

UNIVERSIDAD METROPOLITANA
RECINTO BAYAMON
FACULTAD DE EDUCACIÓN
PROGRAMA GRADUADO DE EDUCACIÓN

ANALISIS DEL USO DEL TIEMPO LIBRE DEL LOS ESTUDIANTES
EN EL HORARIO ESCOLAR Y SU IMPACTO

Trabajo sometido como requisito para el grado de Maestría en Educación, con especialidad en la Enseñanza de Educación Física Secundaria.

Por:

Noel Llabreras González

Diciembre de 2008

Copyright © Noel Llabreras González 2008

DEDICATORIA

Esta investigación se la quiero dedicar a varias personas que han impactado mi vida y me han dado el apoyo e inspiración necesaria para lograr este trabajo que me ha representado mucho esfuerzo, sacrificio y dedicación.

Primero se lo dedico a Dios que me dio la vida, el conocimiento y la fortaleza para lidiar con todos los tropiezos que he tenido en la vida. Se lo dedico, además, a mis padres, Noel Llabreras Santiago y Carmen González Cotto, quienes desde muy pequeño me inculcaron la importancia de la educación para labrarme un mejor futuro y a que tratara de ser siempre un mejor ser humano, nunca darme por vencido a pesar de las adversidades y dar lo mejor de mí. Ellos han sido mi inspiración y apoyo y son las personas que más han percibido los esfuerzos y sacrificios que conlleva lograr este trabajo. Con este logro espero servir de inspiración a mis hermanos menores que continúan estudiando y prosigan sus estudios y alcancen todas sus metas y sueños, además servir de ejemplo y llenarme de orgullo ser la primera persona que logra tan alto nivel de educación de tan numerosa familia que provengo.

AGRADECIMIENTOS

El obtener logros y alcanzar metas, que una vez parecían inalcanzables, se lo debo a muchas personas que, de una manera u otra, influenciaron en mi vida.

Es por ello que quiero reconocer a todas las personas que de una forma u otra contribuyeron a que el empeño y el entusiasmo me ayudaran a adquirir disciplina, dedicación, perseverancia y responsabilidad. Los Profesores de mi maestría, Marta Amaral, mentora y consejera, Prof. Mariano Santini, Prof. José Betancourt, Dr. Miguel Albarran, quienes brindaron de sus conocimientos impartiendo el pan de la enseñanza durante este trayecto para que obtuviera el conocimiento y lograr este trabajo. La Prof. Ángela León de la Escuela Dr. Efraín Sánchez Hidalgo de Toa Baja, quien a pesar de que le llevaba siempre los borradores tardes me ayudaba en la corrección de los errores en gramática, el Prof. Marcos Rivera de dicha escuela por las aportaciones, consejos brindados durante este duro trayecto. Por último y no menos importante la Srta. Zugeiry Santos quien aprecio, respeto y quiero como hermana, fue la única de tantos amigos que dio de su tiempo para estar largas horas en la Universidad a mi lado. Es una bendición el contar con amistades como usted.

Para todos, mi más cordial gratitud.

Sumario

En este trabajo se ha realizado una investigación acerca del el uso del tiempo libre de los estudiantes durante el horario escolar y que impacto tiene en los estudiantes. Luego de revisar extensamente varias literaturas donde se analizaban el uso del tiempo libre de los estudiantes en las escuelas se realizo un estudio de varios artículos. Las muestras estaban compuestas por sujetos de ambos géneros, que comprendían de las edades de 14 a 18 años.

El trabajo esta dividido en cinco capítulos. En el primero se presenta una introducción acerca de lo que es el tiempo libre, la importancia del tiempo libre, la justificación del estudio y preguntas de investigación y la definición de términos. En el segundo capitulo se hace una revisión de la literatura. Toda la información obtenida mediante recopilaciones e investigaciones en temas referente al estudio. El capitulo tres presenta la metodología, los participantes de los estudios, los instrumentos y procedimientos que realizaron los investigadores para llevar a cabo las investigaciones y los análisis de datos, de todas las investigaciones. Los capítulos cuatro y cinco discuten los resultados, discusiones de las investigaciones y las recomendaciones.

TABLA DE CONTENIDO

	PÁGINA
DEDICATORIA.....	IV
RECONOCIMIENTOS	V
SUMARIO	VI
CAPÍTULO I: INTRODUCCION	1
Planteamiento del problema.....	1
Objetivo.....	3
Justificación.....	4
Preguntas de investigación.....	5
Definición de términos.....	6
CAPÍTULO II: Revisión de Literatura.....	7
CAPÍTULO III: METODOLOGIA	
Participantes.....	17
Instrumento.....	18
Análisis de Datos.	18
CAPITULO IV: RESULTADOS.....	19
CAPITULO V: Discusión, Conclusiones y Recomendaciones.....	20
Discusión.....	20
Conclusión.....	21
Recomendaciones.....	21
Referencias.....	23

CAPITULO I

Introducción

Este trabajo consiste en investigar el uso del tiempo libre de los estudiantes durante el horario escolar y que impacto tiene en los estudiantes. El programa de educación física debe promover en estos jóvenes 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). Además debe brindarle experiencias educativas, a través del movimiento, de tal manera que estos jóvenes puedan aumentar sus capacidades, entendimiento y actividades positivas que conduzcan al desarrollo de un individuo activo y consiente de mantener una calidad de vida saludable.

Por tal razón este estudio va enfocado a estudiar los intereses recreativos de los estudiantes. Y así saber si el programa de educación física puede influir al uso constructivo del tiempo libre. Esto es importante ya que los estudiantes pasan más tiempo en las escuelas y por ende las escuelas pueden fungir como agencias socializadoras, donde se transmiten los valores sociales deseados a sus estudiantes. 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).

El tiempo libre se conoce como el conjunto de ocupaciones a las cuales el individuo se entrega con plena aceptación para descansar, divertirse o desarrollar su formación desinteresada, su participación social y voluntaria, después de ser liberado de las obligaciones profesionales, familiares y sociales (Vignau, 1989). El tiempo libre provee la oportunidad para que el ser humano se involucre con una gran diversidad de actividades. Un sentido de la vida puede ser descubierto tal vez con más facilidad en el espacio social que llamamos tiempo libre (Cosme, 1998). El tiempo libre constituye un espacio social de creciente importancia en donde existe, tal vez, la mayor oportunidad para generar situaciones de todo tipo y así contribuir decisivamente a la percepción de calidad de vida de una persona.

De los mayores retos que encaran actualmente las agencias socializadoras es encausar el excedente de capacidad productiva hacia la satisfacción y necesidades no materiales de las personas mejorando así la calidad de su vida y estimulando el desarrollo de sus potenciales (Ponce, 1998). Según Ponce (1998) la problemática del hombre actual puede estar originada en un sentimiento de frustración ante la vida, de vacío interior y son expresadas en conductas agresivas, en crímenes y adicciones a las drogas.

Por lo tanto las escuelas tienen como parte de su misión educar a los niños en el uso contractivo del tiempo libre y aportar valores sociales. El tiempo libre es un indicador de desarrollo social de un país (Kraus, 1990). De la manera que la gente invierte su tiempo libre impactara la calidad de vida de sus ciudadanos. En su tiempo libre personas pueden involucrarse en forma de recreación que facilita su desarrollo físico, mental y emocional. Estas actividades de tiempo libre proveen a las personas la oportunidad de compartir con amigos y familiares. Esto ayuda a establecer lazos de amistad y de compañerismo que contribuyen a mejorar la calidad de

vida social y familiar. En cambio el mal uso del tiempo libre puede llevar a formas de recreación no constructivos para el individuo y de la sociedad. Ejemplo de estos, lo son el consumo de drogas, alcohol y el juego ilícito (Ponce, 1998).

El uso constructivo del tiempo libre depende de dos elementos, los recursos disponibles para su uso (dinero, programas facilidades) y los conocimientos, destrezas y la motivación para utilizarlo (Ponce, 1998). De estos dos elementos las destrezas y la motivación ejercen mayor influencia en la forma en que los estudiantes emplean su tiempo libre en las escuelas. Los recursos pueden estar disponibles pero como la gente los utilice dependerá de los conocimientos y destrezas que posean para usarlos. Estos conocimientos son adquiridos a través de la educación (Ponce, 1998). Para poder promover el uso constructivo del tiempo libre es necesario entender como los estudiante de las escuelas superiores utilizan su tiempo libre, que actividades realizan en este periodo de tiempo libre, saber que actividades les ofrece el programa escolar, con que facilidades cuentan estos planteles y que efectos tiene la educación sobre el estudiantado.

Objetivo

El objetivo de este estudio es investigar que hacen los estudiantes durante su periodo de tiempo libre durante el horario escolar. Determinar si estos pasan su tiempo libre en actividades constructivas y beneficiosas para ellos. La escuela tiene la responsabilidad sobre las actividades de los estudiantes realizan durante su tiempo libre. Finalmente como a través de la clase de educación física se puede educar sobre el uso constructivo del tiempo libre.

Justificación

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). A través de nuestra vida nos enfrentamos con situaciones en las que debemos tomar decisiones importantes y trascendentales. En ocasiones esta toma de decisiones se ve afectada e influenciada por la presión de grupo y de las amistades más cercanas por lo que terminan realizando actividades que no necesariamente son de nuestro agrado.

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 como invertir el tiempo libre, los problemas de actitudes e intereses de los ciudadanos de hoy en día y por ultimo la tendencia a los juegos ilícitos como alternativos durante el tiempo libre.

Las facilidades escolares y las actividades que se ofrecen tienen aceptación diversa entre los estudiantes. Ahí entra la responsabilidad de la escuela y nosotros como educadores, en proveerles oportunidades no solo deportiva para que estos no salgan a buscar alguna actividad o distracción que los divierta o relaje fuera de la escuela. Por ende es que comienzan los problemas, que invierten su tiempo libre en algo que no es constructivo (Santos, 2005). Si como educadores y profesionales de la recreación se desea promover el uso constructivo del tiempo libre, es fundamental investigar acerca de que intereses recreativos tendrán los estudiantes del nivel intermedio y como el programa de educación física impactarían esos intereses.

Este estudio es importante para que el programa de educación física programe sus actividades extracurriculares en actividades más recreativas que competitivas. A su vez creara una mejor calidad de vida estudiantil, por el cual satisfarán sus necesidades e intereses recreativos de la mejor manera posible. Adicional le permite a la escuela la oportunidad de canalizar en actividades constructivas, en el tiempo libre de los estudiantes para crear una mejor conciencia en ellos sobre los beneficios al utilizar bien su tiempo libre y a mejorar la programación curricular de actividades y facilidades en las escuelas. El impacto de esto a largo plazo recaerá en ciudadanos más felices y saludables en una mejor calidad de vida.

Preguntas para la investigación

1. ¿Qué actividades realizan los estudiantes en las escuelas durante su tiempo libre?
2. ¿Qué impacto tienen estas actividades en los estudiantes?
3. ¿Qué valores transmite la escuela a sus estudiantes sobre el uso constructivo del tiempo libre?
4. ¿Qué actividades o facilidades les ofrece la escuela para mantener al estudiante en la escuela?

Definición de términos

1. Tiempo libre- Tiempo disponible luego de que se ha cumplido con las obligaciones de carácter biológico, social y económico. (Marco Curricular del Programa de Educación Física)
2. Recreación- cualquier actividad que tiene como finalidad proporcionar un descanso al individuo, apartándolo de las actividades rutinarias
3. Ocio- Es la porción de tiempo que un individuo no dedica al trabajo o que no está relacionada con las responsabilidades del trabajo. (Marco Curricular del Programa de Educación Física)
4. Educación Física- asignatura escolar que el fenómeno del movimiento humano en sus múltiples expresiones: bailes, deportes, juegos, actividades en la naturaleza, actividades culturales y otras. (Marco Curricular del Programa de Educación Física).

CAPITULO II

REVISION DE LITERATURA

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 mas tiempo al espíritu (Santana, 2004). A raíz de este hecho, encontramos las primeras manifestaciones de cultura, reflejo de la trascendencia del hombre. La importancia que ha dado la humanidad al tiempo libre, ha variado según las circunstancias y la filosofía de la época. Se han llevado a cabo estudios sobre la utilización del tiempo libre en relación con diversas investigaciones sociales tales como: el uso del tiempo libre y la adaptación al cambio social, que facilita tanto la integración social, como la delincuencia; el ocio como fuente de status, el tiempo libre y la productividad; y turismo y el tiempo libre, entre muchos otros.

En 1948, dentro de la Declaración Universal de los Derechos Humanos, la ONU (citado por Vignau, 1989) incluye el derecho al tiempo libre. El artículo 24 nos dice 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 (Ponce, 1998). La vida del hombre esta íntimamente relacionada con el concepto tiempo. Es el recurso no renovable mas valioso y constituye la materia de la que esta formada la vida. El tiempo del hombre puede clasificarse en dos grandes apartados: Tiempo Dependientes y Tiempo Libre (Cosme 1998). El primero comprende el tiempo dedicado al trabajo productivo; a la satisfacción de las necesidades biológicas (sueños, comidas, aseo personal) a las necesidades sociales (obligaciones que la organización social impone a la persona.

El trabajo ocupa gran parte de la vida del hombre y es determinante de la cantidad de tiempo libre disponible y de tipo de actividades que se desean desarrollar en ese tiempo. El sociólogo francés Joffre Dumazeidier define el tiempo libre como el conjunto de ocupaciones a las cuales el individuo se entrega con plena aceptación para descansar, divertirse o desarrollar su formación o su información desinteresada y su participación social y voluntaria, después de ser liberado de las obligaciones profesionales, familiares y sociales.

De acuerdo a sus funciones, el tiempo libre se divide en tiempo de ocio, tiempo de recreación y tiempo dedicado al desarrollo personal. Estas tres funciones no son excluyentes, al contrario se dan simultáneamente, en mayor o menor grado. Las personas pueden utilizar su tiempo libre de la mejor forma que ellos creen que es mejor para ellos. Pero puede estar influenciada por varios factores que incluyen desde la oferta recreativa, tomando en consideración su calidad, efectividad y las posibilidades de participación los hábitos de vida y formas de concebir sus ratos de ocio.

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. A esto no se escapa la percepción de la categoría tiempo libre, la cual deviene para el individuo una condición interna, subjetiva. Por lo tanto el uso constructivo de este depende de los gustos, ideales y necesidades de cada uno. Los intereses y necesidades pueden ser variados o a la inversa, estos precisamente no se logran de forma automática, si no a través de un proceso educativo.

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). Ni tener una variedad y ofertas ricas en contenido de recreación garantizara las necesidades e intereses hacia esas ofertas. Debemos lograr en los individuos la capacidad de organizar y emplear el tiempo libre en todas sus funciones: la de entretenimiento, diversión, reposición de fuerzas psíquicas y físicas, así como la de desarrollo de personalidad, funciones no divorciadas entre sí.

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 conocimientos, las cuales conforman la estructura de la personalidad (Santana, 2004). En nuestros días se ha afirmado en diversas ocasiones y no sin razón, que en el aspecto del contenido del tiempo libre se halla uno de los campos de batalla mas importantes a mediado y a largo plazo para la educación de la personalidad. El lograr que las personas utilicen y disfruten adecuadamente el tiempo libre y los beneficios de este, no necesariamente proviene de una disciplina particular, sino por el contrario, depende de la unión de diferentes ramas del conocimiento que aporten para que las personas tomen conciencia del beneficio del uso constructivo del tiempo libre (Condes, 1996).

Sistematizar la actividad física y el mundo de la animación en el tiempo libre, bajo unos principios de reglamentación dirigida o exclusivista en su diseño, sería un error craso. El usar el tiempo libre, te libera de todas las ataduras diarias, te lleva a una plena satisfacción interna, que te hace sentir libre, como dice Loux “único dueño del universo” o dueño de si mismo. La vida actual se caracteriza por la búsqueda permanente del tiempo libre, debemos procurar en todo momento el aprovechamiento sano y positivo de ese tiempo libre; pero la carencia de vivencias recreativas experimentadas anteriormente, hacen del ser humano una presa fácil para los medios comerciales masificantes, transformando las tendencias humanas de juego, exploración, movimiento y dinámica, en abandonados relajamientos, cómodos y confortables, pero que en nada contribuyen al verdadero desarrollo del ser feliz (Linares, 1998).

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 mas variadas, prepararle y sobre todo orientarles para que su tiempo libre sea uno constructivo.

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. Proporcionar los conocimientos y necesarias para ellos. Debe ofrecer, disponer, aconsejar y apoyar para que las personas usen constructivamente su tiempo libre. Por ultimo proteger, preservar y ejercer un influjo de transformación y mejora.

El adolescente, teóricamente, se encuentra en una fase de valoración y organización de sus vivencias. A los intereses morales, sociales y religiosos, suceden de los de racionalidad dialéctica y filosóficos, pero hemos de tener en cuenta el aspecto emotivo de esta época que domina la percepción exterior y la construcción interior, en la que no armonizan mente y emoción, triunfando los deseos inmediato sobre la tendencia a organizarse. Estos aspectos generales y bastante teóricos no deben ocultar la gran dificultad que existe para conocer los intereses del adolescente, concretos en el tiempo y, a menudo inestables, imprecisos y desdibujados, aunque los teóricos afirman que la inestabilidad en esta edad es signo de salud, por lo que no tiene nada de sorprendente e inquietante (Macazaga, 1989) Los intereses del adolescente convergen en su propia persona, Es su cuerpo, considerado como fuente de actividad con sus posibilidades y limitaciones y la búsqueda de su propia identidad, quien acapara toda su atención.

El adolescente es muy sensible a la crítica preocupante de su autoestima disminuida, con el consiguiente daño para el equilibrio general de la identidad. Por ello es muy importante conocer al estudiante, saber cuales son sus expectativas, ya que todo esto es de gran importancia para el.

El escolar considera el estudio como su trabajo actual y lo acepta como un grado de interés que varía: depende del profesor y características del alumno. El profesor debe motivar al alumno hacia una materia concreta. El alumno incluso dentro de una misma materia se siente más atraído por un tema concreto. La educación física como sistema de educación obligatorio no es una excepción, es aceptada por unos con un mejor o peor grado que otros. El profesor ve como el deporte en cualquier de sus formas progresa dentro de nivel de intereses académicos del alumno según avanza la edad de este.

A medida que el ejercicio físico decae como necesidad fisiológica de las primeras edades escolares, aumenta la necesidad del deporte-relación, deporte-competición, usando el educador el deporte como medio para la obtención de los objetivos buscados. Vemos pues el deporte puede ser utilizado por la educación física como medio. Pero la vida del estudiante no está circunscrita exclusivamente en el estudio, se prolonga fuera de las aulas, colegios y los intereses del alumno rebasan lo puramente académico.

Uno de los intereses extraescolares, es el grupo o la pandilla como principal objeto de intereses. El grupo deportivo cumple las exigencias de relación social buscada por el joven, brindándole la ocasión de sentirse útil e integrado, lo que representa la aceptación social. La práctica satisface necesidades primarias de identificación con su propio "yo" y de justificación social dentro de su propio mundo y el de sus mayores. El deporte como actividad física, lúdica, competitiva, educativa y compensatoria de otros quehaceres cotidianos, entra de lleno en el mundo de intereses escolares y extraescolares del alumno.

El tiempo de ocio es aquel empleado en no hacer nada, pero un no hacer nada consciente, libremente escogido, diferente del tiempo de descanso necesario para la recuperación de las fuerzas físicas, comprendido ya dentro del tiempo dependiente. Las características de este ocio son: la poca atención que se pone a lo que nos rodea, la lentitud de movimientos y la contemplación de algo que generalmente pasamos por alto. Es un tiempo sumamente valioso que de dar a lugar a la meditación, a la introspección productiva, al conocimiento de nosotros mismos y al asombro ante las maravillas del universo que día a día nos pasan inadvertidas, precisamente por no contar con un tiempo específico para su contemplación. Es el ocio la gozosa actividad de la no-actividad, la contemplación silenciosa, lucida y aceptadora de la realidad y el misterio del mundo, la pausa en el trabajo que, levantándose sobre el mero descanso, levanta el funcionario a la plenitud de su condición de hombre (Vignau, 1989) llama a este ocio, la base de la cultura y en este sentido, está íntimamente relacionado con la fusión del desarrollo personal.

Es muy importante sin embargo, no confundir el ocio con la ociosidad, entendiéndose por esta el exceso de no hacer nada, que se debe a la falta de deseo de entregarse a alguna actividad. Se diferencia del ocio en que este último tiene una finalidad o propósito: el descanso, la meditación o simplemente el estar, porque eso es precisamente lo que desea. Conviene por tanto destacar el auténtico significado del término ocio y borrar el sentido peyorativo con el que generalmente se le etiqueta.

Podemos reducir a seis las características esenciales del ocio en el tiempo libre, en relación a las características y valores de la actividad físico-deportiva. Primeramente la ocupación voluntaria- es el ocio en sentido activo, debe ser una ocupación, a ser posible intensa. Luego el descanso, en referencia, al descanso personal: psíquico, intelectual, emocional, físico, entre otros. La inmensa variedad de profesionales que conoce la vida moderna pueden ser clasificados en dos grupos. Las que compartan especial esfuerzo físico y las que producen más cansancio psíquico que físico. Existe un aumento progresivo del cansancio mental, psíquico, emotivo nervioso. Si el principal factor de descanso es el restablecimiento de equilibrio o de los equilibrios homeostáticos, cada vez es más urgente la actividad física. Otra característica es la diversión, una de las más grandes aportaciones que el ocio moderno puede dar a la humanidad es la recuperación de ciertas fruiciones. Por ello son actividades eminentemente ociosas a las que llamamos en nuestros días "hobbies", las aficiones. El distintivo de tales entidades está en el espontáneo disfrute que de ellas se extrae.

El ocio es el disfrute productivo por un camino de actividad, por una percepción estética, emocional o pasional. Por otra parte la formación característica del ocio, ya que no se concibe un ocio, sin contribución educativa. Una deficiente formación ociosa se acusa tanto como una insuficiencia en la formación académica. Luego sigue la participación social, el colectivismo de todo tiempo, industrial, recreativo, cultural. (subcultural), que se va imponiendo en la sociedad de nuestro tiempo como necesario. Por último la capacidad creadora, en donde el hombre necesita actividades en las que pongan en juego los recursos normales y variados de la personalidad, donde hay de discurrir algo, y a la vez ejecute algo no automatizado, soluciones, dificultades, planee, fracase o triunfe.

La recreación es una actividad del tiempo libre cuya función es dar equilibrio a la vida en relación al trabajo, a la responsabilidad, y a la rutina, manteniendo vivo el espíritu de aventura y el sentido de la proporción. Propicia, a través de hábitos sanos, a una actividad solidaria y a la realización de los valores del individuo, sin afán de cualquier recompensa ulterior, lo que permite su creatividad, la superación de su propia personalidad y la plena integración del ser en el que hacer con su consiguiente satisfacción. Algunas características de la recreación son: Se realice libre y espontáneamente con absoluta libertad para elegir. Se realiza en un clima alegre y entusiasta. Da a lugar a la satisfacción de ansias psico-espirituales. Se realiza desinteresadamente. Deja un sentido positivo en lo formativo o en lo social. Da a lugar a la manifestación de valores. Te ayuda a la liberación de tensiones y no esperar un resultado final.

Las actividades recreativas satisfacen necesidades tales como experiencias nuevas; dominio del medio para adquirir auto confianza; expresión de emociones, descanso; relajación y socialización. Estas actividades pueden ser lucidas; de esparcimiento, el teatro, el cine, la televisión, el escuchar música y el bailar.

Cosme nos describe como algunos principios de la recreación aquellos en donde toda aquella persona necesita tener ciertas formas de recreo, a la vez conocer bien cierto número de juegos interior y de aire libre. También es de gran importancia educar el ritmo, por eso toda persona necesita conocer bien algunas canciones. Las personas deberían aprender a tener costumbres activas. Ir desarrollando esas costumbres en la edad temprana, en la niñez, por eso bien importante los juegos felices ya que son esenciales para un crecimiento normal. Todo niño necesita participar en el juego y actividades que favorezcan su desarrollo y descubrir que actividades les agrada. Se tendrán que animar a cada persona a tener uno o más Hobbies .

La satisfacción suprema del recreo solo se obtiene por medio de una autorrealización. Y por ultimo el descanso, el reposo, la reflexión y la contemplación son por si mismo formas de recreación. Cosme (1998) nos indica en su trabajo investigativo que el deporte hoy día suele ser uno marginador, no brinda la oportunidad para desarrollar habilidades y destrezas a los estudiantes. Satisface muy parcialmente la necesidad de un deporte en edad para todos. Debe ser uno fundamentalmente integrador, educativo en donde todos, no importa sus limitaciones tengan acceso al mismo. Y que no solamente sea para aquellos que tengan las habilidades, como decimos, solo para los dotados, o de los “elegidos” ya sea por la herencia, habilidades, la alimentación y el ambiente general.

Este trabajo gira en torno a la investigación del uso del tiempo libre de los estudiantes durante el horario escolar y que impacto tiene en los estudiantes. Este estudio va enfocado a estudiar los intereses recreativos de los estudiantes. Este estudio es importante para que el programa de educación física programe sus actividades extracurriculares en actividades mas recreativas que competitivas. Con este estudio permitirle a la escuela la oportunidad de canalizar en actividades constructivas, en el tiempo libre de los estudiantes para crear una mejor conciencia en ellos sobre los beneficios al utilizar bien en su tiempo libre y a mejorar la programación curricular de actividades y facilidades de la escuela.

CAPITULO III

METODOLOGÍA

En este capítulo encontraremos un resumen de varias investigaciones similares al tema discutido en este trabajo. Presentaremos la población investigada, instrumentos utilizados para llevar a cabo las investigaciones, los procedimientos, y los análisis de datos. Varios autores se han interesado en investigar la problemática del uso del tiempo libre por parte de los estudiantes durante y fuera de la escuela, entre otros presentan los ofrecimientos de la escuela, como las actividades y el conocimiento puede ayudar a los estudiantes al uso constructivo del tiempo libre (Cosme, 1998; Cordero, 2004; Santos, 2005). Para llevar a cabo estas investigaciones la mayoría de los autores utilizaron cuestionarios en donde los estudiantes escogían la contestación que les parecía de mayor agrado.

Participantes

Para realizar dichos estudios los investigadores se dirigieron a una población en específico, escogieron aleatoriamente estudiantes de las edades de 14 a 18 años de los grados de noveno a cuarto año de ambos sexos de escuelas publicas y privadas, ya que a su edad son los que mas están propensos a ser tentados por las actividades no ocias y poco constructivas. Las variables de estudios fueron el uso del tiempo libre durante y fuera del horario escolar.

Instrumento/Procedimiento

Para llevar a cabo estas investigaciones la mayoría de los investigadores utilizaron cuestionarios, estos consistían de un determinado número de preguntas donde los estudiantes escogían la contestación que les parecía de mayor agrado. En el cuestionario se formularon preguntas guías para la construcción del mismo. Los estudios realizados en Puerto Rico todos consistían del mismo método de evaluación, cuestionario y varias preguntas donde el participante escogía la contestación de su preferencia Cosme (1998) Cordero (2004). Los estudios realizados en Estados Unidos, consistían de cuestionarios con una serie de preguntas similares a los estudios realizados en Puerto Rico, se diferenciaban en que adicional a los cuestionarios tenían otros métodos de evaluación.

Análisis de Datos

Los investigadores emplearon varias técnicas y pruebas de estadísticas. Como técnica de resumen, organización de datos, tabularon las frecuencias y por cientos de las contestaciones de los participantes Cosme (1998), Cordero (2004), Santos (2005). Otros investigadores trataron de buscar relaciones estadísticas entre variables por lo que utilizaron la prueba Pearson's Correlation Coefficient (McEwen, y Peter, 2005; Ho, 2008). Otra prueba que se utilizó fue MANOVA, para determinar las diferencias entre las malas actitudes hacia la educación física por el género y la nacionalidad Chung, Ming-hau, Phillips, D. Allen (2003).

CAPÍTULO IV

RESULTADOS

En este capítulo encontraremos los resultados obtenidos de las investigaciones realizadas similares al tema discutido en este trabajo. Los resultados de las investigaciones que se realizaron en Puerto Rico y en Estados Unidos. Estos resultados provienen de los cuestionarios que realizaron los investigadores para realizar sus estudios. Este investigador obtuvo un resultado de diez investigaciones originales. De ellas cinco fueron encontrados en Puerto Rico, donde se pudo observar que los resultados obtenidos fueron similares, Cosme (1998), Santos (2005), Cordero (2004), Riefkohl (2000). Más del 50% de los jóvenes en Puerto Rico no emplean su tiempo libre constructivamente en las escuelas, los que practican algún deporte solo se centran en los deportes principales de la isla: el baloncesto y el voleibol. Adicional, tienen muy poco interés hacia la clase de educación física. Pero más preocupante es el hecho que este porcentaje aumenta al ellos salir de la escuela, ya que la mayoría realizan actividades sedentarias.

Los hallazgos reflejan que las actividades recreativas comunes de los adolescentes están centradas en sus hogares: ver televisión, hablar por teléfono, compartir con sus amigos y escuchar música. En cambio los estudios realizados en los Estados Unidos, se observa una notable diferencia en cuestión de las actividades realizadas por los jóvenes durante y fuera del horario escolar. Hay un gran interés hacia la clase de educación física, tienen una concientización respecto a lo que conlleva el uso constructivo del tiempo libre.

Los estudiantes en sus periodos libres emplean su tiempo en actividades constructivas como ir a la biblioteca, practicar alguno que otros deportes, como el correr bicicleta, nadar, baloncesto, badminton, jogging, siendo este último el más practicado por los adolescentes.

CAPITULO V

DISCUSION, CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

El objetivo de este estudio era explorar las actividades que realizaban los estudiantes en sus tiempos libres en las escuelas. Estudiar los intereses recreativos de los estudiantes. Saber si el programa de educación física puede influir al uso constructivo del tiempo libre y como se puede promover el uso constructivo del tiempo libre. De acuerdo a los hallazgos obtenidos este trabajo se centra en contestar algunas preguntas de investigación de los estudios.

¿Que actividades realizan los estudiantes en las escuelas durante su tiempo libre?

De acuerdo a los resultados obtenidos de las investigaciones, las investigaciones realizadas en Puerto Rico reflejan, que los estudiantes se quedan en el patio sin hacer nada, otros practican algún deporte. Los jóvenes americanos reflejan que emplean su tiempo libre en actividades constructivas, como ir a la biblioteca, practicar deportes y actividades activas.

¿Que impacto tienen estas actividades en los estudiantes?

De acuerdo a lo encontrado, las actividades no tienen mucho impacto en los estudiantes ya que no realizan actividades activas en su tiempo libre.

¿Que valores transmite la escuela en sus estudiantes sobre el uso constructivo del tiempo libre?

Según los estudiantes, no se les habla del uso constructivo del tiempo libre en las escuelas ni en sus casas y no están al tanto del beneficio que brinda el hacer actividades recreativas en su tiempo libre.

Conclusión

De acuerdo a los hallazgos obtenidos, existe muy poco interés de los jóvenes hacia la recreación, las actividades activas y la educación física. Lamentablemente no existe una educación para el ocio efectiva contenida dentro del currículo escolar. Para que esto ocurra se debe comenzar por diferenciar los conceptos de recreación y educación física, ya que pude observar de acuerdo a los hallazgos en los estudios la mayoría de los participantes confundían los términos. Es responsabilidad de la escuela enfatizar y motivar a los estudiantes a participar de actividades recreativas. Mantenerlo entusiasmado y motivado no solo en la clase de educación física si no, todo el tiempo para que practique actividades constructivas y que sean de su agrado. Ofrecer orientación a los maestros de otras materias, sobre la importancia que tiene la educación física para el desarrollo de los estudiantes. Crear conciencia y enfatizar que no solo es responsabilidad del maestro de educación física y sí de todos los maestros concientizar a los estudiantes de la importancia de la clase y los beneficios que conlleva el uso constructivo del tiempo libre.

Recomendaciones

Proveer oportunidades mediante actividades dirigidas, para que todos los estudiantes participen en juegos sanos y actividades de tiempo libre, basadas en sus necesidades. Inducirlo por medio de concursos, a la participación de actividades motoras y cognoscitivas las cuales sean de su agrado e interés y serán de enseñanza al mismo tiempo. Bien importante desarrollar conciencia en los estudiantes en relación con los problemas del ocio y hacerlo conciente de la recreación y sus valores. Algo un poco complicado en el magisterio, dado a la cooperación e importancia que brindan otros compañeros maestros de otras materias hacia la clase de

educación física, pero es necesario hacerlo, unirse todos con el fin de orientarlos de la utilidad que le pueden dar a la clase y el uso apropiado del tiempo libre. Analizar los estudios realizados en la isla y estudiar los resultados obtenidos y compararlos con otros estudios realizados en otros países. Ya que los hallazgos obtenidos de los estudios fuera de Puerto Rico reflejan que los programas recreativos están bien estructurados para crear conciencia del beneficio del tiempo libre a los jóvenes y estos emplean sus tiempos libre en actividades constructivas. Así ver de que manera podemos integrar y lograr que los jóvenes de nuestra isla hagan actividades ocias constructivas en sus tiempo libre y mantenerlos ocupados.

REFERENCIAS

- Alfaro, B. (1992). Grado de libertad que siente al realizar algunas actividades recreativas. Tiempo Libre. Publicaciones Oficina del centro tiempo libre. (CETIL)
- Cordero, Santos Luz. E (2004) Análisis de intereses recreativos de los estudiantes del nivel intermedio del distrito de Salinas. Universidad Metropolitana de Cupey
- Cordes, K.A. Y Ibrahim, H.M. (2003). Application in recreation and leisure for today and futures. (3er Edition) N.Y. USA: Published by McGraw-Hill.
- Cosme, I. (1998). Uso del tiempo libre en la escuela secundaria y su impacto en los estudiantes. Universidad Metropolitana de Cupey.
- Darling, N., Caldwell, L.L.Y Smith, R. (2005). Participation in school-based extracurricular activities and adolescent adjustment. Journal of Leisure Research, Vol. 37, No.1 pp. 51-76
- Farrell, P. Y Lundergren, H.L. (1999). The process of Recreation programming theory and thenique (3rd Ed). Ventura Publishing Inc. 1990 Cato Avenue State College, PA.
- Chung, M. (2005). The Relationship between Attitude towar Physical Education and Leisure Time Exercise in High School Students.
- Kerne, M.S. Y Kurrant, A.B. (2003). Leisure-Time physical activity: operationally defined as time, work and intensity. Measurement in physical education and exercise science, 7 (4), 227-241.
- Kraus, R. (1994), Leisure in changing America: multicultural perspectives. McMillan College Pub, Maxwell McMillan. Canada
- McHale, S.m., Crouter, A. C. Y Tucker, C.J. (201) Free Time activities in middle childhood: Links With adjustment in early adolescents. Child development, Vol.72, Number 6, Pages 1764-1778
- Mannel, R. C. Y Kleiber, D. A. (1997). A social psychology of leisure. State Collage, PA: Venture
- McKenzei, T.L., La Maester, D.L. Sallis, J.F. & Marshall, S. J. (1999). Classroom Teacheres' Leisure physical activity and their Conductor physical education. Journal of teaching in physical education. Vol.19, 126-132. Human Kinetics Publishers.
- Ponce, O. (1998). Educacion para el ocio. REED 505, Conferencia#5. Pag.2. Copyright Ponce, 1998.

Riefkhol, A. (2000). Análisis de intereses y necesidades recreativas de los adolescentes del Municipio de Trujillo Alto: Implicaciones para el desarrollo de programas recreativos. Universidad Metropolitana de Cupey.

Santana, F. (2004). Usos del tiempo libre en estudiantes de escuela secundaria en el sector privado y su impacto. Universidad Metropolitana Cupey.

Santos, J. (2005). Uso del tiempo libre en estudiantes de escuela secundaria sector privado en el municipio de Trujillo alto. Universidad Metropolitana Cupey.

Viganau, A. (1989). Tiempo libre: La cultura del ocio. (Vol.3 No.1). Tiempo libre. Publicación oficina del centro de estudio del tiempo libre Inc. (CETIL)