarias para una convivencia social. A través de las actividades se desarrollarán las destrezas de interacción social. Por medio de éstas se fomentará el respeto a nuestro cuerpo, el amor al estudio y al trabajo, el esfuerzo colaborativo, la responsabilidad individual y colectiva, la ética deportiva, la tolerancia, la comprensión, el respeto y el fortalecimiento de nuestra cultura. La mejor manera de enseñar los valores propios de la disciplina, es moldeándolos y viviendo por ellos. La educación física es un estilo de vida y no una mera profesión. ¿Cuántos educadores físicos no hacen ejercicios, están sobrepeso u obesos y sus estilos de vida reflejan conductas de riesgo como fumar y consumir alcohol frecuentemente? La moraleja apunta hacia el hecho de que es más fácil vender los valores de la profesión cuando uno los modela, porque así transmite credibilidad. En la escuela elemental, a veces resulta más provechoso

que los estudiantes adquieran los valores de la profesión mediante el modelaje del maestro, que por la enseñanza directa. He aquí una gama de valores que se pueden trabajar, moldear e inculcar a través de las clases de educación física pedagógica y el deporte, y que son fundamentales para la vida en sociedad:

Valores sociales; valores que le facilitan al individuo comprender qué significa ser parte de un grupo o miembro de un equipo. Ejemplos: compañerismo, cooperación, responsabilidad y laboriosidad. Valores morales; posturas, parámetros y guías que le facilitan al ser humano distinguir el bien del mal. Ejemplos: respeto, honestidad, justicia e integridad. Valores intelectuales; posturas, parámetros y guías de razonamiento esenciales al autoevaluarse para ser un mejor ser humano. Ejemplo: objetividad, efectividad en la autoevaluación, consistencia al mantener ideales y posturas credibilidad, puntualidad, imparcialidad, racionalidad y creatividad. Valores estéticos; parámetros para reconocer lo bello y noble en uno mismo y en otros. Ejemplo: aprecio del arte, cortesía, serenidad y buenos modales. Valores personales; parámetros para reconocer elementos para mejorarse uno mismo como persona. Ejemplo: sociabilidad, ocio y recreación, asertividad, fe y humildad.

Tabla 2. ¿Cuáles serían los valores de la educación en el tiempo libre?

Valores	Referencias
Educación para el trabajo, lo cual puede promover los valores de ser buen proveedor como jefe de familia, ser responsable de cumplir los procesos económicos de su país y mejorar la calidad de vida familiar mediante la economía.	Gomes & Elizalde, (2009)
Humanización del trabajo	Díaz-Aguado, (1998)
Tolerancia y Prevención de la Violencia	Hoyos y Martínez, (2004)
Proceso de desarrollo y construcción personal	Oraison, (2005)
Formación en ciudadanía	

Discusión

La responsabilidad del tiempo libre recae en varias comunidades, como la familia, la sociedad y la escuela. Algarra afirma que la necesidad que los chicos tienen los lleva a unas aparentes paradojas. De acuerdo a esto se le debe proporcionar más libertades y estímulos. Crearles y organizarle actividades en su tiempo libre pero a la vez enseñándoles que deben ser más responsables. Facilitarle actividades más variadas, prepararle y sobre todo orientarles para que su tiempo libre sea uno constructivo. Crear conciencia y enfatizar que no solo es responsabilidad del maestro de Educación Física y si de todos los maestros concientizar a todos los estudiantes la importancia de la clase y los beneficios que conlleva el uso constructivo del tiempo libre. En estos inicios del siglo 21, Puerto Rico necesita más que en ningún otro momento histórico, una educación física enfocada hacia el desarrollo del ser humano. No obstante la cultura deportiva que domina la educación física pedagógica en Puerto Rico ha encausado la profesión en una dirección donde su verdadera contribución al desarrollo del ser humano ha sido marginada. Las dolencias sociales de Puerto Rico, y las necesidades de su gente, no son tanto de motricidad ni de deportes, sino de valores y formación. Esto no niega que la motricidad y el deporte tengan una participación importante en la educación física pedagógica. Simplemente, la motricidad y el deporte, no son los únicos componentes para desarrollar gente físicamente activa de por vida, ni la respuesta primaria a las necesidades de desarrollo social de este país.

Si el programa de educación física se dirige a capacitar a sus egresados para que sean personas físicamente activas, y utilicen su tiempo libre de manera constructiva, y la mayoría de la gente no es físicamente activa o invierte su tiempo libre en actividades que socialmente no se consideran constructivas; entonces hay duda

razonable sobre la efectividad de la profesión. Desde la perspectiva de agencias del gobierno debemos mencionar al Departamento de Recreación y Deportes tanto estatal como municipal quien administra complejos deportivos, canchas, pistas y capacita personal para impactar la sociedad en días libres y feriados. Quizás se desarrollan y planifican actividades pero si ellas no reciben la promoción vía prensa radial, escrita o televisiva las personas no se enterarán de las mismas.

CAPÍTULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Introducción

La investigación tuvo el propósito de explorar la perspectiva curricular sobre el uso del tiempo libre en la escuela elemental. Este capítulo presenta las conclusiones y recomendaciones luego de realizado el estudio. Saber si el programa de educación física puede influir al uso constructivo del tiempo libre, como se puede promover y fomentar el uso constructivo del tiempo libre.

Conclusión

La investigación realizada para explorar la perspectiva curricular sobre el uso del tiempo libre en la escuela elemental concluyó que:

1. La integración de estrategias sobre el uso del tiempo libre en el proceso educativo en la clase de Educación Física tiene un efecto positivo en el desarrollo de las destrezas básicas necesarias para preparar a los estudiantes.
2. La participación de los maestros y padres de manera activa en el proceso educativo tiene un efecto positivo en el desarrollo de los valores en los niños.
3. El desarrollo de valores en los niños es importante en el desarrollo de las destrezas básicas necesarias para preparar a los estudiantes en la escuela y comunidad.
4. El uso de herramientas educativas novedosas por parte de los maestros los capacita de manera efectiva en el involucramiento en los procesos educativos en los que estarán inmersos los estudiantes. De esta manera, se verá un cambio

positivo en el aprovechamiento académico y uso del tiempo libre de los estudiantes.

5. Es importante tomar en consideración las habilidades y capacidades individuales de cada estudiante en el proceso de planificación del proceso educativo.

La escuela debe proporcionar una gama de alternativas para desarrollar valores y buen uso de tiempo libre de cada quien, esta debe eliminar la percepción igualitaria de todos los alumnos. Debe poseer ambientes que permitan la concentración, realización de trabajos en grupo donde se pueda tener acceso a diferentes fuentes de información. Es decir, una visión más integradora de la persona del alumno, más pluralista de la mente, que reconoce muchas facetas distintas de la cognición, que tiene en cuenta que las personas tienen diferentes potenciales y estilos cognitivos.

Además, este estudio demuestra que los valores tienen un gran impacto en el aprovechamiento académico en estudiantes, pues luego de la literatura revisada se puede determinar que es un factor importante ya que integrando las expectativas y delimitando estrategias de enseñanza con valores, el aprovechamiento académico del estudiante será beneficiado.

Estos datos validan los resultados del estudio como herramientas fundamentales para el desarrollo de nuevas estrategias y avances tanto para estudiantes como para educadores.

Recomendaciones

1. Evaluar y crear centros que cumplan con los requisitos educativos basados en teorías y filosofías cónsonas a la realidad puertorriqueña.
2. Establecer en las comunidades y hogares lugares de estudios que permitan a los estudiantes tener un área adecuada para un desarrollo integral óptimo que incluya estrategias para el buen uso del tiempo libre y valores.
3. La participación voluntaria en los centros privados y públicos de Puerto Rico para involucrarse activamente en los procesos educativos de los estudiantes.
4. Dentro del marco escolar, se debe enfatizar en la educación de destrezas para el uso del tiempo libre. En este el tiempo libre debe incitar, estimular, iniciar e introducirse educando en las correspondientes normas de conocimiento.
5. Proporcionar los conocimientos y necesarias para ellos. Debe ofrecer, disponer, aconsejar y apoyar para que las personas usen constructivamente su tiempo libre.
6. Proteger, preservar y ejercer un influjo de transformación y mejora.

Resumen

Lamentablemente no existe una educación para el ocio efectiva contenida dentro del currículo escolar puertorriqueño según estadísticas de prensa. Para que esto ocurra se debe comenzar por diferenciar los conceptos de educación deportiva, educación física pedagógica y recreación entre los egresados al magisterio de educación física pedagógica. Es responsabilidad de la escuela y cuando hablamos de escuela nos referimos a toda su plantilla docente, enfatizar y fomentar en los estudiantes a participar de actividades recreativas constructivas (hábitos de lectura, estilos de vida activos y saludables, entre otros). Ofrecer orientación a los maestros de otras materias, sobre la importancia que tiene la educación física pedagógica para el desarrollo de los alumnos. Concienciar y fomentar no solo es responsabilidad del educador físico y sí de todos los docentes inculcar valores sobre los beneficios que conlleva el uso constructivo del tiempo libre en nuestra sociedad.

REFERENCIAS

- Antúnez S., (1996). *La Organización Escolar Barcelona*. Editorial Grao
- Arana, M. y Batista, N. (2000). *La educación en valores: una propuesta pedagógica para la formación profesional*. Recuperado en 11 de noviembre de 2007 de:
<http://www.campus-oei.org>
- Arboleda, V. y Gavina, D., (2009). El conflicto: aprendizaje para la convivencia o escenario para ejercer el poder de excluir como castigo: el caso de la Escuela Popular del Deporte en el corregimiento de San Cristóbal, Medellín, 2007-2008. *Revista Educación Física y Deportes*, 28(1): 29-38.
- Cordero, E. (2004). *Análisis de intereses recreativos de los estudiantes del nivel intermedio del distrito de salinas*. (Tesis inédita de maestría). Universidad Metropolitana, San Juan, P R.
- Cosme, I. (1998). *Uso del tiempo libre en la escuela secundaria y su impacto en los estudiantes*. (Tesis inédita de maestría). Universidad Metropolitana, San Juan, P.R.
- De la Espriella, F., (2003). *El educador físico, un educador para el ocio y el tiempo libre*. III Simposio Nacional de Investigación y Formación en Recreación. Vicepresidencia de la República / Col deportes / FUNLIBRE
Noviembre 27 al 29 de 2003. Bucaramanga, Colombia. Ir al texto
- Díaz, Á., (1985). *Didáctica y currículum*. México: Nuevo mar.
- Díaz- Aguado, M., (2004). *Prevención de la violencia y lucha contra la exclusión desde la adolescencia, en tres volúmenes y dos videos*. Madrid. Instituto de la juventud.

- Dumazedier, J., (1998). La importancia oculta del crecimiento del tiempo libre en la metamorfosis de la civilización. *Boletín del Centro de Documentación de Ocio*, 15.
- Dwyer, J., Allison, K., Goldemberg, E., Fein, A., Yoshida, K. y Boutilier, K. (2006). Adolescent girls' perceived barriers to participation in physical activity. *Adolescence*, 41 (161), 75-89. Retrieved Tuesday, November 8, 2006 from the Professional Development Collection database.
- Escolano, A., (1992) *Tiempo y Educación*. Notas para una genealogía del Almanaque Escolar. España. *Revista de Educación*, 238, pp. 55-79. Madrid
- Estado Libre Asociado de Puerto Rico. Departamento de Educación. Marco Curricular, Departamento de Educación Física (2003). Instituto Nacional para el Desarrollo Curricular.
- Fabelo, J., (2003). *Los valores y sus desafíos actuales*. Ciudad de la Habana: Editorial José Martí.
- García, N., Martínez, G. y Torres, D., (2011). Ocio y diversión. Recuperado en: <http://www.slideshare.net/ocio/uso-del-tiempo-libre>
- Gardner, H., (1999). Teoría de las inteligencias Múltiples. http://www.psicologia-online.com/infantil/inteligencias_multiples.shtml
- Gerlero, J., (2005). *Diferencias entre ocio, tiempo libre y recreación*. Primer Congreso departamental de recreación de la Orinoquia colombiana Villavicencio. Recuperado de: www.redcreacion.org/documentos/cmeta1/JGerlero.html
- Gómez, Ch. y Elizalde, R., (2009). Trabajo, tiempo libre y ocio en la contemporaneidad: Contradicciones y desafíos. *Polis, Revista de la Universidad Bolivariana*, 8(22): 249-26.

- González, J., (2009). Los retos de la familia hoy ante la educación de sus hijos: a educar también se aprende. *Actas del X Congreso Internacional Gallego-Portugués de Psicopedagogía*. Braga: Universidad de Minho.
- González, H. y Trigueros, (2006). ¿A qué jugamos? Una mirada hacia la actividad lúdica de los niños y las niñas desde sus percepciones, la de los padres y el profesorado de Educación Física. *Revista Digital Buenos Aires*, 10(92).
- Hagger, M., Chatzisarantis, N., Barkoukis, V., Wang, C. y Baranowski, J. (2005). Perceived autonomy support in physical education and leisure-time physical activity: a cross-cultural evaluation of the transcontextual model. *Journal of educational psychology*, 97 (3), 376-390.
- Hargreaves, A., (1996). *El Trabajo y la cultura de los profesores en la era de la postmodernidad*. Cap V. Madrid: Morata.
- Hargreaves, A., (1999). *Profesorado, cultura y postmodernidad. Cambian los tiempos, cambia el profesorado*. Madrid: Morata.
- Heagreaves, A., (1992). *El tiempo y el espacio del profesor*. Madrid: Morata.
- Hermoso, Y., García, V. y Chinchilla, J.,(2010). Estudio de la ocupación del tiempo libre de los escolares. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, nº 18, pp. 9-13
- Hermoso, Y., (2009). *Estudio de la ocupación del tiempo libre de la población escolar y su participación en actividades extraescolares*. Universidad de Málaga, Servicio de Publicaciones
- Hernández, S., Fernández, C. y Batista, L., (2003). *Metodología de la Investigación*, México, McGraw Hill.

- Hernández, A. y Morales, V. (2008). Una revisión teórica: ocio, tiempo libre y animación sociocultural. *Revista Digital*, 13(127).
- Hernández, S. R., Fernández, C. C. y Baptista, L. P., (2003) *Metodología de la Investigación*, México, McGraw Hill.
- Hoyos, G. y Martínez, M., (2004). ¿Qué significa educar en valores hoy? Octaedro, España.
- Husti, A., (1992). Del tiempo escolar uniforme a la planificación móvil del tiempo. *Revista de Educación*, 298. Madrid
- Llabreras, N. (2008). *Análisis del uso del tiempo libre de los estudiantes en el horario escolar y su impacto*. (Tesis inédita de maestría). Universidad Metropolitana, San Juan, P.R.
- Mendo, A. (2000). Acerca del ocio, del tiempo libre y de la animación sociocultural, en educación física y deportes. *Revista digital*, número 23.
- Mendoza, D., García, D. y Jaimes, C. (2010). Actividad física en el tiempo libre y auto percepción del estado de salud en Colombia. *EdocUR - Universidad del Rosario*. Recuperado de:
http://biblioteca.universia.net/html_bura/ficha/params/title/actividad-fisica-tiempo-libre-auto-percepcion-estado-salud-colombia/id/52214625.html
- Munne, F. (1998): *Psicosociología del tiempo libre*. México, Trillas.
- Neufeld, J. (1992) Curriculum refor and the time of care. *Currículo Journal*, pp 285-300. Citado por Hargreaves (1992). *El tiempo y el espacio del profesor*. Madrid: Morata

- Organización Mundial de la Salud (2010). *Obesidad y sobrepeso*. Recuperado de:
<http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/es>
- Ortiz, M. del M. y Torres, J. (2009). El currículo de Educación Física en la Educación Primaria. *Educación siglo XXI*, 27(1): 97-13.
- Ospina, L. (2011). Propuestas pedagógicas para el uso del tiempo libre en la escuela. Recuperado el 14 de noviembre de 2011 de:
<http://afide.inder.cu/PDF/AREA%201/TLR/TLR001.pdf>
- Palacios, L. y Martínez, C. (2008). Educación física y salud en la Educación Básica. *INDEXA* 1 (3): p. 43.
- Ponce, O. (2006). *Educación Física, Pedagogía, Tiempo Libre y Calidad de Vida: En Busca de la Efectividad Profesional*. Vega Baja, Puerto Rico: Ponce & Sons Publications.
- Rodríguez, J. y Agulló, E. (2002). Psicología social y ocio: una articulación necesaria. *Psicothema*, 14(1): 124-133.
- Rodríguez, M. (2010). Sobrepeso y obesidad: Un enfoque comunitario. Recuperado de:
<http://www.salud.gov.pr/actividades/Documents/TemaIIIaSesion8-Guias.pdf>
- Rodríguez, N. (2007). Qué pasa en las aulas escolares. Caracas: UCV, Facultad de humanidades y educación.
- Román- Cao, E., & Herrera Rodríguez, J. (2010). Aprendizaje centrado en el trabajo independiente. Educación y Educadores.
- Santana, F. (2004). *Usos del tiempo libre en estudiantes de escuela secundaria en el sector privado y su impacto*. (Tesis inédita de maestría). Universidad Metropolitana, San Juan, P.R.

- Santos, F. (2005) *Usos del tiempo libre en estudiantes de escuela secundaria en el sector privado en el municipio de Trujillo Alto*. (Tesis inédita de maestría). Universidad Metropolitana, San Juan, P.R.
- Tena, A. y Rivas-Torres, R. (2005). *Manual de investigación documental: elaboración de tesinas*. México: Plaza y Valdés, S.A. de C.V.
- Torres, G. y Arjona, M. del C. (s.f.). Coeducación. *Temas Transversales del Currículum, 2*: (77-154).
- Valderrábano, M., Hernández, R. y Trujillo, M. (2002). *La investigación documental*. Recuperado de: <http://www.umcc.cu/pe/Educ.%20Univ%202004/LA%20INVESTIGACION%20DOCUMENTAL.doc>
- Van-Dalen, D. y Meyer, W., (1999). *Manual de técnica de la investigación educativa*. Editorial Limusa, México
- Velia, M., García, M. y Garza, Y., (2002). *Guía para la Investigación Documental*, Ed. Trillas
- Viganau, A. (1989). Tiempo libre: La cultura del ocio. (Vol. 3 No. 1). *Tiempo Libre*. Publicación oficina del centro de estudios del tiempo libre Inc. (CETIL).
- Werner W. (1988) Program implementation and experiences time. *Alberta Journal of Educational Research*, 34(2) ,90-108.citado por Herargraves A, Earl Lorna y otros (2001). *Aprender a cambiar*. Editorial octaedro, Barcelona: España.

Anejos 1

Planilla de recolección de datos

Anejo 1. Planilla de recolección de datos

¿Qué factores impiden la educación del tiempo libre?

Autor	Año	País de Publicación	Tema

Anejo 2

¿Cuáles serían los valores de la educación en el tiempo libre?

Anejo 2. ¿Cuáles serían los valores de la educación en el tiempo libre?

Autor	Año	País de Publicación	Tema