

**LA LUDICA COMO ALTERNATIVA PEDAGÓGICA PARA EL USO RACIONAL
DEL TIEMPO LIBRE DE LAS ESTUDIANTES DEL GRADO
DECIMO DEL COLEGIO INTEGRADO SAGRADO
CORAZON DE JESÚS DEL MUNICIPIO DEL TAMBO – NARIÑO.**

**BENAVIDES PANTOJA JAIME
PARRA NOGUERA SORAYA YAZMÍN
VITERI CHAVES LUZ MARINA**

**UNIVERSIDAD DE NARIÑO
FACULTAD DE EDUCACIÓN
VICERRECTORIA DE INVESTIGACIONES Y POSGRADOS
Y RELACIONES INTERNACIONALES
ESPECIALIZACIÓN EN ORIENTACIÓN EDUCATIVA
Y DESARROLLO HUMANO
SAN JUAN DE PASTO
2006**

**LA LUDICA COMO ALTERNATIVA PEDAGÓGICA PARA EL USO RACIONAL
DEL TIEMPO LIBRE DE LAS ESTUDIANTES DEL GRADO
DECIMO DEL COLEGIO INTEGRADO SAGRADO
CORAZON DE JESÚS DEL MUNICIPIO DEL TAMBO – NARIÑO.**

**BENAVIDES PANTOJA JAIME
PARRA NOGUERA SORAYA YAZMÍN
VITERI CHAVES LUZ MARINA**

**Trabajo de grado, presentado como requisito para optar el título de
Especialista en Orientación Educativa y Desarrollo Humano.**

**Asesor:
ENRIQUE CASTRO PARRA
Magíster**

**UNIVERSIDAD DE NARIÑO
FACULTAD DE EDUCACIÓN
VICERRECTORIA DE INVESTIGACIONES Y POSGRADOS
Y RELACIONES INTERNACIONALES
ESPECIALIZACIÓN EN ORIENTACIÓN EDUCATIVA
Y DESARROLLO HUMANO
SAN JUAN DE PASTO
2006**

NOTA DE ACEPTACIÓN

Firma del Presidente del Jurado

Firma del Jurado

Firma del Jurado

San Juan de Pasto, Agosto 11 de 2006

DEDICATORIA

En primer lugar agradezco a Dios por haberme dado la vida y la oportunidad de aprender muchas cosas maravillosas que me han formado como persona y profesional.

A mis compañeras y profesores que a lo largo de mi carrera me enseñaron lo bonito de la vida y hacer mejor cada día. No las olvidaré.

Jaime

DEDICATORIA

Doy gracias a Dios por la inmensidad de su amor y regalarme a diario nuevas posibilidades para triunfar.

A mi esposo Jhon Alberto, por darme su apoyo incondicional y alentarme con su ánimo, positivismo en los momentos más difíciles de mi carrera.

A mi hija Laura Nathalia, por regalarme los grandes momentos de ternura y amor que me impulsaron a finalizar esta meta.

A Julián, porque desde que nació se ha convertido en un estímulo para progresar.

A mi madre Laura Cecilia, por su compañía, que es un estímulo para hacer posible este sueño.

Soraya Pazmín

DEDICATORIA

A Dios por darme el valor espiritual para conseguir siempre mis metas.

A mis hermanas: Janneht, Orfa y Daira, por ser mis amigas y darme una voz de aliento cuando las necesitaba.

A mi tormento, por darme el amor, el apoyo y por ser la luz que ayudó a guiar mi camino para ser cada día mejor y conseguir tantos logros.

A mi padre, mi Ángel, porque su amor me dio fortaleza y aunque ya no está aquí seguirá siendo el impulso y la ilusión que guíe mi vida.

A mi madre, por su fuerte carácter, en el cual siempre me demostró que su amor es incondicional y siempre será un modelo a quien imitar.

A Juancho, porque su ser una persona sencilla, inteligente, honesta y sobre todo un ser humano, que me enseñó cómo perdonar.

A mis profesores de la especialización, porque cada uno de ellos contribuyó a mejorar mi vida y a ampliar mis conocimientos, para ser una mejor profesional, una mejor esposa, la mejor amiga y en un futuro una buena madre.

A mi futuro hijo o hija, que tendrá todo mi cariño y mi apoyo incondicional, sobre todo si es adoptado.

Luz Marina.

AGRADECIMIENTOS

Los autoras expresan sus agradecimientos a:

Estudiantes, Docentes y Padres de Familia del Colegio Integrado Sagrado Corazón de Jesús del Municipio del Tambo - Nariño, por su colaboración y disponibilidad para concluir satisfactoriamente esta investigación.

Al Magíster Enrique Castro Parra, Asesor, por su amistad, conocimientos y comprensión para la realización de este trabajo

Al personal Docente de Orientación Educativa y Desarrollo Humano, por brindarnos su amistado, colaboración y facilitarnos concluir este Proyecto.

A la Universidad de Nariño, por abrirnos sus puertas y lograr de nosotros unos buenos profesionales.

A nuestra Asesor de Tesis, por su amistad y apoyo incondicional a lo largo de toda la investigación.

A nuestra Jurado de Tesis, por su apoyo y por guiarnos en un trayecto importante del proyecto.

A Nelson Lasso, por su amistad, colaboración y comprensión cuando nuestro trabajo lo requería.

A todas aquellas personas, que de alguna manera colaboraron para culminar con éxito esta investigación.

INTRODUCCIÓN

En este momento histórico la civilización moderna responde a nuevas experiencias, nuevas formas de vida que son producto de los efectos perturbantes de la tecnología y la cibernética que traen consigo problemas socio – culturales sobre todo para las adolescentes como son la pasividad, el sedentarismo, angustias, depresiones. Es ahí donde nace la gran necesidad del uso adecuado del tiempo libre, proporcionando estilos de vida saludables en las jóvenes, con la vivencia de diversas actividades lúdicas que permiten explorar sus potencialidades físicas, mentales y creativas, obteniendo gozo y satisfacción personal.

La plena integración del "ser" con el "que hacer" es una condición para la realización humana permitiendo superar etapas, dominar pasiones; sólo se aprovecha bien su tiempo, el hombre podrá sacar a flote sus aptitudes y capacidades de ser. Por ello la importancia de esta investigación a través de actividades lúdicas extra escolares que desarrollan valores, actitudes, conocimientos, habilidades y comportamientos en las estudiantes, posibilitando una integración armónica de las dimensiones física, cognitiva, afectiva y social.

El informe se estructuró en seis capítulos, cuyo contenido es el siguiente: en el primer capítulo se hace una exposición muy sintética de la descripción del área problemática, se justifican las razones que se tuvo para desarrollar el proyecto, los objetivos, alcances y limitaciones. En el segundo capítulo, se tiene en cuenta desde un marco referencial, con sus marcos contextuales. En el tercer capítulo, retomamos la parte legal con una fundamentación teórica y un marco conceptual, que nos van a servir de apoyo para la propuesta final. En el capítulo cuarto, se analiza la metodología. Capítulo quinto, es el análisis de la información, con conclusiones y recomendaciones y para terminar con el capítulo sexto, que es la propuesta que mejorará los hábitos de vida de las estudiantes del Grado Décimo; para ellos se organizó un plan que esperamos llene sus anhelos para así cambiar pequeños paradigmas.

El plan está estructurado de la siguiente manera: vivencias recreativas, socioterapia juvenil, noches de sábado y clubes mágicos deportivos, lo cual servirá para desarrollar estrategias que permitan mejorar el uso inadecuado del tiempo libre.

1. ASPECTOS TÉCNICO CIENTÍFICOS

1.1 TITULO

LA LUDICA COMO ALTERNATIVA PEDAGÓGICA PARA EL USO RACIONAL DEL TIEMPO LIBRE DE LAS ESTUDIANTES DEL GRADO DECIMO DEL COLEGIO INTEGRADO SAGRADO CORAZON DE JESÚS DEL MUNICIPIO DEL TAMBO – NARIÑO.

1.2 EL PROBLEMA

1.2.1 Descripción del problema. En las instituciones educativas, se deben generar ambientes agradables de convivencia, comunicación y diálogo para que de esta manera, los adolescentes refuercen y solidifiquen unas actitudes positivas.

El gran reto para la escuela es construir espacios agradables con calidez humana, en donde se desarrollen valores que lleven al joven a mejorar sus actitudes con procesos y actividades dentro y fuera del aula escolar, en donde el estudiante aprenda a conocerse a sí mismo, se valore, se quiera y sea capaz de actuar en cualquier círculo social. Sin duda alguna que en un clima favorable de diálogo, sana convivencia, también se pueden propiciar aprendizajes significativos fundamentales para una adaptación competente en la sociedad, de tal manera que el adolescente no se deje manipular por los ambientes negativos externos.

Desde hace un año se empezó a visualizar una serie de actitudes negativas, en las estudiantes como: malas relaciones interpersonales, intolerancia, apatía por las actividades deportivas-recreativas, inseguridad; en horas de recreo demasiada pasividad permaneciendo sentadas en el patio los 45 minutos del descanso, un marcado egoísmo entre ellas, algunas son demasiado selectivas con las niñas del sector rural, forman grupos muy cerrados que no permiten el ingreso de otras niñas, no hay buena comunicación entre ellas, existen rivalidades en algunas. Todos estos comportamientos afectan el proceso pedagógico y su desarrollo integral.

Por estas razones los docentes de la Institución, y especialmente el profesor de educación física que forma parte del grupo de investigación, organizaron conversatorios con las estudiantes; ellas expresaron que después de terminar sus clases, ocupan la tarde en actividades como mirar televisión, dormir, sentarse en el parque, pasear en moto y bailar el fin de semana con sus amigos o ir a tomar cerveza a las tabernas.

Todas estas actitudes de las jóvenes, necesitan de una orientación que en este caso será la propuesta tendiente a mejorar el tiempo libre a través de la lúdica. Un compromiso que surgirá entre todos los encuestados, entrevistados y comunidad educativa en general.

Por lo descrito anteriormente, se concluye que las estudiantes del Grado Décimo no hacen uso racional del tiempo libre; no obstante a este hecho, el problema sigue latente y más aún no se ha planteado solución, desencadenando factores negativos tales como: mala socialización, desintegración, relaciones tensas, dificultad para el trabajo en equipo, vicios (consumo de sustancias psicoactivas), bajo nivel académico, lo cual incide en su formación integral.

Es por ello que la escuela está llamada a favorecer el diálogo, provocar ambientes comunicativos para mejorar la convivencia, debe existir una buena relación entre profesores y estudiantes, con procesos constantes de comunicación, y más aún en esta época en que los jóvenes son vulnerables al alcoholismo, drogadicción, pandillas, embarazos precoces, etc.

1.2.2 Formulación del problema. La implementación de una propuesta pedagógica basada en la lúdica permitirá mejorar el clima académico, el uso racional del tiempo libre y la formación integral de las estudiantes del Grado Décimo de la Institución Sagrado Corazón de Jesús del Tambo – Nariño?

1.3 OBJETIVOS

1.3.1 Objetivo General. Promover el uso racional del tiempo libre en las estudiantes del Grado Décimo, de la Institución Sagrado Corazón de Jesús del Tambo – Nariño, a través de una propuesta pedagógica basada en la lúdica.

1.3.2 Objetivos Específicos

- Conocer en detalle la forma como las estudiantes del Grado Décimo ocupan su tiempo libre extraescolar.
- Analizar a fondo los problemas que afectan las relaciones interpersonales y deterioran el clima académico.
- Organizar y desarrollar actividades para conocer y sensibilizar a la comunidad académica del Grado Décimo, en relación con la problemática objeto de estudio.
- Elaborar una propuesta pedagógica basada en la lúdica, para solucionar la problemática detectada.
- Analizar cómo la timidez e introversión de las adolescentes, provenientes del sector rural les impide una buena comunicación con el grupo.

- Determinar cómo la hostilidad desencadena roces, roscas y malas relaciones interpersonales.
- Fomentar la superación personal de las estudiantes a través de actividades colectivas de crecimiento personal y sensibilización, que favorezcan el nivel de motivación y el manejo de los autos como autoestima, autoconcepto, etc.

1.4 JUSTIFICACIÓN

Como se ha hecho evidente, a lo largo de un año de observación, se pudo notar que las adolescentes son egoístas y muy selectivas con las niñas de la vereda, formando grupos muy cerrados en los cuales no se permite el ingreso de otras; en muchas ocasiones ridiculizan a las más tímidas, las cuales siempre provienen de la zona rural y es así como existe una dificultad muy grande en la comunicación con el resto del grupo.

Ya en el colegio en horas de recreo, se nota demasiada pasividad, siempre permanecen sentadas en los corredores y más aún en la clase de educación física demuestran apatía cuando de hacer deporte o actividad física se trata que les den la oportunidad de estar tomando sol y charlando en temas de su interés.

Las posibles causas de lo descrito anteriormente, se debe a que el colegio no brinda programas complementarios a la jornada escolar que puedan satisfacer los intereses de jóvenes; ni proporciona espacios adecuados para que desarrollen sus potencialidades y talentos en el tiempo extra escolar, además el exceso de televisión trae consigo el sedentarismo, la pasividad, y se suma que no tienen patrones de crianza desde el hogar que contribuyan a formar hábitos de vida saludable por medio de la práctica de actividades lúdicas. Con lo cual hay un divorcio entre aquello que se plantea en el PEI, con lo que vivencian las estudiantes en la realidad.

De igual modo en el municipio del Tambo no existen centros de recreación, salas de cine, ni academias; es decir las jóvenes no tienen otras alternativas que posibiliten nuevas experiencias para que pueden hacer buen uso de su tiempo libre.

Por ello es vital incentivar a los niños y adolescentes para que hagan buen uso de su tiempo libre con diversas actividades lúdicas, que puedan tener en ellas efectos benéficos y perdurables en su desarrollo físico, también obtienen grandes beneficios en su salud mental, mejorando los síntomas de ansiedad y depresión, además contribuye a lidiar el estrés físico y emocional.

Si al joven se lo incentiva a adoptar hábitos que conlleven al buen uso de su tiempo libre, será gratificante reportar en un futuro que estos patrones adquiridos continúan cuando se es adulto, garantizando una vida más plena y saludable.

Aquí el profesor de educación física es uno de los principales mediadores de la formación de los adolescentes, ya que con él se desarrollarán una serie de actividades lúdicas que generarán una adecuada utilización del tiempo libre; fomentando hábitos de vida sanos que favorecerán el proceso de socialización en la vida escolar, de tal manera que en los estudiantes se mejorará la creatividad, la iniciativa, la capacidad de expresión y comunicación, el afianzamiento de valores y actitudes y la sana convivencia.

Este problema lo viven la gran mayoría de estudiantes, sin embargo la institución no ha dado alternativas de solución; de ahí la necesidad de proponer las actividades lúdicas como una alternativa pedagógica para el uso racional del tiempo libre, en las estudiantes del grado décimo del Colegio Sagrado Corazón de Jesús del municipio del Tambo. La solución de este problema seguramente contribuirá a mejorar las relaciones interpersonales, la interacción y el desarrollo académico en general.

Cada hombre actúa de diferente manera según las circunstancias adopta actitudes que pueden ser buenas o positivas si se dirigen a los valores, serán malas si se dirigen a conjuntos contrarios a la naturaleza y lo orienta hacia los antivalores.

De ahí que, en las adolescentes se deberá generar procesos motivantes, que lo impulsen a adoptar actitudes de las cuales recibirán estímulos agradables de felicitaciones, de mayor aceptación en el grupo de compañeros, de la familia, es así que por ejemplo: un estudiante con actitudes de buena educación se adaptará sin duda alguna más fácilmente a cualquier grupo, y aquellos jóvenes con actitudes intolerantes serán rechazados o los miran mal sus compañeros de estudio y éstos generan siempre conflictos en el hogar; es entonces la motivación la herramienta clave para que los jóvenes mejoren sus actitudes.

En este gran compromiso están involucrados los padres de familia y profesores; en las instituciones educativas deben generar ambientes ricos en comunicación, convivencia, diálogo para que de esta manera los adolescentes refuercen y solidifiquen unas actitudes y valores positivas; de no ser así aquellos jóvenes con conductas o actitudes inapropiadas, jamás podrán lograr un cambio sin la comprensión y diálogo de aquellos que conviven cerca.

Cabe recordar que, hasta cierto momento histórico toda la sociedad comenzó a girar hacia otra dirección; cambio en ambientes de familia, de tertulias, de un compartir con los hijos por una vida llena de opciones, modificados por agentes externos, que cada vez hacen difícil la existencia del ser humano. En el mundo posmoderno la escuela necesita generar virtudes diferentes a la obediencia; hoy se necesita formar actitudes que orienten a las generaciones para que el juzgar, valorar y optar en las diversas circunstancias de la vida lleven a definir un proyecto de vida para el adolescente actual.

Las transformaciones del conocimiento exigen una nueva capacidad de las personas en términos de iniciativas, toma de decisiones y comprensión global del proceso en el cual están insertos. Se presenta un cambio en los sistemas simbólicos y por tanto una transformación en los procesos mentales para adaptarse a nuevos procesos de organización y clasificación del pensamiento y la memoria, tanto a nivel de habilidades cognitivas como de comunicación.

Se exigen nuevas habilidades motrices y la preparación de la condición física del hombre. La organización de empresas de alta tecnología, sistemas de comercialización de altas velocidades, clasificaciones precisas, acciones en espacios submarinos, subterráneos y siderales que exigen vida y movimiento sin la fuerza de la gravedad, son ejemplos de una nueva realidad para la corporalidad del hombre.

Los avances de la tecnología crean otro tipo de problemas que afectan la vida humana lo cual exige adaptar nuevos tipos de actividad para corregir las carencias y restituir el equilibrio vital.

Los grandes fenómenos de la comunicación y la información que llegan a los hogares con mensajes permanentes sobre actividad física, deporte, moda, formas corporales, expresiones y juegos plantean un problema que debe ser asumido por la escuela. Esta circulación de información transforma las prácticas tradicionales y constituye una alternativa de acción con el estudiante ante quien circulan complejas realizaciones corporales que le pueden servir de referente para sus propias construcciones que tienen como eje la relación entre procesamiento y movimiento.

2. MARCO REFERENCIAL

2.1 ANTECEDENTES

En la concepción Marxista del tiempo libre, siendo Marx en 1836 el creador, habla de que en este sistema el tiempo cumple la función de concepto auxiliar y el medio en el cual se desarrolla la actividad humana y las relaciones sociales que constituyen la esencia de la sociedad y el hombre.

Estructura el tiempo social en dos partes:

- a. Tiempo de Trabajo
- b. Tiempo extralaboral que está fuera de la producción material.

El tiempo extralaboral constituye como promedio, las dos terceras partes del tiempo de la actividad cotidiana de los hombres. El tiempo libre es por tanto una parte específica del tiempo de la sociedad.

A pesar de los diferentes conceptos, se puede encontrar ciertos puntos de contacto entre ellos. Todos critican dialécticamente al tiempo libre en la sociedad capitalista por ser un tiempo alienado y patológico, por tanto construyen un modelo de cómo debe ser el tiempo libre un tiempo opuesto al del trabajo.

Bertrand Russell en el año 1935 expone:

El tiempo libre es esencial para la civilización y en épocas pasada, solo el trabajo de los más hacía posible el tiempo libre de los menos, y con la técnica moderna sería posible distribuir el ocio sin menoscabo para la civilización... Es un mundo sensato, todos los implicados en la fabricación de alfileres pasarían a trabajar 4 horas en lugar de 8, pero en un mundo real esto se juzgaría desmoralizado. A la final hay tanto tiempo libre pero la mitad trabajo demasiado. De este modo queda asegurado que el inevitable tiempo libre produzca miseria por todas partes en lugar de ser felicidad pueden imaginarse algo más insensato¹.

A partir del siglo XVII se da un nuevo sentido al ocio, la nueva concepción considera que el ocio es un vicio personal y social.

¹ RUSSEL, Bertrand. Elogio de la Sociedad, Barcelona: Hispanoeuropea. 1995, p. 14-15.

El ocio pasa a ser entendido como contrapuesto al trabajo, el trabajo es productivo el ocio improductivo.

El protestantismo suprimió el culto a los santos y con ellos los días de fiesta dedicados a ellos, que pasaron a ser productivos. El movimiento puritano restringió los placeres y distracciones y miro con recelo la práctica de la educación física y los deportes.

En el año de 1960 hay reducción del tiempo de trabajo: Como primera aproximación al concepto de ocio y desde una concepción economista. El ocio se lo considera como medida de tiempo y equivale en realidad al tiempo libre, a inicios del siglo XIX el tiempo libre aumenta así: en Estados Unidos pasa de 70 horas a 37, en Francia de 85 a 48 horas. Así en todos los países desarrollados ha tenido esa reducción del tiempo de trabajo.

El considerable aumento del tiempo libre se debió a 3 factores:

- a) Menos horas diarias de trabajo.
- b) Disminución de los días de trabajo por semana.
- c) Menos años de trabajo en una vida completa.

Se considera el ocio como trabajo no remunerado, pasatiempos, hobbies o como una necesidad de sistema de producción (intervalo en el trabajo para poder conseguir mejores rendimientos).

El autor Dumazedier en el año de 1966, afirma: "El ocio es el conjunto de operaciones a las que el individuo puede dedicarse voluntariamente sea para descansar o para divertirse, o para desarrollar su información o formación desinteresada, su voluntaria participación social o su libre capacidad creadora cuando se ha liberado de sus obligaciones profesionales; familiares y sociales².

En su libro Revolución Social, comenta que el ocio es un fenómeno social que se ha convertido en una reivindicación fundamental debido a 3 factores:

- a) Progresión lenta del tiempo libre que favorece un cierto equilibrio entre trabajo y ocio.
- b) El aumento de los salarios y del tiempo libre; los franceses activos preferían trabajar la mitad del tiempo a recibir el doble salario.
- c) Ciertas actividades de esparcimiento desempeñan un papel social indispensable para la colectividad.

² DUMAZEDIER. Jhon. Revolution culturelle de temps libre, Meridiens Kclincnksieck. Barcelona: Hispanoeuropea. 1966, p. 234.

Héctor Peralta, habla de la importancia del tiempo libre y de ocuparlo en actividades que ayuden a formarse como personas; tiene un carácter preventivo de algunos de los males que aquejan a la sociedad: depresión, soledad, aislamiento, enfermedades crónicas, alcoholismo, drogadicción, sedentarismo, agresividad.

Tiempo libre históricamente. Han sido los griegos quienes con Esquilo concibieron una educación amoldada al adiestramiento del cuerpo como un medio para la formación espiritual y la moral humana.

La educación de los griegos estaba planteada bajo criterios morales, estéticos, espirituales e intelectuales. Antes de preparar a los niños con algunos conocimientos, eran llevados a los gimnasios con el fin de prepararlos física y mentalmente.³

Fueron los griegos los grandes teóricos del ocio. Para ellos el OCIO era una "pausa creativa", "encuentro del espíritu y del alma, de su ser y su que hacer". Se trata, pues, de una situación o estado del individuo en el que la actividad que se realiza no es útil, es decir, no sirve para satisfacer una necesidad material sino que tiene sentido en sí mismo y no hay otra razón para ocuparse en ella que el hecho mismo de realizarla. "Estar ocioso" para los griegos no significaba, por tanto, holgar, no hacer nada, sino consagrar la vida a la contemplación, a los problemas de la verdad, el bien y la belleza.

Esta población ociosa, formada por una gran parte de los moradores de las ciudades griegas, fue posible gracias al desarrollo de la esclavitud, que en este orden de cosas se componía de los miembros de la comunidad dedicados a los trabajos manuales y, por tanto, excluidos del privilegio del ocio, de la contemplación de este hecho a pesar de las censuras sin paliativos que merece hoy la esclavitud, surgió una vigorosa cultura, aunque la idea griega sobre el ocio prolongó varios siglos el menosprecio con que la nobleza y la clase dirigente de la Europa cristiana valoró cualquier forma de trabajo. No existía, por tanto, una distinción entre tiempo de trabajo y tiempo libre, reducido en todo caso este último al descanso puramente fisiológico de los esclavos. Respecto al ciudadano de la polis, el ocio no constituía un espacio de su vida sino la vida misma.

Para los romanos encabezados por Cicerón, el hombre es un ser que desarrolla, que precisa, por ello mismo disfrutar de ciertas horas de diversión y descanso (ocio). El ocio ya no es una tarea exclusiva de los esclavos, sino también del ciudadano; si los unos reciben el descanso necesario a su fatiga, en los otros el ocio adquiere el carácter, además de diversión y recreo, muy matizado, sin embargo, para necesidades y apetencias puramente fisiológicas.

³ GOMEZ, Humberto. Valor pedagógico del recreo. Colombia. Aula Alegre, Magisterio. p. 9.

Dentro de la línea clásica del ocio se sitúa el cristianismo medieval, que concibe aquél como vida contemplativa, aunque dirigida ahora a la búsqueda de Dios.

“Con el movimiento reformista del siglo XVI hasta finales de la primera gran guerra puede decirse que desaparece materialmente toda posibilidad de ocio contemplativo e incluso casi el hecho mismo de descanso a causa de las jornadas extenuantes a que se veían sometidos los trabajadores. Cuando con los avances tecnológicos del siglo XIX y la legislación laboral posterior surge de nuevo la palabra "OCIO", lo hace con un sentido distinto; es el TIEMPO - LIBRE - DE - TRABAJO, es decir, el tiempo no ocupado obligatoriamente en una tarea y que supone una reducción ostensible de la jornada laboral, el establecimiento del descanso dominical y de días festivos, oficiales y religiosos, la aceptación legal de períodos de vacaciones largas. Se trata de un espacio de tiempo que al principio destinaba al individuo al descanso y que más tarde a causa de la reducción de la jornada laboral, se piensa llenar con actividades recreativo - formativas de carácter no obligatorio.

Desde un punto de vista muy general hoy se concibe el tiempo libre como un amplio espacio o lapso de tiempo en que el individuo puede y aún debe ejecutar diversos cometidos: reparar la fatiga por medio del descanso, llevar a cabo relaciones de carácter social y familiar, ejecutar actividades no impuestas que responden a exigencias y gustos de la persona humana. En sentido estricto el período destinado a estas actividades en que el individuo de un modo espontáneo y libre desenvuelve su personalidad, se llama tiempo libre. Ahora bien, el conjunto de estas actividades recibe el nombre de ocio. De ahí que González Seara haya escrito que: "Los ocios de nuestra época no corresponden a una situación contemplativa del individuo, sino que constituyen una serie de ocupaciones, unas veces activas y otras de mera expectación, que absorben parte del tiempo libre que nuestra civilización técnica ha hecho posible".

Historia del tiempo libre y del ocio en Colombia.⁴ Las crónicas cuentan que en las sociedades indígenas, existía una actitud de preocupación ante la vida, no habían mediciones del tiempo como para los europeos en Nueva Granada 1516.

Pero si dividían las jornadas de la vida cotidiana; por ejemplo en ciclos de 10 días: los primeros 10 días: la población indígena se dedicaba a mascar coca; los siguientes, se dedicaban a labrar la tierra, al tiempo que hombres y mujeres vivían separados; en los últimos días del ciclo cuentan los antropólogos, hombres y mujeres compartían la vida y podían participar en actividades de recreación. Es decir, el tiempo de trabajar juntos era el tiempo de la recreación: fabricar una canoa, tallar una piedra.

⁴ HOYOS, Luz Patricia. Manual del Recreador. Armenia : POL Editores. 1997. p. 19.

2.2 MARCO CONTEXTUAL

2.2.1 Marco contextual externo.

Reseña Histórica⁵. El municipio de El Tambo se encuentra ubicado en la parte noroccidental del departamento de Nariño entre las hoyas hidrográficas de los ríos Patía, Guaitara, Juanambú, Curiaco, Robles, a 42 Km. de la capital; limita al norte con el municipio de Taminango y Rosario hoy Policarpa, al sur con La Florida y Sandoná, al occidente con Los Andes Sotomayor y Linares, al oriente con Pasto.

Su fundación se le atribuye al gobernador indígena don Julián Chigua, el 5 de enero 1713, mediante ordenanza N° 78 del 22 de enero de 1750 fue elevado a la categoría de municipio; su primer alcalde fue el señor Tomás Concha; los primeros habitantes de estas tierras fueron indígenas pertenecientes a la tribu de los Quillacingas, con un temperamento belicoso, astuto, laboriosos y honrados, esta raza ha mantenido sus características étnicas en algunas veredas de la población como Chuza, Pueblo Viejo, Azogue, Santa Lucía, Ovejera. El nombre del Municipio proviene del quechua Tampud, que significa camino, venta, hospedaje.

El aspecto de la población es de armoniosos perfiles con bellas obras de ornato tales como el santuario donde se venera la imagen de Jesús de Nazareno, esta milagrosa y centenaria imagen custodia esta región y es venerada por los nariñenses, fue traída a estos lugares desde el Ecuador específicamente Quito, por los padres de santo Domingo, a unas actividades de misión, se instala en una capilla pequeña dedicada a la virgen de la Natividad.

Al finalizar las misiones los padres trataron de llevar la santa imagen a otro lugar, pero les fue imposible porque una fuerza maravillosa la sostuvo en su sitio y jamás salió de este bello municipio y ahí continuará como un gran portento.

Situación geográfica. El Municipio de El Tambo se encuentra localizado en la parte noroccidental del Departamento de Nariño, entre las hoyas Hidrográficas de los ríos Patía, Guaitara, Juanambú, Curiaco, Robles y Pasto.

Dista de la capital de Nariño 42 kilómetros por vía destapada; posee un área de 344 Kilómetros cuadrados con una temperatura media de 18 grados centígrados.

Según la ordenanza N° 78 del 22 de Enero de 1870 de la Municipalidad de Pasto, se establecieron los límites de la siguiente forma;

Por el Norte: con los distritos de Taminango y El Rosario (esta franja hoy municipio de Policarpa).

⁵ Colegio Integrado Sagrado Corazón de Jesús. Proyecto Educativo Institucional PEI. Tambo-Nariño. 2004.

Por el Sur: con la Florida y Sandoná.

Por el oriente; con Pasto y la Florida.

Por el Occidente; Con los Andes Sotomayor y Linares.

O sea que los límites se circunscriben en los términos de:

Desde- la confluencia del río Guambuyaco con el Patía, este río aguas abajo, hasta la desembocadura del río Guaitara; por este aguas arriba hasta la confluencia de la quebrada de Tamajoy; por la quebrada de Tamajoy aguas arriba hasta la quebrada, de Pocaurco, hasta el punto que corta la carretera de Pasto – El Tambo; de este punto aguas abajo de la quebrada Chupadero, hasta unirse con el río Curiaco; de este aguas abajo hasta la confluencia del río Pasto; de éste hasta su unión con el río Juanambú, conocido como río Guambuyaco y termina.

Posición Astronómica. Según el meridiano de Greenwich, se encuentra a 114° 26' 00" de latitud Norte y 77° 23' 20" de longitud Oeste. Con relación al meridiano 75 de Santafe de Bogotá se encuentran a: 0° 51' 16" de latitud norte y a 3° 52' 35" de longitud occidental.

El Municipio de El Tambo por su situación Geográfica se comunica con diferentes municipios, sirviendo de paso hacia la capital, pero por circunstancias de mala conservación de las vías, estos municipios se ven obligados a, utilizar otras vías alternas, perjudicando indirectamente a nuestro Municipio, especialmente en la parte económica.

Problemas Prioritarios. Sintetizando lo que nos dicen las ocho personas entrevistadas. En El Tambo mas que una fe arraigada, encontramos mucha religiosidad popular como contraste con la fe que se profesa que es la fe Católica, vemos que hay una gran cantidad de creencias en supersticiones, agüeros, hechicería, etc.

Se tiene cierto fetichismo y se da mucha credibilidad e importancia a los riegos, baños, con albahaca, ruda, se le da un gran poder a la penca de sábila. Se cree en hechicerías como alumbrar fotos, colocar alfileres en una parte del cuerpo para que empiecen los dolores, emplean bebedizos, tomas; utilizan fetiches y huesos de cementerio para salar el negocio o para hacer mal.

Hay un gran distanciamiento entre los mayores y los jóvenes en cuanto a practicas religiosas.

Los jóvenes dicen tener fe, pero por respeto humano no van a misa, por temor a ser tildados de beatos, lambeladrillos. Dicen que se ha perdido el temor a Dios porque se hace muy fácilmente el mal a las personas.

También la indiferencia, religiosa en los jóvenes se debe a que cuando pequeños los obligan a ir a Misa no por convicción sino con amenazas. Dicen que los padres dan rienda suelta a los hijos y por eso los noviazgos son muy libertinos.

Problemas a nivel social:

- No existen suficientes fuentes de trabajo a nivel urbano y rural.
- No hay una real y adecuada preparación de los Bachilleres egresados, para desarrollar diversos tipos de trabajo.
- No existe un bachillerato diversificado.
- Falta de fuentes de trabajo.
- Ausencia de un buen nivel de vida.
- Intranquilidad por la presencia de grupos guerrilleros y temor a ser involucrados en los conflictos que ello genera.
- Carencia de centros especializados en la Educación para adultos.
- Deficiente desarrollo socio-cultural, económico y político de la población.
- Falta de espacios recreativos, deportivos y culturales.
- Concientización del problema a nivel de Padres de Familia y educadores.
- La ausencia de normas que prohíban la presencia de menores de edad en centros donde se expenden bebidas alcohólicas.
- Falta de una Educación sexual adecuada.
- Deficiencia en la formación de valores a nivel familiar y escolar.
- Mayor fijación de la autoestima y dignidad en la mujer.

Problemas a nivel ecológico:

- Deforestación de bosques nativos de manera indiscriminada.
- Destrucción de fauna natural benéfica.
- Desprotección de nacimientos arena (Tala de bosques).
- Quemadas forestales en época de verano.
- Contaminación del agua y medio ambiente con residuos tóxicos.
- Contaminación del agua por medio de desechos agro-industriales (yuca, fique).
- Contaminación de la quebrada Molinoyaco con excretas y demás residuos.
- Contaminación de la quebrada Molinoyaco.
- Uso indiscriminado de pesticidas.
- La erosión, (deforestación, malos sistemas de cultivo, causas naturales).
- Falta de tecnificación en la utilización de residuos orgánicos utilizables (Pulpa de café, cabuya, excrementos de animales).
- Laguna de oxidación.
- Falta concientización y educación para la defensa del medio ambiente.
- Plan de manejo, protección y reforestación de la microcuenca de Molinoyaco.
- El uso del agua, en sus fuentes es inadecuado, (riegos, lavaderos de autos).
- No existe información sobre el manejo de pesticidas y de residuos agroindustriales.

- Reestructuración en las redes de alcantarillado, para que no desemboquen en las fuentes góticas de agua.
- Que el programa de reciclaje establecido en teoría se lleve a la práctica, como la adecuada selección de materiales.
- No existen programas para evitar o prevenir la erosión.
- Mal uso de la madera como combustible, reemplazable por el metano.

Problemas a nivel educativo:

- No existen políticas claras frente al sector de la educación. Esto incide en la ausencia de criterios unificados en el desarrollo educativo del municipio, perjudicando de esta manera la formación del alumno frente a la realidad de su entorno social.
- La falta de convivencia entre docentes y alumnos de las diferentes Instituciones, impide un proceso de orientación y fomento de valores que estimulen en la comunidad educativa conductas de respeto y aprecio entre sus semejantes.
- Falta una adecuada formación sexual, tanto a nivel familiar como Institucional, lo cual se transfiere en una problemática, familiar, institucional y social, especialmente con los embarazos prematuros.

Problemas a nivel de salud:

- La notoria desnutrición y parasitismo, sobre todo en los grupos de edades escolares, se refleja en problemáticas internas como: la, inasistencia, el bajo rendimiento y la mortalidad académica.
- Embarazos prematuros los cuales traen como consecuencia la deserción y el mal trato psicológico en la familia.
- La carencia de centros de atención medica que presten sus servicios a las Instituciones y comunidades, impiden el desarrollo normal de las actividades educativas.

Problemas a nivel cultural:

- La falta de centros de formación cultural y estímulos de la misma, no garantiza a los estudiantes a encauzar sus potencialidades culturales desarrolladas al interior de la institución, rompiendo así un proceso de aptitudes y actitudes que bien les podría ser de gran utilidad y de aporte social.

- La no integración de las diferentes manifestaciones culturales, trae consigo el fomento de culturas ajenas a la cultura regional y local, fomentando de esta manera la dependencia cultural y la falta de identidad.

Problemas a nivel social y económico:

- La insuficiente preparación de los bachilleres para la vida laboral, fomenta el subempleo y desempleo en la región.
- El bajo nivel de vida de la población, incide en problemas internos, sobre todo de los estudiantes, en aspectos como el bajo rendimiento académico, la deserción, la inasistencia y la mortalidad académica.
- El bajo desarrollo social, económico y político de la población, trae consigo una reducido compromiso con la calidad educativa, convirtiéndose la educación en fuentes laborales de carácter burocrático.

Problemas a nivel religioso:

- La no proyección y sensibilización a, través de grupos juveniles, ha impedido en los estudiantes su crecimiento en la fe y aceptación del valor religioso como integrador de sanas costumbres, sentido de la vida y fomento de valores.
- La organización de grupos tales como los Laicos Betlehemitas que han establecido el rezo del Santo Rosario Perpetuo, todos los días por las tardes y tienen su proyección apostólica, especialmente con los enfermos y pobres del Municipio.
- La conformación de comités para fiestas patronales, semana santa, navidad, viernes de adoración con el Santísimo, quienes activan la vida espiritual de las veredas, con proyección apostólica.

2.2.2 Marco contextual interno.

Historia del Colegio⁶. El Colegio Integrado Sagrado Corazón de Jesús, esta ubicado en el barrio Ricaurte, Carrera 9ª con cuarta, su planta física limita con el santuario Jesús Nazareno, la plaza principal el parque de la Libertad, con el Centro Hospital San Luis y con el barrio Santa Ana.

Consta de espacios físicos diferentes, uno para el bachillerato y en el otro funciona la sección primaria. Esta institución forma parte de la historia del municipio de El

⁶ Colegio Integrado Sagrado Corazón de Jesús. Proyecto Educativo Institucional. PEI. Tambo-Nariño- 2004.

Tambo, hace 80 años que la comunidad de hermanas Betlehemitas presta sus invaluable servicios promocionando estudiantes con una verdadera formación integral, preparándolos para la vida y convivencia en sociedad.

Inició actividades en el año 1923 con la hermana Rosalía Plata, como la fundadora en sus comienzos, fue una escuela de 1° a 5° de primaria, en 1965, fue aprobado como Normal Rural mediante resolución No. 2776 de agosto 22, siendo superiora la hermana María Teresa Córdoba.

En 1970 se presenta a Secretaría de Educación el proyecto de integrar el colegio, fue acogido y aprobado hasta (4) cuarto de bachillerato. La aprobación definitiva la dio el Ministerio de Educación Nacional, mediante resolución No. 2034 del 27 de marzo de 1974, bajo la dirección de la hermana Soledad Chacón por su incesante preocupación por el mejoramiento locativo pedagógico y académico del colegio, como también su proyección a la comunidad.

El 30 de mayo de 1991, bajo la dirección de la hermana Luisa Margarita Plata se llevo a cabo la supervisión con el fin de renovarla, fue nuevamente aprobada con resolución departamental N° 932.

Desde mayo 30 de 1991 hasta julio de 1994 se ha entregado a la sociedad 868 bachilleres con XXI promociones.

TAMBO: Proviene del "Quichua" Tampud, que significa Tambo, camino, venta, hospedaje.

Su fundación se le atribuye al Gobernador indígena Don Julián Chigua, el 5 de Enero de 1713.

Mediante ordenanza N° 78 del 22 de Enero de 1870 fue elevado a la categoría de Municipio y su primer Alcalde fue el Señor Tomas Concha.

Esta ubicado en la parte noroccidental del Departamento de Nariño y dista de Pasto 42 kilómetros, con una temperatura media de 18°C.

Según último censo, cuenta con 24.540 habitantes.

Tiene un corregimiento (El Peñol) y 60 veredas.

El aspecto de la población refleja un hermoso perfil, con bellas obras de ornato, tales como el Santuario donde se venera, a Jesús Nazareno, milagrosa, centenaria e histórica imagen.

Los primeros habitantes de estas tierras indígenas, pertenecientes a la tribu de los Quillacingas, de temperamento belicoso, astutos, laboriosos y honrados.

En el Municipio, esta raza ha mantenido sus características. Su proceso histórico cultural y social del Municipio de El Tambo, ha tenido muchas influencias, entre las cuales se cuenta como principal la presencia desde hace 70 años del Colegio Integrado "Sagrado Corazón de Jesús", de las Hermanas Betlehemitas, quienes con una filosofía educativa propia, han venido formando y promocionando a la niñez y juventud dentro de una formación integral.

Este colegio inició su labor en el año 1923, con una Escuela de Primero a Quinto de Primaria.

Visión

Integramos siempre al estudiante en un proceso social impregnado por una cultura cristiana, educar para la justicia, educar para el servicio, formar personalidades fuertes, capaces de resistir el relativismo existente, propiciando en ellas agentes de cambio que proyecten una visión integral en busca de la calidad total hasta el tercer milenio⁷.

Misión

Formar mujeres y hombres que participen con protagonismo en el proceso social reivindicando el puesto y la importancia que los niños y los jóvenes deben tener hoy en la sociedad. Crear una conciencia moral, un sentido evangélico crítico, frente a la realidad y con espíritu de la constitución del 91 de la ley 115 y la nueva evangelización de los valores especialmente la solidaridad, de forma tal que haga que los educandos agentes constructores de la civilización del amor.

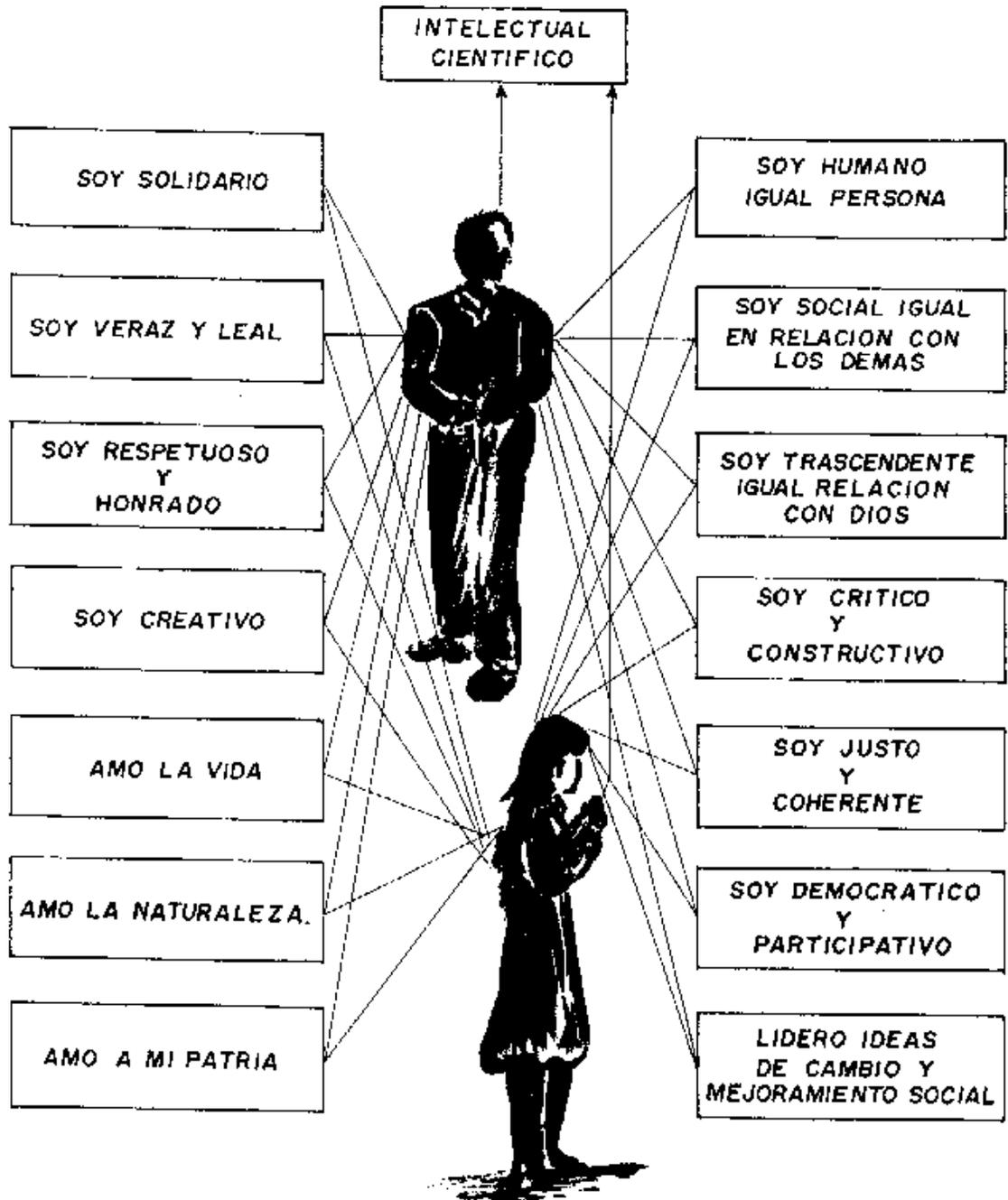
Construir un modelo pedagógico que conciba la educación Betlehemita como un proceso de formación permanente personal y social que se fundamenta en una concepción integral de la persona, su dignidad, de sus derechos y sus deberes.

En el aspecto curricular el PEI cumple con los proyectos pedagógicos que según el artículo 14 de la ley 115 de 1994 se refiere: Educación para la democracia educación sexual, educación ambiental. En cuanto al de educación física y aprovechamiento del tiempo libre no cuenta con un proyecto planificado que atienda el tiempo después de la jornada escolar y que satisfaga los intereses del joven y que brinde espacio a sus potencialidades y como preparación de las nuevas generaciones propiciando hábitos sociales para su vida adulta: se han desarrollado actividades sueltas que están muy lejos de convertirse en un verdadero proyecto.

⁷ Ibid., p. 35.

Dibujo 1. Perfil del alumno betlehemita Colegio Integrado Sagrado Corazón de Jesús del Tambo (Nariño).

No un alumno simplemente intelectualista o cientifista, sino un alumno formado desde el corazón, en sus sentimientos, actitudes y valores. Que valga más por lo que ES que por lo que HACE. Un alumno que pueda.



ORGANIZACIÓN DEL COLEGIO.

En la actualidad el colegio cuenta con el siguiente talento humano:

- Un Rector
- Dos Coordinadores
- Cuarenta y dos docentes
- Un Secretario Habilitado
- Un Conserje
- Tres aseadoras
- Dos bibliotecarios.

LIBROS REGLAMENTARIOS

- Hojas de Vida del personal administrativo y docente.
- Libros de Actas de Reuniones.
- Libros de Actas de Posesión
- Fichas Acumulativas de Matrícula
- Libro de Asistencia de Alumnos
- Control de Diario de Clases

Cuadro 1. Análisis DOFA del Colegio Integrado Sagrado Corazón de Jesús

ITEM	DIFICULTADES	OPORTUNIDADES	FORTALEZAS	AMENAZAS
1	El hecho de que la formación en la fe o área de religión quedó estipulada como área, y a la vez debe ser voluntaria por los alumnos.	De formar en los valores humanos sociales y trascendentes.	La organización de la pastoral del colegio. Los encuentros con Cristo. Convivencia. Grupos Apostólicos. Proyección Social y Apostólica.	Sectas Protestantes. Sociedad neta-mente materializada. Una sociedad hedonista. Una sociedad donde lo que importa es el tener y el poder más que el SER.
2	Falta conciencia y compromiso en el estudiante frente a su responsabilidad como estudiante.	El derecho a la educación y nuevas posibilidades que brinda la ley general como: El deber que tiene el Estado de proporcionar el mejoramiento de la educación mediante la incorporación de recursos y capacitación de docentes. Oportunidad de innovaciones.	La descentralización educativa. La autonomía especialmente en las programaciones curriculares. Integración entre la institución y la comunidad.	Resistencia de la comunidad educativa al cambio. El no cumplimiento del Estado ante las responsabilidades asumidas.
3	Falta de orientación familiar. Una sociedad muy machista. La degradación de valores a todo nivel.	La Institución proporciona actualmente un buen programa de orientación familiar y de alumnos.	Manual de convivencia. El área de formación ética en valores humanos. La responsabilidad que le da el Estado a la familia y a la institución frente a la educación.	La situación de violencia y corrupción a todo nivel. El bajo nivel de vida.

OBJET	DIFICULTADES	OPORTUNIDADES	FORTALEZAS	AMENAZAS
4	No todos están predispuestos para ejercer autonomía en las diferentes situaciones de la vida educativa. Falta de formación de líderes.	Ley 115 y la Constitución Nacional. El componente organizativo de la institución. El personero estudiantil y su organización.	Delegación de responsabilidades frente a acciones de carácter organizacional.	La presencia de agentes externos en la vida y quehacer institucional que tergiversan en forma negativa el objetivo de la autonomía (manipulación de líderes).
5	La heterogeneidad de conductas como producto de una mayoría de desintegración familiar.	La psicoorientación brindada por el colegio. La abierta participación que da la institución al estudiantado. Escuela de padres.	Escuela de padres El amor que los estudiantes le tienen al colegio. El conocimiento y compromiso que tienen los estudiantes con la filosofía de la Institución.	Mala interpretación de la participación, la autonomía y la democracia.
6	El bajo nivel de vida, que promueve el mal uso de los recursos naturales, puesto que aunque sea atropellado los recursos tienen que subsistir. La falta de una cultura ecológica. Agotamiento de los recursos naturales.	Creación del Ministerio del Medio Ambiente. La política de la ley general de educación que inserta el medio ambiente como tema importante.	Educación sobre el medio ambiente y la ecología. Brigadas y grupos ecológicos del colegio. Integración con otras entidades. Formación de líderes ambientales.	Falta de políticas y técnicas de parte del Estado que orienten y defiendan los recursos naturales y del medio ambiente Escasez de recursos hídricos. Emigración del campo a la ciudad y como consecuencia, la acelerada contaminación debido a la misma superpoblación.
7	Falta de equilibrio entre lo que se tiene y lo que se necesita. La desconcentración de funciones, más no de recursos financieros que fomenten y favorezcan la utilización práctica de la tecnología en la educación.	Las actuales políticas nacionales: Ley 115, Ley 60., Ley 80.	Entidades con sus programas de vinculación al sistema educativo y que en este momento presentan alternativas de apoyo como: FINDETER, PACES y otros.	Desvíos de estos recursos a otros sectores, si no se gestiona técnica y oportunamente. El cambio de administraciones y manejos clientelistas

FUENTE. Proyecto Educativo Institucional PEI. El Tambo – Nariño, 2004.

Cuadro 2. Metas del Colegio Integrado Sagrado Corazón de Jesús.

OBJETIVOS	METAS
<p>2. Fomentar un ambiente propicio para que los miembros de la edad educativa logren un mayor acercamiento al Dios de su credo y madurez en la fe, testimoniada en la fraternidad y servicio a los demás.</p> <p>3. Desarrollar un proceso de formación académica, seria y continuamente renovada, que permita el ejercicio de un análisis crítico, creativo y consciente de un estudio más para la vida que para el momento, de tal manera que se despierte la responsabilidad que cada alumno tiene con su promoción escolar y desde el colegio aprenda con honradez y honestidad a responder a una misión encomendada.</p> <p>4. Propiciar una educación en los valores, que rescate la dignidad de la mujer; el respeto por los valores y símbolos patrios, la lealtad, la honradez, la gratitud, la justicia, la paz, la caballerosidad en los jóvenes y respeto en las relaciones humanas.</p> <p>5. Formar en la autonomía y el liderazgo, generando participación en la toma de decisiones y corresponsabilidad de funciones.</p> <p>6. Cualificar el comportamiento en general de los estudiantes, de tal manera que éste contribuya al desarrollo, formación y crecimiento de los valores y adquieran una connotación personal que los identifique con la filosofía de la institución.</p>	<p>Alcanzar en el individuo una madurez de su fe, que se refleje en la aceptación de si mismo, de los demás y de la convivencia social.</p> <p>Que el alumno salga del colegio con una suficiente preparación práctica, que amerite su vinculación a una vida laboral independiente y de servicio comunitario.</p> <p>Formar individuos responsables, que orienten su formación al rescate de valores, la convivencia, la tolerancia y los buenos modales, de relaciones dentro de una sociedad concreta.</p> <p>Hacer del estudiante unas personas sensibles y protagónicas de cambios.</p> <p>Se tiende a lograr un comportamiento por convicción más que por sometimiento o imposición, en búsqueda de un desarrollo integral, autónomo de la personalidad.</p>
<p>7. Crear conciencia para la conservación, protección y mejoramiento del medio ambiente, de la calidad de vida, del uso racional de los recursos naturales e incentivación constante de una cultura ecológica.</p> <p>8. Lograr el mejoramiento continuo de la labor educativa que propenda pro la formación del hombre nuevo que exige la sociedad de hoy, mediante la investigación, experimentación y aplicación de sistemas tecnológicos e innovaciones pedagógicas.</p>	<p>Que los estudiantes tomen conciencia de la importancia del medio ambiente, hasta el punto de que ellos mismos promuevan acciones en su defensa y conservación.</p> <p>1. Egresados gran desarrollo del componente investigativo.</p> <p>2. Egresados capaces de emplear la informática y sistematización como herramienta laboral.</p>

FUENTE. Proyecto Educativo Institucional PEI. El Tambo – Nariño, 2004.

2.3 MARCO LEGAL

A lo largo de la historia de Colombia, se han dictado una serie de disposiciones legales relacionadas con el deporte, recreación y tiempo libre; en este proyecto de investigación se han seleccionado los decretos, leyes, y normatividades que más se relacionan con el problema de investigación de tiempo libre, así:

DECRETO del 3 de octubre de 1827. El General Santander, Hombre de las Leyes como se lo llama, siendo Vicepresidente y encargado de la Presidencia, promulga un decreto sobre "Plan de Estudios", en donde se menciona que las escuelas en las tardes de los jueves pasada la primera hora, se reemplazará el tiempo en un paseo, bañarse o aprender a nadar, donde hubiera comodidades para este último, o en otros ejercicios saludables.

Qué interesante es este decreto, porque incluye dentro del plan de estudios, actividades que recreen al estudiante, fomentando estilos de vida sanos que con el tiempo se los convierte en unos hábitos que mejoran su calidad de vida.

DECRETO 419 de julio 3 de 1904. Siendo presidente de la república José Manuel Marroquín: reglamentó la ley 39 en su capítulo V de la educación física.

ARTÍCULO 89, Parágrafo. Los servicios de salud, mercadeo, educación integral y continuada, capacitación, bibliotecas y recreación social, deberán localizarse en zonas de fácil acceso a las clases populares.

LEY 50 DE 1990. De Bienestar Laboral:

ARTÍCULO 21. Todas las empresas que posean mínimo 50 trabajadores y laboren 48 horas semanales, deben ofrecerles 2 horas semanales para la práctica del deporte, la recreación, la capacitación y la cultura.

ARTICULO 52. De la Constitución Colombiana de 1991: De los derechos sociales, económicos y culturales: "Se reconoce el derecho de todas las personas a la recreación, a la práctica del deporte y el aprovechamiento del tiempo libre. El estado fomentará estas actividades e inspeccionará las organizaciones deportivas cuya estructura y propiedad deben ser democráticas".

Se reconoce el derecho al deporte así como el deber del estado de fomentarlo y no solo abarca el deporte sino que también hace un tratamiento de la recreación y del aprovechamiento del tiempo libre, elevándolo al rango constitucional que siendo así es deber de toda entidad gubernamental fundamentarlo y apoyar estos procesos, de esta manera las instituciones educativas podrán planificar actividades extraescolares en concordancia con ello mejoran la calidad de vida de los habitantes, municipios, departamentos y en general.

ARTICULO 24. Declaración Universal de los Derechos Humanos: "Toda persona tiene derecho al descanso, el disfrute del tiempo libre de una limitación razonable de la duración del trabajo y a vacaciones periódicas ganadas".

Con la llegada de la revolución industrial, en lugar de disminuir la jornada de trabajo, aumenta. El tiempo de trabajo diario aumenta para el hombre, mujeres y niños hasta llegar incluso a puntos agotadores. Esto hizo que las masas trabajadoras inicien un movimiento reivindicativo, con objetivos claros" Reducción de la jornada laboral y aumento de los salarios.

ARTÍCULO 56. Los departamentos y los municipios o distritos deben elaborar anualmente un plan de inversiones con cargo a los recursos que esta ley les concede, destinados al fomento del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la educación física, incluyendo los recursos del numeral 4° del artículo 22 de la ley 60 de 1993, para programas de deporte, recreación y cultura.

LEY 115 DE 1994.

Se promulga la Ley General de la Educación, que reglamenta la estructuración de los P.E.I. derroteros de obligatorio cumplimiento donde se articulan intereses de los diferentes sectores de la comunidad educativa: "la formación, la promoción y la preservación de la salud y la higiene, la prevención integral de problemas socialmente relevantes, la educación física, la recreación, el deporte y la utilización del tiempo libre constituyen una oportunidad para el dinamismo interno".

ARTÍCULO 14. En todos los establecimientos oficiales o privados que ofrezcan educación formal es obligatorio en los niveles de educación preescolar, básica y media cumplir con: El aprovechamiento del tiempo libre, el fomento de las diversas culturas, la práctica de la educación física, la recreación y el deporte formativo, para lo cual el gobierno promoverá y estimulará su difusión y desarrollo.

ARTÍCULO 18. "Los establecimientos que ofrezcan el servicio de educación por niveles y grados contarán con infraestructura para el desarrollo de actividades deportivas y recreativas, en cumplimiento del artículo 141 de la Ley 115 de 1994".

LEY 181 DE 1995⁸

ARTÍCULO 1. "Los objetivos generales de la presente ley son el patrocinio, el fomento, la masificación, la divulgación, la planificación, la coordinación, la ejecución y el asesoramiento de la práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre y la promoción de la educación extra escolar de la niñez y la juventud en todos los niveles y estamentos sociales del país, en desarrollo del derecho de toda persona a ejercitar el libre acceso a una formación

⁸ SISTEMA NACIONAL DEL DEPORTE Ley 181. Centro de Documentación UPN de 1995. p. 4.

física y espiritual adecuadas. Así mismo, la implantación y fomento de la educación física para contribuir a la formación integral de la persona humana en todas sus edades y facilitarle el cumplimiento eficaz de sus obligaciones como miembro de la sociedad".

ARTICULO 4. Derechos Sociales: "Todos los habitantes del territorio nacional tienen derecho a la práctica del deporte y la recreación y al aprovechamiento del tiempo libre". El juego ofrece grandes perspectivas de aporte a la humanidad como medio de acercamiento investigativo sistemático al conocimiento del hombre, ya sea con enfoques antropológicos, sociológicos, psicológicos, etc., en la perspectiva de sus transformaciones sociales y en búsqueda del mejoramiento del nivel de vida de las comunidades; en la planeación y planteamientos socioculturales o como coadyuvantes en los procesos sociales.

ARTÍCULO 5. Define los términos de recreación, aprovechamiento del tiempo libre y la educación extraescolar.

ARTÍCULO 9. El Ministerio de Educación Nacional, COLDEPORTES y los entes territoriales propiciaron el desarrollo de la educación extraescolar de la niñez y la juventud. Para este efecto:

- Fomentarán la formación de educadores y de líderes juveniles en el campo extraescolar.
- Dotarán a las comunidades de espacios pedagógicos apropiados para el desarrollo de la educación extraescolar.
- Las instituciones públicas realizarán, directamente por medio de entidades privadas sin ánimo de lucro, programas de educación extraescolar.

ARTÍCULO 59. Corresponde al Ministerio de Educación Nacional, en coordinación con COLDEPORTES:

- Diseñar las políticas y metas en materia de deporte, recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la educación física para los niveles que conforman el sector educativo.
- Fijar los criterios generales que permitan a los departamentos regular, en concordancia con los municipios y de acuerdo con esta ley la actividad referente al deporte, fe recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la educación física en el sector educativo.

DECRETO 1227 DE 1995. "Por el cual se delega la inspección, vigilancia y control del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre, la educación física y de los organismos del sistema nacional del deporte delegando

en el director del instituto colombiano del deporte COLDEPORTES las funciones de vigilancia"⁹.

DECRETO 1229 DE 1995. Se crea un cuerpo especial dentro de la Policía Nacional denominado Policía de Recreación y Deportes, integrado preferentemente, por el personal del servicio de auxiliares bachilleres de la policía, este atenderá la organización y realización de actividades deportivas, recreativas y de aprovechamiento del tiempo libre mejorando la calidad de vida.

Cada gobierno ha formulado leyes o decretos relacionados con el deporte, recreación o tiempo libre por que sin lugar a dudas sabe que un pueblo que se distraiga, que se recree que ocupe su tiempo en actividades variadas que lo alejen de los problemas cotidianos: desempleo, conflictos familiares, hambre, drogas, alcohol. Es un pueblo con gente cada vez menos agresivo. Por ello la creación del grupo especializado en este campo conformado por policías jóvenes, o bachilleres auxiliares llegando a la población infantil, juvenil y tercera edad de los sitios más alejados del país.

LEY N° 375 DEL 4 DE JULIO DE 1997. De la juventud

ARTICULO 9. Tiempo Libre. El estado garantiza el ejercicio del derecho de los jóvenes a la recreación, práctica del deporte y aprovechamiento creativo del tiempo libre. Para esto dispondrá de los recursos físicos, económicos y humanos necesarios.

ARTÍCULO 11. Cultura. La cultura como expresión de los valores de la comunidad y fundamento de la entidad nacional será promovida especialmente por el estado, la sociedad y la juventud. Se reconoce su diversidad y autonomía para crearla, desarrollarla y difundirla.

ARTICULO 35. Promoción Política Y Cultural. El estado promoverá toda forma de expresión política y cultural de la juventud del País, con respecto y respecto a las tradiciones étnicas, la diversidad regional, sus tradiciones religiosas, las culturas urbanas y las costumbres de la juventud campesina.

Para esto se dotará a los jóvenes de mecanismos de capacitación y apoyo efectivo para el desarrollo, reconocimiento y divulgación de la cultura, haciendo énfasis en el rescate de su propia identidad y favoreciendo especialmente a los jóvenes que viven en condiciones de vulnerabilidad.

⁹ EL CONGRESO DE COLOMBIA. Diario Oficial No. 41933. Bogotá: julio Centro de Documentación UPN. de 1995, p. 7 .

ARTICULO 36. Formación Integral Juvenil. Se realiza en los diversos espacios pedagógicos definidos por la ley 115 General de Educación, y en el conjunto de interacciones sociales y vivencias del joven en su vida cotidiana.

2.4 MARCO TEÓRICO

2.4.1 Teoría del comportamiento. Maslow, Herzberg y otros tratadistas que contribuyeron a la formulación de la teoría del comportamiento se basan en cinco fortalezas que caracterizan a los seres humanos:

1. El hombre es un animal dotado de un sistema psíquico, que le da la capacidad de organizar sus percepciones en un todo integrado, haciéndolo capaz de pensar, razonar, imaginar y construir.
2. El hombre es un animal social dotado de necesidades individuales y gregarias; las primeras lo motivan a buscar satisfactores y las segundas lo llevan a desarrollar relaciones cooperativas e interdependientes que lo inducen a vivir en grupos u organizaciones sociales.
3. El hombre es un animal dotado de aptitudes para aprender, para cultivar y desarrollar sus talentos, lo cual lo ubica en el ámbito del progreso y superación personal.
4. El comportamiento humano está orientado hacia objetivos que son muy complejos y mutables de aquí que es importante comprender los objetivos humanos básicos para poder comprender su comportamiento individual, social y organizacional.
5. El hombre se caracteriza por un patrón dual de comportamiento: así como puede cooperar con sus semejantes también puede competir con ellos; coopera cuando sus objetivos individuales pueden alcanzarse a través del esfuerzo común y compite cuando sus objetivos individuales son disputados o pretendidos por otros.

En su escala jerárquica. Maslow considera el nivel de las necesidades secundarias que tiene gran relevancia para nuestro trabajo; dentro de estas están las necesidades sociales, de estima y de auto realización.

Entre las sociales están las necesidades de asociación, participación, aceptación por parte de los compañeros, intercambios amistosos- de afecto v amor. Si estas necesidades sociales no son suficientemente satisfechas el individuo se vuelve antagónico, resistente y hostil con los demás. La frustración de estas necesidades pueden conducir a la falta de aceptación social y la soledad.

Las necesidades de estima están relacionadas con la manera como el individuo se ve y se evalúa, la satisfacción de estas necesidades produce sentimientos de auto confianza, valor, fuerza, prestigio, poder, de capacidad y de utilidad. Su frustración conduce al desánimo y sentimientos de inferioridad.

Según Sigmund Freud inventor del psicoanálisis, en sus trabajos llamó la atención sobre "las pulsiones (instintos) y los procesos inconscientes que determinan el comportamiento humano"¹⁰.

Procesos del inconsciente dirigen gran parte del comportamiento de las personas; hizo hincapié en el conjunto de las variables ambientales, en el desarrollo y la importancia del comportamiento de los padres en la primera infancia.

El autor en su investigación hace planteamientos que relacionan al ser humano con comportamientos producidos por circunstancias biológicas como proceso de cambio constante desde que nace hasta que se muere y que evoluciona partiendo de una infancia indefensa hasta llegar a una juventud un tanto tormentosa y acelerada.

El hombre es un ser sensible, moldeable que se ha acostumbrado desde la educación del hogar al refuerzo como mecanismo de actuación. El padre dice a su niño de tres años: si haces esto te doy tal juguete, si no lloras te compro un dulce, condicionando en todo instante y cuando este niño crece saca a flote sus instintos que han sido guardados en el subconsciente y que influyen en el comportamiento del adulto.

Formación y desarrollo. Desde los primeros años los niños difieren ampliamente unos de otros, tanto por su herencia genética como por lo ambiental, dependiendo de las condiciones de su vida intrauterina y de su nacimiento; ejemplo algunos niños son más atentos o más activos que otros y estas diferencias pueden influir en el comportamiento que sus padres adopten con ellos, o sea que lo congénito pueda influir en lo ambiental.

Los niños aprenden a diferenciar lo aceptable (positivo) de lo inaceptable (negativo) en sus comportamientos de ahí que generalmente se espera que aprendan por ejemplo: que agresiones físicas, el engaño y el robo son negativos y que la cooperación, honestidad y el compartir son positivos.

Relaciones familiares. El comportamiento y actitudes de los padres hacia los hijos es muy variado y va desde la educación más estricta hasta la extrema permisividad, de la calidez a la hostilidad o cuando los padres son ansiosos o despreocupados, la hostilidad o total permisividad de los padres se relaciona con

¹⁰ FREUD, Sigmund. El núcleo Familiar citado por Miguel de Zubiría. Fundamentos de valores y actitudes editorial. Bogotá: Norma. 1998, p. 93.

niños agresivos y rebeldes mientras que una actitud cálida de sus padres motiva en los hijos un comportamiento educado y obediente.

Según may C.S Ladzeyg afirma que: "Los sistemas de este castigo influyen en el comportamiento. Ejemplo: aquellos que abusan del castigo físico generan en los hijos uso de aprensión física en exceso de ahí que uno de los modos de adquisición de pautas de comportamiento es por imitación de pautas paternas"¹¹.

El hogar es para el niño su refugio, su todo ya que en él encuentra amor, seguridad, alegría, protección, abrigo; es ahí donde nacen los sueños de niño, se crean los grandes fantasías, se forjan los grandes hombres del nuevo milenio, los futuros profesionales, amigos, compañeros, trabajadores y padres de familia. El niño aprende todo en sus primeros años de vida y más por imitación de sus padres ya que esos son sus ídolos; si su madre es agresiva, los maltrata, no tiene la paciencia necesaria seguramente a futuro su hijo (a) será igual porque estas son las vivencias que se quedaron gravadas en el subconsciente; si su padre es alcohólico, fuma, maltrata a su esposa, no es cariñoso, y jamás tiene una palabra de afecto para sus hijos sin duda alguna su hijo tendrá las mismas actitudes de su padre.

Si se quiere formar hombres con comportamientos serios, se debe hacer del hogar un templo del amor, de comprensión y sobre todo de diálogo.

2.4.2. Axiología. La axiología es la teoría general de los valores, en ella se han dado dos posiciones opuestas. Una es la del subjetivismo y la otra es la del objetivismo; la una entiende el valor como una vivencia y la otra sostiene que las cosas son valiosas en sí mismas y que el valor surge de las cualidades mismas que tienen las cosas. La axiología es también tomada como parte de la filosofía, consagrada a la parte de los valores.

El valor. Es una de las grandes realidades en nuestra vida diaria, todos los objetos que utilizamos tienen un valor en el mercado, cuando arrojamamos algo a la basura es porque carece de valor, todas nuestras actividades giran en torno a un valor. Si nos colocamos a pensar, el valor que prima es el valor económico en nuestra sociedad; pero no es el único valor, puesto que también valoramos a las personas y objetos por su belleza, su perfección, por su sentido espiritual, etc. Por estas razones el concepto que más se acerca a valor es que los valores no son cosas reales ni seres ideales, no pueden captarse sensiblemente, no ocupan un lugar y mucho menos son visibles. Los valores no tienen ser sino que valen. Por ejemplo la bondad no tiene un ser. Lo que existen son seres bondadosos, la bondad no hace al hombre más grande o más pequeño, la bondad es una

¹¹ HALL, C, S. LADZEYG. Las grandes teorías de la personalidad. Buenos Aires. Editorial Barcelona. 1970. p.70.

cualidad adherida al ser. El valor de un objeto reside en el aprecio de esa cosa en sí.

Se puede afirmar que los valores son cualidades de los seres, pero no todas las cualidades de los seres son valores, por ejemplo: el peso físico es una cualidad, pero no es un valor. Lo mismo se podría decir del color, extensión, etc.

El concepto de valor toma fuerza cuando aparece como una determinada propiedad de las cosas y se revela con un sentido particular, cuando es capaz de penetrar en la vida de alguien con un significado.

2.4.3 Interacción Social. La interacción social en el ser humano le permite el vínculo cercano con su familia, amigos, hermanos, compañeros y demás. Para su desarrollo se tiene los planteamientos de varios autores así:

Según Sigmund Freud dice que la "Fundamental interacción ocurría al interior del núcleo familiar"¹². Así por ejemplo la obediencia y docilidad exagerada en infancia tendrá dificultades serias de adaptación en las primeras relaciones con sus compañeros, de ahí que en las primeras etapas del niño es muy importante su familia, pero especialmente la madre como insustituible y determinante.

Reformando la teoría de Sigmund Freud, el Neopsicoanalista Spitz observó: "El comportamiento de bebés abandonados y en olvidados en guarderías estatales, donde el diálogo y la interacción con adultos resultaba reducida, una enfermera paraba de vez en cuando y les colocaba el tetero en la boca y cada tantos días les cambiaban las cobijas orinadas; con el paso de los meses los bebés elaboraron una intensa dependencia de los adultos, se agarraban de la ropa de cualquier visitante, en su rostro reflejaban los signos inconfundibles de angustia.... de una inminente separación. Sus llantos profundos e internos se transformaban en un vago gemido"¹³.

El ser humano desde que nace necesita del calor de un hogar: padre- madre- hermanos- tíos- abuelos quienes con sus caricias, hablándole, con su ternura desarrollan en el pequeño estados de seguridad, alegría, de esta manera progresará rápidamente en la evolución psicomotriz, de lenguaje y demás; pero fundamentalmente será la madre quien proporcione el ciento por ciento los cuidados de un bebé. Estos niños que carecen de un hogar tendrán en un futuro dificultades para la comunicación, pesa la convivencia y sobre todo para interactuar con su grupo en el cual se desempeñe.

¹² FREUD, Sigmund. "El núcleo familiar, citado por Miguel de Zubiría". Fundamentos de valores y actitudes. 1988. p. 81.

¹³ Ibid., p. 93.

El autor, Gorfman analizó la interacción social por analogía con una representación teatral "Parte del hecho de que para que la interacción ocurra se necesita información acerca de aquella con quienes se interactuará, existen varias fuentes de información, pero la más importante es la que suministra la misma persona a través de lo que dice o hace, y puede ser controlado o regulado por el sujeto".¹⁴

Cada persona con su comportamiento demuestra lo que es, en muchas ocasiones actúa de una manera y en otras de otra y así por ejemplo un adolescente cuando es invitado a una fiesta puede desinhibirse a tal punto de adoptar comportamientos que molesten el grupo, a diferencia de otros espacios en donde actúa de manera educada. A través de la interacción permite poder conocer el tipo de personas con quienes se relacionan.

El efecto base de la interacción social se reconoce como un comportamiento de ayuda a la supervivencia del otro ser vivo; sin el un niño o cualquier ser humano no podría sobrevivir, siendo esta una necesidad primaria, de ahí la razón del por qué se vive en grupos, se forman las familias, los grupos de amigos, empresas, clubes, asociaciones, etc. Es decir el hombre necesita interactuar viviendo en grupos y no como los osos y los mosquitos cada uno por su lado.

Según Gonzalo Gallo González¹⁵, vivir en grupo proporciona más probabilidades de sobrevivir que vivir solitario, por ejemplo el león a diferencia de otros animales puede vivir solitario? El león es un animal fuerte pero pesado, no puede adquirir varias velocidades de carrera; al ser un animal carnívoro y grande necesita capturar presas de un cierto tamaño como pueden ser ñues, bueyes, cebras, etc. grupos semiestables esperando el momento apropiado para destrozar a los líderes de un grupo de leonas, pero finalmente los leones destronados ya no forman grupos, mueren en corto tiempo, entonces para los leones interactuar en grupo significa sobrevivir y la vida solitaria es muerte segura.

El problema es que sus presas corren más que él o son mucho más fuertes, lo que significa que en la mayoría de ocasiones que trata de cazar solo pierde la presa. El león a pesar de ser el rey de la selva es incapaz de sobrevivir solo, necesita ayuda de otros leones para obtener sus presas. Así las leonas forman sus grupos estables para la crianza en la que admite un pequeño número de leones adultos, y los leones adolescentes forman. De igual manera la especie humana necesita de sus congéneres para poder sobrevivir en esta época llena de conflictos psicosociales donde impera la ley del más poderoso económicamente y de no ser por los grupos en los que interactúa que le proporcionan ayuda jamás podrían sobrevivir.

¹⁴ GORFMAN. "Interacción Social" citado Miguel DE ZUBIRÍA, Miguel de formación de valores. Bogotá: Norma, 1988. 140 p.

¹⁵ GALLO GONZALEZ, Gonzalo. El oasis, Bogotá: Pime, 1987, p. 79.

Los humanos la especie más social. Según Jaime Quevedo Caicedo¹⁶, comenta sobre la interacción social, para los seres humanos la ayuda del otro es una necesidad primaria de los individuos de la especie, sin la ayuda de los demás ningún ser humano puede sobrevivir por fuerte, inteligente, hábil que sea.

El ser humano desde que nace tiene la capacidad de relacionarse con otros seres vivientes llámense padres, hermanos, o familia en general los cuales lo protegen y le dan seguridad, a medida que crece recibe otra formación que le permite compartir su mundo, sus intereses con otras personas con quienes convive en la mañana o el día entero, mientras que sus padres. El desarrollo social no proviene ni de la inteligencia individual, ni de la fuerza individual, sino de la inteligencia y la fuerza colectiva de los grupos y la sociedad. El hombre tomado de uno en uno es tan indefenso como las hormigas.

Con el paso de las generaciones se han obtenido grandes logros de la especie humana y se han llevado a cabo mediante la continua colaboración. Todo éxito humano proviene de sumar, sumar y sumar esfuerzos, conocimientos, memorias, fracasos, y sufrimientos, por ejemplo Newton descubrió la ley de la gravedad pero sumando y sumando a lo largo de muchos años los descubrimientos, las intuiciones, los errores de sus antepasados, así su cerebro descarta lo incorrecto y agrupa lo correcto, aportó su intuición y detalles que el descubrió; así nace la ley de la gravedad del trabajo colectivo, del interactuar de muchos hombres de varias generaciones. De esta manera todos los logros desde el fuego el hacha y la rueda hasta el invento de aviones, del Internet, son el fruto de la suma inteligencia de miles de individuos. El hombre jamás triunfará ni podrá ser héroe solitario mientras no interactúe en un grupo social

2.4.4 La comunicación. Es un proceso de los seres humanos en donde se le facilita un encuentro consigo mismo y con la sociedad. Para establecer una comunicación eficaz es necesario que se den habilidades y actitudes como: escuchar, hablar, atender, comprender, aceptar y concretar; esta basada en el respeto mutuo, significa que tanto el uno como el otro pueden expresar honestamente sus creencias y sentimientos, sin temor a ser rechazado; significa aceptar lo que el otro dice. Es posible que no este de acuerdo, pero puede demostrar que acepta sus sentimientos a través de las actitudes y palabras.

Con el pensamiento de Watzwick quien expresa que: "En toda interacción humana siempre se comunica algo, toda conducta del hombre es comunicación y es por tanto imposible no comunicarse.

Si se acepta que toda conducta es comunicación se deduce que por mucho que uno lo intente no puede dejar de comunicar"¹⁷.

¹⁶ QUEVEDO CAICEDO, Jaime. Crianza con inteligencia emocional. Bogotá: Norma. 2000. p. 80.

¹⁷ WATZWICK. Las culturas en la escuela. Barcelona: Planeta, 1989. p. 50.

La comunicación más que el modo de transmisión de mensajes es un modo de pensar, de actuar y de relacionarse con los otros; según la propuesta anterior el autor relaciona la conducta con comunicación porque esta última incluye no solo las palabras sino también los gestos, los comportamientos y todo lo relacionado con la persona; de ahí que cuando el interlocutor se comunica con otra persona el efecto del mensaje lo deben recibir los dos. El diálogo, la escucha y la cordialidad son valores que facilitan este proceso interpersonal y que de alguna manera afectan la convivencia haciéndola más armónica.

El autor Jaime Quevedo expresa: "Aprender a conversar necesita ser enseñado, ser estimulado, saber conversar es la base de una buena comunicación y del éxito profesional"¹⁸.

Las bases de la conversación de un niño se dan del contacto físico entre madre e hijo y se adquiere de los procesos de crianza, cuando la mamá le canta para dormir o le lee un cuento o entabla diálogos constantemente; desde niño le está estimulando su sistema cerebral específicamente el área lingüística y hace que a futuro sea una persona que interactuará más fácilmente a través de un agradable vocabulario y una fácil comunicación permitiéndole con ello desempeñarse en cualquier espacio en su vida futura.

Siguiendo con la misma línea habla de los circuitos nerviosos de la comunicación se establecen en los primeros años y se refuerzan con el continuo aprendizaje. Cada día es fundamental para el pequeño su interactuar, la familia es el cimiento en la construcción de un excelente comunicador en la vida adulta. En la etapa de la adolescencia es kinésico o sea con gestos señales, movimiento corporales entre otros, permitiéndole de esta manera una comunicación dinámica y al estilo de ellos, el valor de la comunicación de los jóvenes es supremamente importante ya que facilita cambios en los estilos de vida, mejorando la salud y reduciendo el riesgo del estrés a través de diversas estrategias basadas en el interactuar con los grupos.

La comunicación en la escuela. La escuela está llamada a favorecer el diálogo. entre todos sus miembros y a partir de todas sus experiencias de vida y de profesión; por ello la gran importancia de promover procesos comunicativos dentro y fuera del aula de clase para que puedan interactuar y solucionar conflictos. Habermas: "llamó comunicativas a las interacciones en las cuales los participantes coordinan de común acuerdo sus planes de acción"¹⁹.

¹⁸ QUEVEDO CAICEDO, Jaime. Crianza con inteligencia emocional. Bogotá: Ed. Grafimercadeo. 2000. p. 89.

¹⁹ HABERMAS. "Interacciones". QUEVEDO CAICEDO, Jaime. Crianza con inteligencia emocional. Bogotá: Ed. Grafimercadeo. p. 75.

De esta manera la tarea fundamental que la escuela debe asumir es provocar ambientes comunicativos y democráticos que conlleven a mejorar la convivencia de ahí en todo quehacer pedagógico debe existir una buena relación entre profesores y estudiantes con procesos constantes de comunicación armónicos, brindando los espacios necesarios para que el adolescente pueda expresar libremente sus opiniones sin ningún temor.; lo pueden hacer a través de actividades como lectores competentes, el teatro, la poesía, la oratoria, etc., mecanismos que afianzan en el adolescente su autonomía y su seguridad para comunicarse libremente frente al otro y con el otro.

Sin lugar a duda la escuela es el espacio complementario al hogar en cuanto a procesos de comunicación se refiere; sin embargo si en el hogar el niño no obtuvo buenas vivencias comunicativas será la escuela quien le llene esos vacíos, incentivando aquellos estudiantes que más dificultades presenten.

Sistemas de comunicación en la actualidad. La doctora Avelina Vega²⁰ expresa que se han realizado varias investigaciones acerca de la televisión como el medio de comunicación que más influye en la vida de las personas; sin lugar a duda antiguamente le dedicaban muchísimo más espacio a actividades más enriquecedoras y en la actualidad se tiene al televisor como un miembro de la familia con grandes poderes de transformación de la mentalidad de niños y adolescentes, hoy por hoy los efectos de la televisión han convertido al hombre en un ser consumista que valora más los bienes materiales en lugar de la calidad humana, han perdido su identidad, presentan soledad y aislamiento, es menos comunicativo, de ahí que este tipo de hombre busque tipos de entretenimiento en el cual no tenga que hacer ningún esfuerzo sino más bien que lo aisle de su realidad muchas veces difícil y conflictiva.

La doctora Vega en su ponencia habla además de cómo la escuela y la familia van perdiendo su poder en el proceso de socialización y comunicación del niño y la televisión se convierte en el agente más influyente en su desarrollo social haciendo que el pequeño dirija todo su dinamismo y juego al televisor en lugar de hacerlo primero hacia sus padres, sus hermanos mayores, hacia los niños de su misma edad y más tarde hacia el grupo de compañeritos; actitudes que son básicas para su desarrollo psicofísico; si este contacto social no se da, cuando crezca tendrá problemas en sus relaciones sociales y comunicativas debido a que con la interacción y contacto con grupos es como el niño llega a resolver situaciones conflictivas y adaptarse fácilmente en cualquier grupo social con mejores hábitos comunicativos. Los padres están permitiendo que sus hijos permanezcan en soledad horas y horas sentados en actitud pasiva ante una pantalla de televisor. Ahí tratará de encontrar las respuestas a los pequeños problemas, pero desafortunadamente este aparato no para de hablar nunca y

²⁰ VEGA, Avelina. La tecnología en la actualidad, Revista Dinero, publicación 222, Bogotá: Ed. Grafimercadeo. 2000. 250 p.

jamás responderá a las preguntas que el niño se hace y muchas de ellas se quedarán sin respuesta para siempre.

2.4.5 La Convivencia. Para iniciar a hablar de este tema se han consultado algunas fuentes en donde se encuentra varias conceptualizaciones de lo que significa la convivencia.

"Convivencia es la cualidad que tiene el conjunto de relaciones cotidianas que se dan entre los miembros de una sociedad cuando se armoniza los intereses individuales con los colectivos y por lo tanto los conflictos se vuelven destructivos".

Cuando el niño crece empieza a comprender que los intereses individuales ya no tienen validez como en su hogar cuando era el rey. Ahora para poder convivir con ese nuevo grupo debe compartir así en forma colectiva, resolver los conflictos que a diario se le presentarán, desde estas etapas hasta cuando sea un adolescente y mucho más allá.

Según Gonzalo y Marquinez la convivencia es el sentido de una vida de sociedad orientada hacia el bienestar individual y colectivo.

"La persona es miembro de una sociedad(.....). El requisito más importante para que las personas puedan vivir en sociedad es que sepan convivir. Desde que nace todo ciudadano debe ser educado en la familia, en la escuela, en la vida pública para convivir. Lo específico para la vida ciudadana es la educación para la convivencia. El sistema educativo no puede limitarse a preparar individuos dotados de conocimientos y capacitados tiene además que capacitarlo para que pueda convivir, las viejas actitudes que llevan al desorden y a la violencia se deben cambiar por actitudes acordes a los ideales que hacen posible la convivencia, el reconocimiento a la dignidad humana, la autonomía, la justicia, el diálogo, la solidaridad, la tolerancia constituyen los cimientos de la convivencia"²¹.

Jamás podrán sobrevivir hombres solos porque se convertirían en ermitaños de los cuales hay muchos en la sociedad, pero son seres humanos cargados de resentimiento, amargura, soledad, más los diversos traumas psicosociales que les han impedido la convivencia en un grupo social.

El hogar y la escuela deben preparar al niño y al adolescente para convivir en grupo, mejorando actitudes de tal manera que siempre reconozcan al otro como su hermano por ser un individuo de su misma especie al cual siempre pueda prestarle ayuda cuando pueda, siendo solidario, cuando es tolerante y sabe

²¹ GÓZALEZ Y MARQUINEZ. Educación en ética y valores. Bogotá: Arte publicaciones. 1999. 270 p.

escuchar, actuando con justicia social, solo bajo esta misma visión el hombre a futuro será capaz de convivir en cualquier espacio social.

El autor Alfredo Ghiso, expresa: "La convivencia como la capacidad de ponerse en el lugar del otro, compartir, cooperar, respetarse, comunicarse, capacidad de participación, construir para poderla desarrollar; se debe tener en cuenta lo siguiente: autoconcepto, autonomía, autorregulación y capacidad para transformar el entorno, empatía y perspectiva social, razonamiento moral"²².

El autoconocimiento la clarificación de la propia manera de ser, pensar y sentir de sus valores personales para conocerse mejor a si mismo.

La autonomía y la autorregulación será la propia persona la que establece los propios principio de valores y se organiza para actuar de acuerdo a ellos. La empatía y la perspectiva social posibilitan a la persona para incrementar la consideración por los demás afianzando valores como cooperación y solidaridad.

Alfredo Ghiso²³, establece unas finalidades de la convivencia social que serán el cuidado de la vida y la felicidad; la convivencia es una búsqueda. Existen siete aprendizajes básicos que se den en forma natural y no requieren ser enseñados o aprendidos:

- Aprender a no agredir al congénere: base de todo modelo de convivencia.
- Aprender a comunicarse: base de la autoformación personal y grupal.
- Aprender a interactuar: base de los modelos de relación social.
- Aprender a cuidarse: base de modelos de salud y seguridad social.
- Aprender a cuidar el entorno para la supervivencia.

2.4.6 Superación personal. Actualmente se habla de excelencia personal y el éxito al alcance de la mano; sin embargo muchas de estas se enfocan la solución de problemas y al logro de una posición económica preponderante, quedando reducido el concepto en lo que a la superación personal se refiere; la verdadera superación no tiene cantidad sino calidad.

La superación personal se encuentra en la persona misma y no en los bienes materiales, existen hoy en día jóvenes capaces de lograr grandes empresas, observando como sus sueños se hacen realidad sin detenerse a considerar la falta de experiencia.

Según la anterior afirmación se puede argumentar que los tres pilares de la superación personal son:

²² GHISO, Alfredo. Pistas para construir mitos y desarrollar propuestas de convivencia escolar. Barcelona: Paidotribo, 1998. 290 p.

²³ Ibid., p. 80.

- **El amor a uno mismo.** Es necesario quererse a pesar de los propios defectos y limitaciones; los que se aprecian saben renacer de los fracasos y superar las crisis, es un sentimiento muy relacionado con el afecto recibido en la infancia, y si este no ha sido ofrecido de manera incondicional o se le ha hecho depender de la conducta del niño adolescente.
- **La propia visión.** Por encima de la realidad objetiva, una imagen positiva supone una fuerza interior a pesar de la adversidad y las contrariedades de la vida. En su creación influyen tanto las expectativas de los padres como la interpretación que se haya hecho cada individuo.
- **La auto confianza.** Permite pensar en el futuro sin caer en ideas negativas, su mayor ventaja es que impulsa a la acción; tiene su origen en la educación recibida y en la confianza que los padres depositan en los hijos.
- **Autoestima.** Es un sentimiento profundo de tu propio valor como dice Ignacio Orrego Rojo en su libro camino al éxito “Yo me quiero a mi mismo junto con mis padres que tengo y las circunstancias que me rodean, estoy contento de ser quien soy, me gusta lo que hago”²⁴, si se hace un análisis profundo del anterior concepto

Se puede concluir que autoestima es:

- Quererse a si mismo
- Respetarse a si mismo
- Rodearse siempre de lo mejor
- Querer lo mejor para uno mismo y para los seres queridos
- Alejar de una vez por todas todo aquello que me hace daño.
- Entender que todo mi comportamiento por privado que sea influye en mi auto imagen y en la imagen que los demás tienen de mi.

Autoestima positiva. “El valor de tu talento depende del uso que tu le des, no es lo que eres lo que te detiene sino lo que piensas que eres, proyecta esta actitud de autoestima positiva: como la cualidad humana única más importante para ti, utiliza una auto conversación positiva, aprende a aceptar cada halago con un gracias y aceptarte a ti mismo como un ser humano cambiante que evoluciona y merecer grandes beneficios.

Aprender a salir de ti mismo y entrar al mundo de los demás, los ganadores construyen para su futuro y aprenden de su pasado

²⁴ ORREGO ROJO, Ignacio. El camino al éxito. Bogotá: Láser, 2001. p. 110-113.

La autoestima positiva es una acción permanente de desarrollar ganadores entre las personas que conoce y estar en armonía con la madre naturaleza para llegar al éxito”²⁵.

Autoestima de los adolescentes. Un buen deseo de autoestima es uno de los recursos más valiosos que puede tener un adolescente. Un adolescente con autoestima aprende eficazmente, desarrolla relaciones más gratas, esta más capacitado para aprovechar las oportunidades que se le presenten, para trabajar productivamente y ser autosuficiente, posee una mayor conciencia del rumbo que sigue. Y lo que es más, si el adolescente termina esta etapa de su vida con una autoestima fuerte y bien desarrollada podrá entrar en la vida adulta con buena parte de los cimientos necesarios para una existencia productiva y satisfactoria; un adolescente con autoestima positiva podrá actuar Independientemente, asumirá sus responsabilidades y afrontará nuevos retos con entusiasmo, estará orgulloso de sus logros y demostrará amplitud de emociones y sentimientos, podrá tolerar su frustración, se sentirá capaz de influir en otros.

La adolescencia es uno de los períodos más críticos para el desarrollo de la autoestima; es la etapa en que la persona necesita hacerse con una firme identidad, es decir saberse individuo distinto a los demás, conocer sus posibilidades, su talento y sentirse valioso como persona que avance hacia un futuro. Son los años en que el niño pasa de la dependencia a la independencia y la confianza con sus propias fuerzas.

Cómo influye la autoestima en la vida cotidiana. La autoestima influye sobre el adolescente en:

- Cómo se siente
- Cómo piensa, aprende y crea.
- Cómo se valora
- Cómo se comporta
- Cómo se relaciona con los demás

Esto quiere decir que es una época en la que se ponen sobre el tapete no pocas cuestiones básicas, piénsese en la vocación, en los planes para ganarse la vida, en el matrimonio, en los principios básicos de la existencia, en la independencia de la familia y en la capacidad de relacionarse con el sexo opuesto y a estos aspectos hay que sumar todos aquellos conflictos de la niñez que no se hayan resuelto y que surjan de nuevo conflictos que habrá que afrontar también.

En la crisis de identidad de la adolescencia, el joven se cuestiona automáticamente incluyendo la opinión de si mismo adquirido en el pasado. Puede revelarse y rechazar cualquier valoración que le ofrezca otra persona o puede

²⁵ Ibid., p. 54.

encontrarse tan confuso o inseguro de si mismo y no haga más que pedir a los demás aprobación y consejos de todo tipo, llevando al adolescente inevitablemente a una reorganización crítica de su manera de apreciarse con el consiguiente cambio de autoestima.

La influencia positiva de la autoestima sobre el adolescente. Ignacio Orrego Rojo²⁶ habla:

Los aspectos positivos que refuerzan las posibilidades del adolescente de cara a la vida adulta son:

- Saber con claridad con qué fuerzas, recursos, intereses y objetivos se cuenta.
- Relaciones personales afectivas y satisfactorias.
- Claridad de objetivos.
- Productividad personal en casa, en el colegio y en el trabajo.

En conclusión: ayudando a los adolescentes a acrecentar su autoestima se pueden inducir situaciones beneficiosas y reforzar así los recursos del adolescente, para la vida adulta; para él es una auténtica necesidad fraguar su identidad y sentirse bien consigo mismo. Si puede satisfacer tal necesidad a su debido tiempo, podemos seguir adelante y estar listos para asumir las responsabilidades de satisfacer sus necesidades en la vida adulta.

2.4.7 Motivación. La motivación refleja el deseo de una persona llenar ciertas necesidades.

Según define la psicóloga Carol Dweck "La motivación es el amor por el aprendizaje, el amor por los desafíos"²⁷. según dice ella motivación es más importante que la habilidad inicial para determinar el éxito.

Carol Dweck dice que "hay muchos factores que influyen a los bajos niveles de motivación en los adolescentes"²⁸, entre ellos se puede mencionar los siguientes:

- **Cambios biológicos.** El comienzo de la pubertad, ya sea el inicio de la menstruación o el cambio de estatura del compañero del lado a que distrae a los jovencitos en sus clases las distracciones dificultan la concentración.
- **Preocupaciones emotivas.** Se requiere un mayor esfuerzo para concentrarse en las clases, siendo las preocupaciones principales las inseguridades físicas o el no pertenecer al grupo popular.

²⁶ ORREGO ROJO, Ignacio. El camino al éxito. Bogotá: Editorial Voluntad, 2001. p. 115.

²⁷ DWECK, Carol. Dirigidos al triunfo. Bogotá: Voluntad, p. 145.

²⁸ Ibid., p. 169.

- **El ambiente escolar.** Un adolescente puede perder la motivación por una carga mayor de trabajo escolar.
- **Presiones sociales.** Un jovencito puede ser influenciado por los amiguitos que piensas que el éxito escolar es para los estudiantes, mejor llamados NERDS.
- **Falta de oportunidades.** Algunos jovencitos carecen de oportunidades para tomar las clases o participar en las actividades que necesitan para fomentar su entusiasmo, esto suele suceder con mayor frecuencia entre los alumnos que provienen de familias más populares.
- **Corta duración de la atención.** Algunos educadores reportan que es muy difícil conseguir que los estudiantes se enfoquen en una tema largo, cuando están acostumbrados a programas de televisión y otras presentaciones que son rápidas, cortas y muy entretenidas.
- **Falta de una ética de trabajo.** Algunos adolescentes sin motivación todavía no han aprendido que el éxito en las escuelas requiere de tiempo y esfuerzo, hay muchas cosas que compiten por la atención de los alumnos y según las investigaciones algunos de ellos esperan que la escuela y sus actividades sean siempre emocionantes, todavía no se han dado cuenta que en la escuela y en la vida, pueden aprender lecciones muy valiosas mediante actividades que no siempre son pura diversión y que los altos logros académicos generalmente exigen un verdadero esfuerzo.

Sugerencias para fomentar la motivación. Juan José Orrego²⁹ expresa algunos consejos que ayudan a aumentar la motivación:

- **De un buen ejemplo.** Los adolescentes se benefician mucho al oír o ver a sus padres esforzarse. Los padres deben valorar el aprendizaje y el trabajo.
- **Decirle que el trabajo es la clave del éxito.** Enseñarle a ponerse metas y trabajar duro para alcanzarlos, ayúdele a enfrentar los retos.
- **Dirigirlo a clases y actividades que les gusten y le despierten el aprendizaje.** De acuerdo a los planteamientos anteriores se puede concluir que la motivación es causa del comportamiento de un organismo, o razón por la que un organismos lleva una actividad determinada; en los seres humanos la motivación engloba tanto los impulsos conscientes como los inconscientes; las teorías de motivación en psicología establecen un nivel de motivación primario que se refiere a la satisfacción de las necesidades elementales, como son respirar, beber o comer y un nivel secundario referido a las necesidades

²⁹ ORREGO, Juan José. Camino al éxito. Bogotá: Editorial Norma, 2001. p. 77-81.

sociales como el logro y el afecto; se supone que el primer nivel debe estar satisfecho antes de plantearse lo secundario.

- **Las motivaciones asociativas.** "Los hijos de todos los de sangre caliente reciben de sus padres el alimento desde el nacimiento... aparte de los mamíferos y las aves, son pocos los grupos de animales donde los padres alimentan a sus pequeños o a sus larvas"³⁰.

En la actualidad muchos padres de familia se preocupan por darle a sus hijos todo lo que ellos le piden, pero en contadas ocasiones tienen un gesto afectivo, es decir creen que formar un hijo para que alcance su felicidad es complacerlo en todos sus caprichos, pero en realidad no lo están motivando a que alcance sus sueños con palabras de aliento, entusiasmo y perseverancia. La motivación desde el hogar es indispensable para que un ser humano sea emprendedor y alcance sus ideales.

2.5 MARCO CONCEPTUAL

2.5.1 Lúdica por el Desarrollo Humano. En el artículo titulado "Un juego nuevo y otros viejos", publicado en su trascendental obra dedicada a los niños y niñas de América, José Martí escribió: "Los pueblos, lo mismo que los niños, necesitan de tiempo en tiempo algo así como correr mucho, reírse mucho y dar gritos y saltos. Es que en la vida no se puede hacer todo lo que se quiere, y lo que se va quedando sin hacer sale así, de tiempo en tiempo, como una locura". De este modo, con la profundidad de su pensamiento el Héroe Nacional cubano definió la significación de lo lúdico como ejercicio de la libertad, y fundamento para la satisfacción de la necesidad de desarrollo en los seres humanos.

Todo comienza por la necesidad. Como categoría filosófica, ella surge de la esencia, de la naturaleza interna de todo fenómeno en desarrollo, cual condición universal de la existencia. En el caso de los seres vivos se manifiesta a través de dos formas concretas e intrínsecamente relacionadas entre sí: la necesidad de subsistencia y la necesidad de desarrollo. La primera rige principalmente la acción de los organismos individuales en su lucha por la supervivencia. La segunda rige, sobre todo, la acción de los organismos en función de la preservación de su especie.

La solución de la necesidad, en su doble vertiente, la consiguen los organismos vivos mediante su actividad. El hombre es el único animal capaz de abordar la solución de su necesidad de subsistencia con un tipo exclusivo de actividad, que es el trabajo. De igual modo, es también el único que puede resolver su necesidad

³⁰ D. HASSENSTEIN. La motivación en los adolescentes. Bogotá: Norma. 1979. p. 180.

de desarrollo mediante un tipo de acción superior, que es justamente el acto lúdico.

La Lúdica, como concepto y categoría superior, se concreta mediante las formas específicas que asume, en todo caso como expresión de la cultura en un determinado contexto de tiempo y espacio. Una de tales formas es el juego, o actividad lúdica por excelencia. Y también lo son las diversas manifestaciones del arte, del espectáculo y la fiesta, la comicidad de los pueblos, el afán creador en el quehacer laboral -que lo convierte de simple acción reproductiva en interesante proceso creativo-, el rito sacro y la liturgia religiosa y, por supuesto, la relación afectiva y el sublime acto de amor en la pareja humana. En todas estas acciones está presente la magia del simbolismo lúdico, que transporta a los participantes hacia una dimensión espacio temporal paralela a la real, estimulando los recursos de la fantasía, la imaginación y la creatividad.

Existen tres categorías que condicionan el concepto de lo lúdico: la necesidad, la actividad y el placer.

- La necesidad lúdica es la inevitabilidad, la urgencia irresistible de ejecutar, bajo un impulso vital, acciones de forma libre y espontánea como manifestación del movimiento dialéctico en pos del desarrollo.
- La actividad lúdica es la acción misma, dirigida conscientemente a la liberación voluntaria del impulso vital generado por la necesidad.
- El placer lúdico es el bienestar, la consecuencia estimuladora del desarrollo, alcanzada durante la satisfacción de la necesidad a través de la actividad.

El acto lúdico es, por definición, un acto de re-creación en tanto resulta la concreción de ese vital impulso antropológico destinado a propiciar el desarrollo mediante la realización de acciones ejecutadas de forma libre y espontánea, presididas por el reconocimiento que hace el individuo sobre su propia y personal capacidad existencial, lo que equivale a decir: en pleno ejercicio de su libertad.

Una inadecuada atención a la necesidad lúdica trae como consecuencia trastornos en la conducta, que fomentan el alcoholismo, la drogadicción y la delincuencia en general, lo que atenta contra la buena marcha de la sociedad, por lo que ésta debe brindar alternativas para una sana recreación con actividades de contenido educativo, en el tiempo libre.

La verdadera recreación es la que potencia la obtención de experiencias vivenciales positivas que enriquezcan la memoria y permitan la vitalidad del individuo a través del recuerdo. A ella se opone el simple entretenimiento. La recreación es participación... el entretenimiento es evasión. Cuando una persona se limita a entretenerse está acudiendo a la práctica del olvido. Quien sólo busca

el entretenimiento que puedan brindarle, por ejemplo, el alcohol o la estridencia musical enajenante, asumirá su tiempo de ocio como tiempo de consumo, y quedara atrapado en la alienación que esta acción conlleva, sin que ningún crecimiento interior contribuya a su desarrollo personal.

El reto que se impone a los encargados de atender la recreación de las personas es concebir actividades que se inscriban dentro de un ocio asumido como verdadero tiempo libre y no como tiempo de consumo, como un real acto de participación y no como entretenimiento para la evasión, con el que se pretenda "vender un producto recreativo" sin tener en cuenta las reales y fundamentales motivaciones personales de los participantes, esas que les harán involucrarse autónomamente y por tanto con pleno ejercicio de su libertad de elección y de disfrute en las propuestas organizadas por y para ellos con el fin de enriquecer sus recuerdos positivos a través de gratas experiencias vivenciales.

Estas tienen que ser invariablemente, y por definición, un momento de participación lúdica, libre y espontáneamente elegida, con normas flexibles que se ajusten a las posibilidades, intereses y necesidades de los participantes, y donde la competición sea sustituida por una competencia consigo mismo, por el afán de ser más competente, de hacerlo cada vez mejor y en cooperación con los demás, como resultado de lo cual surgirán el recuerdo, la experiencia vivencial positiva que asegure el desarrollo personal y el placer, por haber alcanzado un real estado de re-creación.

Para que la recreación -electiva y participativa- resulte alternativa lúdica es indispensable que esté presidida por la voluntad creativa de los participantes. El error más común que cometen los animadores es la tendencia a convertir todo acto recreativo en competición deportiva, para lo cual se elaboran reglamentaciones complejas y se concibe un sistema de participación que deja finalmente algunos ganadores a quienes premiar y muchos supuestos perdedores a quienes eliminar.

Todo lo anterior es la exacta negación del juego. Jugar es experimentar, transformar, disfrutar con el descubrimiento de nuevas posibilidades, crear personalmente lo indispensable para la acción, buscar alternativas, intercambiar experiencias y motivaciones, involucrarse a plenitud, sin convencionalismos ni limitaciones de cualquier índole, y disfrutar del desarrollo de la actividad sin esperar nada material a cambio por sus resultados.

Potenciar la práctica de juegos instructivos -que respondan al sistema de valores que la sociedad necesita promover principalmente entre niños, adolescentes y jóvenes-, constituye un importantísimo propósito dentro de la recreación física, contribuyendo por sus aportaciones a la formación integral y a la elevación de la calidad de vida de la población mediante una sana ocupación del tiempo libre.

2.5.2 La Recreación ³¹. Por recreación se entiende volver a crear. Es la renovación de una situación física o anímica, volver a crear el entusiasmo, la alegría, el deseo de hacer las cosas.

El Congreso Panamericano de Educación Física, Deportes y Recreación (México 1982), conceptúa: "la recreación es una variedad infinita de acciones en las que participan los seres humanos cuando se sienten y están libres de cualquier apremio. Se efectúa habitualmente en el tiempo libre y propicia, a través de hábitos sanos una actitud solidaria y la realización de los valores del individuo sin afán de cualquier recompensa ulterior, lo que permite su creatividad, la superación de su personalidad y la plena integración del ser en el quehacer, con su consiguiente satisfacción".

Esto significa que es cada una de las personas quien determina con su actitud si un acto es creativo o no, mostrando con esto el buen o mal uso del tiempo libre. Por lo tanto, la recreación planeada y dirigida conlleva a que el individuo asuma.

En el siglo XVI, se da a conocer una ley o acuerdo de audiencia en la Nueva Granada sobre los juegos: solamente van a permitirse los juegos en los días de fiesta y después de la misa y se empieza a discriminar entre los juegos que se podían practicar y los que no.

Paralelamente, los españoles comienzan a introducir juegos distintos a los indígenas de estas tierras como juegos ecuestres, peleas de gallos, grandes cacerías y otros. Se prohíben los ritos religiosos prehistóricos. En 1553, Felipe II, introduce en las colonias, jornadas de 8 horas, ya en esa época se hablaba de un tiempo de trabajo y uno de descanso.

En el siglo XIX en el período de la República, se continúa tratando de controlar el tiempo y las funciones de ocio. Hay mayor importancia por la producción que por el descanso. Existía la concepción de tiempo libre como el espacio que el hombre dedicaba a liviandades y libertinajes.

En 1940, Rafael Uribe Uribe en conferencia afirmaba "... para alejar a los obreros de las tabernas, el Estado debe procurar distracciones encaminadas a la educación moral y estética, como teatros populares a bajo precio, museos, bibliotecas, escuelas dominicales y nocturnas, gimnasios y retretas...".

Sin embargo, y paradójicamente, el ocio en la sociedad actual tiende a hallarse cada vez más planificado por el propio sistema productivo. El gran peligro de ello estriba en que el sistema favorece el empleo del ocio en "actividades" pasivas, la más frecuente de las cuales es el ver la televisión. Frente al ocio "activo",

³¹ HERNÁNDEZ, José Antonio. Manual de Recreación. Bogotá: Ed. Programa Escuela Nueva. 1993. p.20.

empleado en cultivarse intelectual y físicamente en establecer relaciones personales con los demás, en desarrollarse como persona, aparece como predominante el ocio pasivo, en que el individuo se limita a contemplar y experimentar lo que otros han vivido y creado.³²

Hasta aquí, hemos planteado como se presentó, practicó y caracterizó la recreación a través de los tiempos; ahora es indispensable hablar del concepto de la recreación en y para nuestros días.

- La recreación, encierra variedad infinita de acciones sanas, en donde se puede incluir a todas aquellas actividades que la imaginación y la creatividad del ser humano puede generar.
- La participación del hombre con carácter de libertad, sin presiones.
- Relación estrecha de recreación con empleo de tiempo libre, aunque creemos y es también nuestra idea en la propuesta que cualesquier actividad, aún la misma jornada de trabajo, debe contener recreación y no solamente durante el uso del tiempo libre.
- Debe ser una práctica organizada y continua, es decir, debe aplicarse administración tanto al tiempo como a la actividad en si y para ello la presencia del personal técnico en la rama.
- Conlleva a satisfacción de necesidades tanto físicas como espirituales y en general al desarrollo humano, por consiguiente, la recreación es y debe emplearse como un recurso pedagógico y complemento en y para la educación integral.

Qué es la Recreación? Para responder al interrogante y obtener claridad sobre la recreación, hoy en día, encontramos varias definiciones, de las cuales, presentamos y comentamos algunas.

La recreación es una variedad infinita de acciones en las que participan los seres humanos cuando se sienten y están libres de cualquier apremio.

*Se efectúa habitualmente en el tiempo libre, a través de hábitos sanos, una actitud solidaria y la realización de los valores del individuo sin afán de cualquier recompensa ulterior, lo que permite su creatividad, la superación de su personalidad y la plena integración del ser en el qué hacer, con su consiguiente satisfacción.*³³

³² AULA. Curso de Orientación Escolar. Humanidades. Madrid: Ed. Cultural S.A. 1995. p. 171.

³³ CONGRESO PANAMERICANO de Educación Física, Deportes y Recreación. México. 1992.

"Conjunto de experiencias corporales, intelectuales y emocionales que derivan de la práctica organizada y permanente de actividades de tiempo libre de carácter deportivo, artístico, social y cívico".³⁴

"La recreación es el desenvolvimiento placentero y espontáneo del hombre en el tiempo libre, para satisfacer las ansias psico-espirituales de descanso, entretenimiento, expresión, aventura y socialización".³⁵

Definiciones, en las que se puede apreciar características para resaltar y/o comentar tales como :

"La recreación es proceso de acción y dinámica, que facilita entender la vida como una vivencia de disfrute, creación y libertad en el pleno desarrollo de las potencialidades del ser humano para su realización y mejoramiento de la calidad individual y social mediante la práctica de actividades físicas o intelectuales de esparcimiento"³⁶.

Pero, en este punto, el propósito es pensar en un concepto de recreación globalizado y ojalá diferente para el mundo de hoy y proyectado para el nuevo milenio, para lo cual, descomponemos la palabra RECREAR, en RE y CREAR y les asignamos su significado a cada parte de acuerdo al diccionario de la lengua castellana: RE = Volver a y CREAR = Hacer, es decir, RECREAR = VOLVER A HACER.

Significado que complementamos: RECREAR = VOLVER A CREAR UN MUNDO PARA VIVIR MEJOR, que no únicamente sirva para el esparcimiento sino que también sirva, a la vez, para construir conocimiento; para ocupar un tiempo libre y al tiempo, obtener enriquecimiento del SER, del SABER y del CONOCER en forma libre y sana con base en la singularidad de ser humano.

Crear un mundo para vivir mejor, donde el gusto, la alegría, el sentimiento, la ternura y el amor se irradie en toda clase de actividad, creando buena disposición y eficiencia en el quehacer diario, aún en la misma jornada de "trabajo" cualquiera que sea, para beneficio personal y social.

Crear un mundo para vivir mejor, donde el aprendizaje sea permanente en el ser humano, ya que en toda clase de experiencia incluyendo la recreación, puede y debe existir construcción de conocimiento y así obtener desarrollo en el ser, el saber y el conocer.

³⁴ GONZALEZ P., Gustavo. Educación Física y Recreación. Universidad de San Buenaventura. Cali. 1984. p. 234.

³⁵ CARLOSAMA, Erley y ORTEGA, Ramiro. Utilización del tiempo libre en los estudiantes de la Concentración Escolar "Hermógenes Zarama". Tesis UDENAR. 1996. p. 35.

³⁶ SISTEMA NACIONAL DEL DEPORTE Ley 181. Centro de Documentación UPN de 1995. Santafe de Bogotá, p. 9.

Crear un mundo para vivir mejor, donde la libertad esté presente y propicie en el ser humano el uso de la creatividad y de la imaginación, lo cual, conlleva al desarrollo del pensamiento y por ende al desarrollo social.

Crear un mundo para vivir mejor, donde la afirmación de la vida sea continua y constante, permitiendo la construcción de valores que encaminen al desarrollo singular y social del hombre para beneficio de todos en igualdad de condiciones.

La recreación en el proceso educativo. Tomando como punto de referencia la historia de la recreación, tratada anteriormente; ahora, situemos a ésta en el campo educativo y para ello, citamos apartes de lo manifestado en el libro “La Recreación en el Proceso Educativo”.

“La recreación siempre ha estado presente en el hombre por cuestión natural y está implícita en el desarrollo cultural humano”³⁷. La aparición del hombre en la tierra y bajo la condición de ser activo por naturaleza, éste, siempre buscó diversas ocupaciones que cubrieran sus ratos libres en lugar de dejarlos transcurrir en el mero ocio. Ocupaciones y actividades estrechamente ligadas a la conservación y proyección de su propia cultura a través del tiempo.

“Fueron los griegos, la primer cultura que utilizó la recreación dirigida para dar rienda suelta a todos sus sentimientos; la misma ha estado íntimamente relacionada con el juego ya que lo consideraban como una diversión para mejorar las hostilidades del trabajo. Y fue Platón quien consideró la importancia del juego, en el valor práctico de su utilización en el campo educativo. Aristóteles señaló la necesidad de adquirir hábitos de juego en todas aquellas actividades que le permitan desempeñarse mejor dentro de la sociedad”³⁸.

Iniciando así desde la antigüedad, una conceptualización e implementación de la recreación como un medio didáctico y de mucha importancia en la vida del ser humano, fundamenta en el juego como un instrumento para el desarrollo de la mente y del cuerpo en procura de mejor bienestar social.

“Siglos más tarde, los grandes reformadores de la educación y maestros consagrados desde Comenio hasta Rosseau, Pestalozzi y Froebel, señalaron que la educación debe tener en cuenta los intereses de los niños y de los jóvenes y su grado de desarrollo”³⁹.

³⁷ ZAMBRANO CH. Cornelia y otros. El uso adecuado del tiempo libre como alternativa para la integración y la recreación en el Colegio Departamental San Carlos, Municipio de El Contadero. Tesis Universidad de Nariño. 1997. p. 32.

³⁸ Ibid., p.35

³⁹ Ibid., p. 36

Esto, teniendo en cuenta que el juego es una actividad que se realiza por gusto y placer que proporciona, sin pensar en un resultado final; es libre y voluntario, sin fuerza externa que lo determine. El juego es tan común y tan importante en la vida de los niños ya que posibilita aprendizajes indispensables que no se adquieren por otros medios y además cumple un papel formador, preparándolos para ser hombres, en el juego y por el juego y de ahí que “jugar es un asunto serio” y como tal debe contemplarse e implementarse en la educación del individuo tanto fuera de la escuela como dentro de ella.

El jugar permite adquirir habilidades fundamentales y también brinda conocimientos que no sólo se encuentran en los textos escolares.

El jugar facilita la comprensión y el control de su entorno, la distinción entre realidad y fantasía, la posibilidad de aprender sobre sí mismo y sobre los otros.

El jugar permite las relaciones con las demás personas, la solución a dificultades en ellas, la cooperación y la convivencia.

En definitiva el jugar en el niño y por que no en los jóvenes y también en los adultos, significa “vivir” o mejor “aprender a vivir mejor”. Puntos de vista que a través de la historia filósofos y maestros han estudiado y promulgado; aportes que llegaron a su punto culminante con Froebel quien recalcó la importancia del juego en el proceso de aprendizaje.

LA RECREACIÓN, UNA NECESIDAD

Un elemento teórico que también se contempla como base en y para este trabajo, es lo planteado en la teoría LAS NECESIDADES HUMANAS, FACTOR DE DESARROLLO, pensamiento de Manfred Max-Neef, de la cual, tomamos algunas citas y apartes contemplados en la investigación titulada POR UNA EDUCACIÓN FELIZ A PARTIR DE LAS POTENCIALIDADES (1966), autoría de Esperanza Carvajal de Melo y Otros, con los cuales coincidimos:

Las necesidades humanas, factor de desarrollo – pensamiento de Manfred Max-Neef. Este es una especie de complemento de las teorías de Maslow y Herzberg, en la que se formula el pensamiento Manfred Max-Neef (sociólogo, economista e investigador chileno; catedrático de la Universidad de California de Berkeley, fundó en 1.981 en Santiago de Chile, un instituto para la investigación de modelos de desarrollo alternativos: su propósito es promover “un desarrollo que se refiera a personas y no a objetos y cuyo fin no debe ser ni produccionismo ni consumismo, sino la Satisfacción de las Necesidades Humanas Fundamentales, que no son sólo necesidades del POSEER sino también necesidades del SER”. Debido a sus contribuciones teóricas y prácticas para la construcción de una nueva filosofía económica, se le confirió el Premio Nobel Alternativo (Economía) en Estocolmo, 1.983), pensamiento que toma como punto de partida y como objetivo primordial la

atención a las Necesidades Humanas Fundamentales, con una caracterización sociológica, esto es, tratadas no solo como factor de desarrollo individual, sino como factor de desarrollo institucional, y más aún como factor de desarrollo social.

Para Max-Neef las necesidades humanas han transferido los ámbitos de la filosofía y de la psicología, para llegar a convertirse en centro de atracción de las disciplinas políticas, económicas y sociales.

La esencia del pensamiento de Max-Neef está en ubicar a las Necesidades Humanas como estrechamente relacionadas con DESARROLLO, y las plantea así entonces, como una TEORÍA PARA EL DESARROLLO, pues anima que "no se puede pensar en DESARROLLO sino a partir de la satisfacción de una necesidad".

Según el autor, las necesidades humanas trascienden definitivamente el carácter individual, que de por sí tienen y se trasladan o se hacen manifiestas en el espacio comunal, en el espacio social de allí que ya no se plantean como una disciplina particular, sino con visos de interdisciplinariedad, puesto que, la insatisfacción de una necesidad en particular, sumada a otra y a otra, genera una insatisfacción social, genera una calamidad social, que obliga no a la búsqueda de un satisfactor para un particular, sino a la búsqueda de un satisfactor para una necesidad o una insatisfacción general. Esto significa que la suma de necesidades constituye una magnitud de problemas que, tal y como lo señala el autor, plantean un desafío....." nuestro desafío actual no consiste tanto en enfrentar problemas sino en enfrentar la tremenda magnitud de los problemas", esta interdisciplinariedad de las necesidades es lo que precisamente permite comprender por qué la política, la economía, la salud y la educación, entre otras, se encuentran en una encrucijada y obligan a que políticos, economistas, sociólogos, gobernantes, investigadores y educadores, formulen propuestas de solución, como probables satisfactores para ese sentir social, no por la acción misma, sino por las consecuencias de la acción.

Este enfoque está esencialmente dirigido al crecimiento cualitativo de las personas, a partir de pensar que el mejor proceso de desarrollo será aquel que permita elevar la calidad de vida de los miembros de una sociedad, dependiendo indudablemente de las posibilidades que éstos tengan de satisfacer adecuadamente sus necesidades humanas fundamentales".

Y precisamente bajo las anteriores ideas, en nuestro caso, tomamos a la RECREACIÓN como una NECESIDAD FUNDAMENTAL del ser humano, ya que ella junto al juego, permite variadas situaciones de aprendizaje indispensables en y para el DESARROLLO HUMANO, de manera especial en los niños. Situaciones que deben continuar en el joven dentro del Proceso Educativo, como una herramienta pedagógica valiosa para satisfacer los deseos de CRECER, de DESARROLLARSE y de REALIZARSE, en la sociedad actual.

Es así como la realidad que hoy se impone, obliga a la necesidad de construir unos procesos educativos diversos, equitativos y autónomos; una institución educativa más sincera y más justa, con menos factores de dominación y represión, con unos cotidianos espacios de recreación compartida, más serios y cada vez más responsables con menos ocio y más alegría, de niveles más altos de convivencia y definitivamente formativos, imaginativos, creativos y que propendan por la consolidación del imaginario colectivo a que pertenecen, como lo plantea Miguel Ángel Cornejo.

Nos referimos, entonces, a que el proceso educativo debe apuntar al gran propósito de la conformación de todo un conjunto axiológico (valores) que sustenten todo proceso pedagógico. Y pensamos que el aprovechamiento del tiempo libre y la recreación como comportamientos colectivos definitivamente son proyectos en construcción y estilos de vida que se deben asumir, no sólo desde la cotidianidad individual, sino también desde la actitud familiar y el comportamiento institucional de la escuela.

Pero todo lo anterior no podrá alcanzarse de un solo golpe, en una sola etapa, sino en una progresiva y dura transformación en la que todos los componentes de la sociedad civil se articulen para, darle rendimiento a la obra final de un proceso educativo fundamentado en un adecuado uso del tiempo libre y en la sana recreación orientada en la libertad, la alegría y en la imaginación.

Es que la recreación además de esparcimiento, alegría, desarrollo de aptitudes y destrezas, supone participación, organización, operatividad en el recurso "compartir" imaginación, talento y por sobre todo relaciones de igualdad.

Los procesos educativos no pueden simplemente asimilarse a los fríos procesos de enseñanza aprendizaje o a la transmisión mecánica de conocimientos; mucho más en la Colombia de hoy, donde los niveles de violencia y sus diversas formas de expresión han lesionado alarmantemente a la sociedad en su conjunto, significativamente a la familia y funestamente a la persona.

Definitivamente una de las acciones institucionales que disminuiría notablemente en historias de odios cruzados y violencias sin fin en el país, sería justamente la adecuada utilización del tiempo libre y la recreación que alcanzarían como política seria e institucional, el desarrollo equilibrado, armónico y diverso del hombre.

2.5.3 La creatividad. Es la capacidad humana de producir contenidos mentales de cualquier tipo, que esencialmente pueden considerarse nuevos y desconocidos para quienes los producen. Puede tratarse de actividades de imaginación o de una síntesis mental. Puede implicar la formación de nuevos sistemas y de nuevas combinaciones de informaciones ya conocidas, así como las transferencias de relaciones ya experimentadas a situaciones nuevas y la formación de nuevos correlatos.

FACTORES DE LA CREATIVIDAD:

- **FLUIDEZ** : Número de respuestas que el sujeto puede emitir, cuanto mayor cantidad de ideas tenga un individuo, mayores posibilidades creativas posee.
- **FLEXIBILIDAD**. Se relaciona con la heterogeneidad de las ideas producidas y con la habilidad de abordar un tema desde diferentes puntos de vista.
- **ORIGINALIDAD**. Es la rareza relativa de las ideas, no olvidando que la creatividad muchas veces no está en lo que hace o produce sino en el cómo se produce.
- **VIABILIDAD**. Tiene que ver con la producción de ideas y soluciones realizables en la práctica.
- **INTUICIÓN**. Es la disposición natural para entrever la nueva solución ante un determinado problema.

NIVELES DE CREATIVIDAD

Taylor establece 5 niveles que suelen ser los que mencionan la mayoría de los autores. Estos son:

- **CREATIVIDAD EXPRESIVA**. Por ella, el sujeto se expresa libremente con la ayuda del dibujo libre, diálogo, etc.
- **CREATIVIDAD PRODUCTIVA**. Aquí, el producto resultante depende en gran parte del tiempo, economía y método. El fin perseguido es la obra completa.
- **CREATIVIDAD INVENTIVA**. Se tiene en cuenta tanto la expresión como el producto, pero sin unos objetivos previamente predeterminados.
- **CREATIVIDAD INNOVADORA**. Se modifican los aspectos básicos de ciertas áreas. Se habla más de teorías o nuevas concepciones.
- **CREATIVIDAD EMERGENTE**. En ella se encuadrarían los genios.

EL DEPORTE RECREATIVO – FORMATIVO:

Actividad recreativa efectuada al aire libre o en tugares cerrados, individualmente o en grupos, y en la que se emplea una cantidad variable de energía física.

La significación del deporte en los aspectos individual y social es bien patente; su práctica lleva consigo el desarrollo de la voluntad y del carácter, el autocontrol y el espíritu de sacrificio, la austeridad y todas cuantas virtudes conforman y hacen

posible la vida social: El respeto y la camaradería, los hábitos de convivencia y cooperación, el espíritu de equipo, la disciplina, el afán de noble superación, etc. Todo esto responde a los objetivos que según se ha repetido deben ser alcanzados por medio de las actividades de tiempo libre. El deporte humaniza las relaciones entre los miembros de la comunidad nacional e internacional, confiere a cada uno de ellos un carácter firme e íntegro, y finalmente permite a sus practicantes un cierto protagonismo, es decir, un agudo desarrollo de la vida personal en medio de un mundo dominado por la técnica y los intereses de masas.

El deporte para la ocupación del tiempo libre está liberado de las reglamentaciones estrictas del deporte de alto rendimiento; quienes lo practican, lo hacen por el placer que esto conlleva y lo realizan en la medida de sus capacidades e intereses. Este tipo de deportista no está interesado en obtener un reconocimiento público por su actuación, ni requiere de instalaciones costosas para practicarlo. No necesita profundos conocimientos sobre la reglamentación ni sobre técnicas depuradas. Y va más allá: realiza actividades recreativas que no son campo de deporte formal, se vale de su imaginación y creatividad, utilizando los recursos que el medio ambiente le proporciona. El caminar y correr a campo traviesa, bajando y subiendo colinas, nadar en lagos y ríos, trepar, suspenderse, pasear en bicicleta, empujar, cargar o lanzar objetos, etc., constituyen formas de actividad física, que estimulan la educación, la salud, la higiene y el desarrollo social.

Quien practica el deporte recreativo, busca:

- Contribuir al desarrollo biológico, al que tiene derecho todo ciudadano.
- Alcanzar niveles óptimos de salud física y mental.
- Compensar los inconvenientes, efectos orgánicos producidos por el trabajo.
- Reforzar la comunicación social a nivel familiar y comunitario.
- Proporcionar la realización de actividades eminentemente recreativas que permitan la reducción de hábitos y actitudes antisociales.

2.5.4 Tiempo libre. Primero, para establecer una relación con lo mencionado anteriormente; y segundo, para continuar con el orden de ideas, es imperante, tener una conceptualización del término “tiempo libre” y para ello citamos ejemplos, de los cuales, presentamos algunas consideraciones:

“El tiempo libre es aquel periodo que está en completa disposición del individuo después de haber terminado su labor y cumplido sus otras obligaciones”⁴⁰.

⁴⁰ CARLOSAMA, Erley y ORTEGA, Ramiro. Utilización del tiempo libre en los estudiantes de la Concentración Escolar “Hermógenes Zarama”. Tesis UDENAR. 1996. p. 30.

Es preciso resaltar en ésta, un aspecto claro e indiscutiblemente fundamental en el uso del tiempo libre: la libertad del individuo para emplear su tiempo con ánimo y voluntad propias en la realización de cualquier actividad: deportiva, artística, lúdica, intelectual, social y que obviamente brindarán significados y sentires diversos, acordes con las circunstancias propias de cada quien en sus respectivos entornos.

“Tiempo libre es aquel que queda disponible al hombre para hacer lo que se le antoje después de cumplir su jornada de trabajo y satisfacer sus necesidades vitales, es el tiempo que el hombre puede emplear en actividades recreativas o no hacer nada”⁴¹.

En este caso, a mas de expresar que este planteamiento posee mucha similitud con el primero en cuanto al aspecto de libertad y voluntad propias; es básico, retomar el hecho de que: “el hombre puede emplear el tiempo en actividades recreativas o no”. En primer lugar, el planteamiento lleva a concluir que generalmente el uso del tiempo libre está siempre asociado a la recreación; idea con la cual si estamos conformes, hasta cierto punto; y en segundo lugar, lleva a determinar que el tiempo libre puede ser desaprovechado, en otras palabras, “no hacer nada en él”, como si el tiempo libre es ocio en el sentido de desperdicio y de un transcurrir inadvertido, con lo cual no estamos de acuerdo, ya que el tiempo es inexorable, no es elástico, ni se puede guardar y si no lo usamos adecuada y provechosamente en su momento, se pierde definitivamente. Además, porque como lo dijimos antes, el tiempo libre a la vez que lo situamos como vital dentro del tiempo escolar, es un recurso pedagógico muy valioso, en y con el cual, se puede obtener muchos beneficios para el desarrollo y estructuración del ser humano.

“Es el uso constructivo que el ser humano hace de él, en beneficio de su enriquecimiento personal y del disfrute de la vida en forma individual o colectiva. Tiene como funciones básicas el descanso, la diversión, el complemento de la formación, la socialización, la creatividad, el desarrollo personal, la liberación en el trabajo y la recuperación sociológica”⁴².

Clasificación del tiempo. En la conferencia Latinoamericana del tiempo libre y recreación (1986) se establecieron categorías según las necesidades:

Necesidades Físicas	(Tiempo necesario)
Necesidades Laborales	(Tiempo comprometido)

⁴¹ ACOSTA, Carlos Rubén y otros. El niño de la Escuela Nueva “El Manzano”. Municipio de Taminango y su tiempo libre. Tesis UDENAR. 1996. p. 32.

⁴² SISTEMA NACIONAL DEL DEPORTE Ley 181 Centro de Documentación UPN de 1995. Santafe de Bogotá. p. 9.

Necesidades Domésticas (Tiempo contraído)
Necesidades Sociales (Tiempo Libre).

Categorías que llevan a pensar en clasificaciones independientes y apartadas unas de otras, no sólo del tiempo sino de actividades y propósitos (necesidades) realizadas en él; pero bien se sabe que hoy en día y en muchas partes del mundo, con base en el comportamiento humano, ya se integra estrechamente lo laboral (tiempo comprometido) con lo social (tiempo libre) o lo biológico con lo estricto; donde el tiempo y su uso, especialmente el tiempo libre tiene espacio como un recurso para enriquecer y disfrutar la vida en el hombre.

También en ella, se presentó una clasificación del tiempo libre según su carácter y según la cantidad teniendo en cuenta a los usuarios:

Según su carácter:

- **Libre.** Para niños, adolescentes, empleados, obreros, empresarios, profesionales, amas de casa.
- **Forzado.** Para desempleados, prisioneros, ancianos, minusválidos físicos y mentales.
- **Prescrito.** Para fuerzas armadas, prisioneros.

Según la cantidad:

- **Ilimitado.** Infantes, artistas, desempleados, ancianos, prisioneros, minusválidos, físicos y mentales.
- **Limitado.** Empleados, trabajadores, amas de casa.
- **Muy Limitado.** Fuerzas armadas, gerentes y directivos.

El tiempo libre en el ciclo vital humano. Es indudable que el individuo a medida que se desarrolla, ocupa su tiempo libre en función de las motivaciones fruto del periodo educativo en el que vive. En el niño no se distingue tiempo libre y tiempo de trabajo, porque todas las acciones repercuten en el enriquecimiento de la inteligencia. Las actividades que realiza el joven vendrán determinadas por sus inquietudes, sus capacidades, aficiones e intereses y al clasificarlas se pueden distinguir dos épocas, la primera abarca hasta los 14 años y la segunda transcurre a partir de esta edad.

La enciclopedia pedagogía y psicología infantil dice: “De los 11 y 14 años, las ocupaciones preferidas por ambos sexos son los juegos o actividades que se desarrollan con una participación masiva, logrando con ello la integración. Lo que

interesa en estos momentos serán las actividades en grupo, tales como actividades deportivas, en particular las que se desarrollan en equipo y se rigen por un reglamento organizado, así como distintos juegos de mesa, principalmente los basados en posibilidades combinatorias: dominó, ajedrez, cartas y otros."

"También durante este período tiene entre los jóvenes gran aceptación otras actividades como el arte, entre el, la pintura, los montajes de obras literarias (teatro), la danza y pequeñas obras manuales. Sin embargo ningún adolescente puede substraerse a curiosidades sin límites propios de su edad y muchas veces el afán de llegar a ser adultos enrumban sus ratos libres en experimentar sensaciones distintas a las normales, y es aquí donde se les tiene que brindar una oportunidad valiosa para encaminarlo a saber utilizar su tiempo libre en algo significativo y de construcción personal.

En la segunda mitad de la adolescencia que discurre aproximadamente entre los 14 y 17 años; disminuye el interés por los juegos colectivos y en buena medida por la televisión, ya no existe en ellos el afán participativo de otros años atrás, se empieza la desintegración grupal y sobre todo cuando no hay quien les esté cultivando su interés deportivo, artístico y cultural. En esta edad las reuniones de grupo tienen lugar en bares, discotecas, en centros sociales públicos o privados e incluso en la misma calle. Pero en este caso hay que partir de la base de que el joven y la joven integrados en grupo o por parejas en cualquiera de estos sitios nombrados, no están llevando un simple juego, ni una experiencia banal, lejos de ello, están obedeciendo a un impulso que los lleva a la integración plena en el medio personal y social, asimilan elementos de juicio que les va a permitir entender a la sociedad que les espera..."

El tiempo libre según género. Hasta épocas recientes para la mujer no había tiempo libre, este era una prolongación de una serie de actividades destinadas a servir al hogar y a la familia. El hombre durante el tiempo libre, podía dedicarse a relaciones sociales, practicar deporte, frecuentar los bares donde fortalece sus amistades. En la sociedad actual, con la incorporación de la mujer al trabajo y a la equidad educativa, se ha establecido una igualdad a nivel de sexos en los que se refiere al empleo del tiempo libre".

Tiempo libre en el joven. "El tiempo libre del joven se reparte en tiempo dedicado al estudio-trabajo y tiempo dedicado a actividades que no tienen como fin obtener un beneficio económico, sino el descanso y la diversión. En las actividades que se llevan a cabo en el tiempo libre inciden varios factores, algunos de ellos son:

Tiempo libre del joven en el sector rural. "Para los niños y los jóvenes de las escuelas rurales, el tiempo libre tiene su propio significado, por cuanto ellos "ocupan" tiempo en ayudar a sus padres a realizar las actividades propias del medio campesino y colaborar en la obtención del sustento diario: labrando la

tierra, arreando ganado, etc., trasladando el verdadero tiempo libre (que es casi copado) al tiempo que permanece en la Escuela " y por consiguiente el surgimiento de dificultades en el rendimiento escolar; situación que se continúa dando en muchas regiones según la influencia de factores internos y externos de la sociedad en relación al uso del tiempo libre.

3. DISEÑO METODOLOGICO

3.1 TIPO DE INVESTIGACIÓN:

Cualitativa, porque permitirá conocer la forma de pensar, sentir y actuar de adolescentes involucrados en la temática a tratar. Es cualitativa porque a través del desarrollo investigativo se podrá identificar los valores, actitudes, comportamientos, hábitos, nivel de convivencia, relaciones interpersonales, contradicciones e incidencias en el uso adecuado del tiempo libre.

Las características de este análisis son que se trata de un proceso inductivo, generativo y constructivista. Es inductivo en el sentido de que todo el proceso fluye de abajo arriba, de los datos a los conceptos. Por generativo se entiende que su orientación huye del contraste de teorías, ya que, justamente, persigue la generación de éstas. Finalmente, es constructivista porque la realidad se sustantiva a partir de la reelaboración de los hechos y de su abstracción integradora, y porque las categorías de las que parte son las que los propios sujetos utilizan para conceptualizar sus experiencias.

Por su naturaleza, el proceso de análisis cualitativo es continuo, dinámico y reiterativo.

Sin embargo, con fines didácticos, pueden distinguirse cinco fases diferenciadas:

1. La transcripción y exploración de la información. En cualquier análisis cualitativo, los primeros pasos consisten en registrar la información, transcribirla y explorarla exhaustivamente.
2. Identificación de las unidades de registro y de contexto. Las unidades de análisis son los conjuntos de elementos de la transcripción sobre los que se centrará el análisis. Pueden distinguirse dos tipos de unidades: las de registro (palabra, tema, objeto de referencia, personaje, hecho, etcétera) y las de contexto (pasaje donde encuentra la unidad de registro).
3. Categorización, es decir, la agrupación conceptual de las unidades de análisis que tienen aspectos comunes, asignándoles una denominación global. Las categorías deben ser pertinentes y ajustarse al contenido analizado y a los objetivos de la investigación.
4. Codificación, que consiste en asignar un símbolo a cada categoría. Los códigos son, simplemente, métodos de clasificación de la información.

5. Representación de la información, con lo que se indica el proceso de transformación y ordenación de los datos, de forma que sea posible su presentación, de manera asequible y operativa, desde la perspectiva de los objetivos de la investigación. Los métodos representativos más utilizados en este caso son: los gráficos descriptivos (como los esquemas contextuales), los gráficos explicativos (diagramas de dispersión, de flujo, causales, etcétera), las matrices descriptivas (como listas de control o matrices ordenadas) y las matrices explicativas (matrices de efectos, proceso-producto, etcétera).

Investigación descriptiva, esencialmente, porque se realiza un enfoque descriptivo del tiempo, espacios, actividades, actitudes, etc., que caracterizan el entorno de la comunidad educativa en relación con el uso del tiempo libre y la recreación.

Investigación propositiva, precisamente, porque genera una propuesta pedagógica de carácter teórico-práctico, que plantea el cambio en el uso del tiempo libre, fundamentado en la aplicación de conceptos pedagógicos, formativos y administrativos.

3.2 POBLACIÓN Y MUESTRA

La población en este trabajo está constituida por la Comunidad Educativa del Grado 10º, del Colegio Sagrado Corazón de Jesús de El Tambo – Nariño, la cual encierra la siguiente información correspondiente al año lectivo 2005 – 2006. La muestra por su tamaño se trabajará con el universo.

Cuadro 3. Población Comunidad Educativa del Grado Décimo del Colegio Sagrado Corazón de Jesús de El Tambo – Nariño.

ESTAMENTOS	Nº
Directivos, Docentes y Administrativos (Directivo: 1, Administrativos: 3, Docentes: 5)	9
Padres de Familia	8
Alumnos Grado X	22

Fuente. Esta investigación.

3.3 RECOLECCION Y ANÁLISIS DE LA INFORMACIÓN

Cuadro 4. Instrumentos de recolección.

INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN	DESTINATARIO
Visita de Archivos	Biblioteca C. I. Sagrado Corazón de Jesús
Encuesta	Estudiantes, Docentes y Padres de familia, G-10
Entrevista Ente Municipal	Funcionario Alcaldía
Diario de Campo	Estudiantes del grado décimo

El estudio partió de una revisión bibliográfica, consulta de archivos y otros documentos disponibles. Para la recolección de información, se tuvo en cuenta los tres instrumentos: padres de familia, alumnos y profesores del Colegio Sagrado Corazón de Jesús, a quienes se citó independientemente a una reunión en el establecimiento, en la cual se dio a conocer el objetivo de la encuesta y la manera de responder cada ítem.

Una vez aplicadas las encuestas, entrevista, diario de campo, éstas se codificaron, se tabularon y se analizaron cuantitativamente, haciendo uso de una estadística descriptiva e igualmente de una manera cualitativa. Las conclusiones y recomendaciones son producto del análisis cualitativo fundamentalmente. Fueron la base para la elaboración de una propuesta pedagógica fundamentada en la lúdica, que finalmente será presentada a la Institución como alternativa para resolver la problemática estudiada.

4. PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE LA INFORMACIÓN

4.1 ENCUESTA A DIRECTIVOS, DOCENTES Y ADMINISTRATIVOS

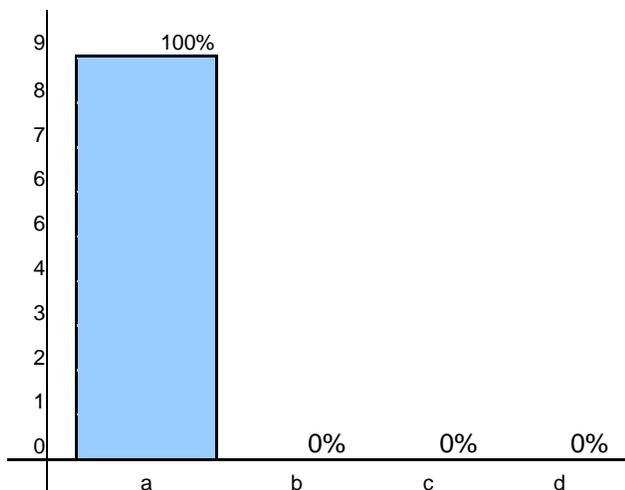
Se aplicó una encuesta a un (1) Directivo, tres (3) administrativos y cinco (5) docentes, para un total de nueve (9) encuestados, los cuales respondieron a trece (13) ítems, relacionados con el tiempo libre, la recreación, la actividad física a nivel intra y extramural y su incidencia en la academia y formación integral de las estudiantes del Colegio Integrado Sagrado Corazón de Jesús.

Pregunta 1:

Creo que el tiempo libre es un tiempo de uso constructivo, con variedad infinita de acciones voluntarias y satisfactorias, que realizan en beneficio del enriquecimiento personal y disfrute de la vida en forma individual y colectiva.

RESPUESTAS			
a.	Muy de acuerdo	9	100%
b.	Desacuerdo	0	0%
c.	Medianamente de acuerdo	0	0%
d.	En desacuerdo	0	0%

Gráfico 1.

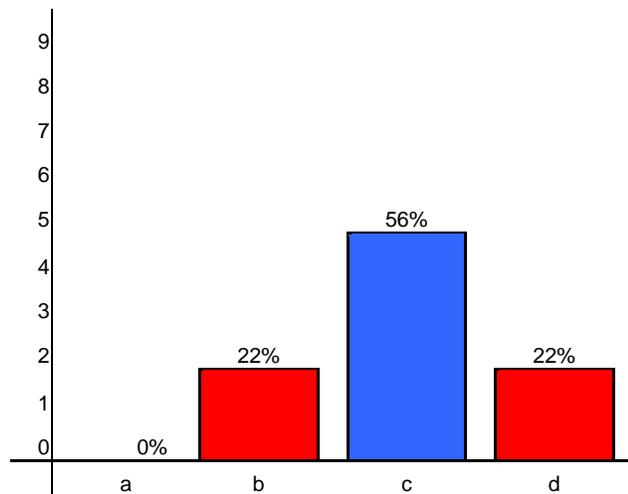


Pregunta 2:

En el Colegio se presta atención y se estimula hacia el adecuado uso del tiempo libre y la sana recreación con planteamiento y desarrollo de actividades recreativas y uso del tiempo libre.

RESPUESTAS			
a.	Mucho	0	0%
b.	Poco	2	22%
c.	Nada	5	56%
d.	A veces	2	22%

Gráfico 2.

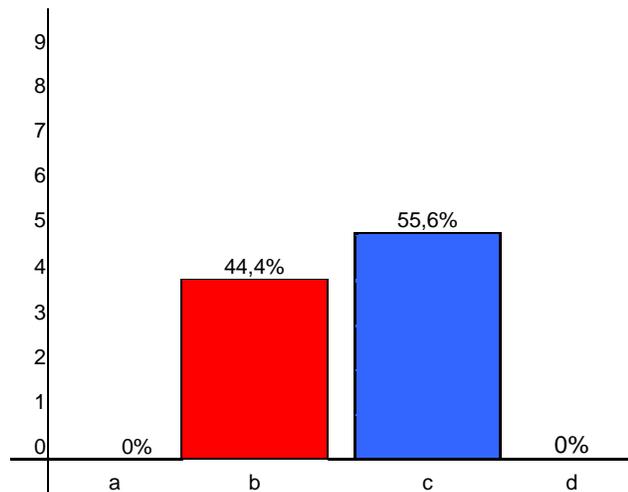


Pregunta 3:

Mi participación y convivencia en relación al uso del tiempo libre y las practicas recreativas del estudiante dentro de la institución es:

RESPUESTAS			
a.	Mucho	0	0%
b.	Poco	4	44.4%
c.	Nada	5	55.6%
d.	Indiferente	0	0%

Gráfico 3.

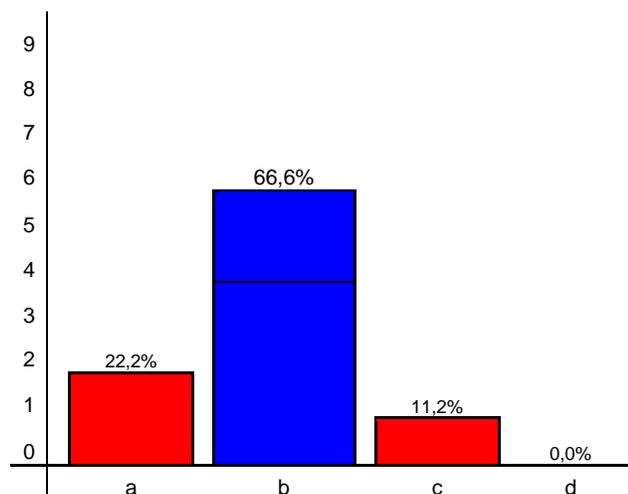


Pregunta 4:

Mi grado de participación y convivencia en relación al uso del tiempo libre a las prácticas recreativas del estudiante fuera de la institución es:

RESPUESTAS			
a.	Mucho	2	22.2%
b.	Poco	6	66.6%
c.	Nada	1	11.2%
d.	Indiferente	0	0%

Gráfico 4.

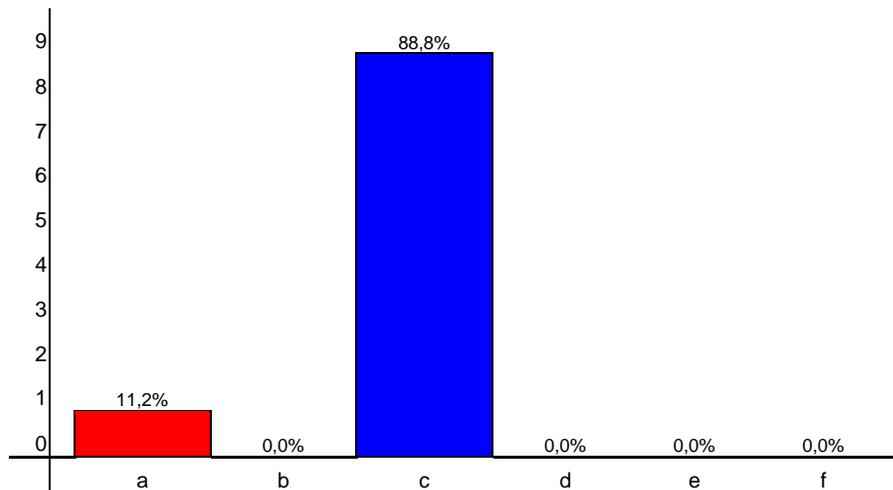


Pregunta 5:

Mi grado de participación y convivencia en relación al uso del tiempo libre a las prácticas recreativas del estudiante fuera de la institución es:

RESPUESTAS							
a.	Cumplir trabajo	1	11.2%	b.	Imp. Directivos	0	0%
c.	Gusto y esparc.	8	88.8%	d.	Prop. Pedagóg.	0	0%
e.	Ninguna	0	0%	f.	Otra cuál?	0	0%

Gráfico 5.

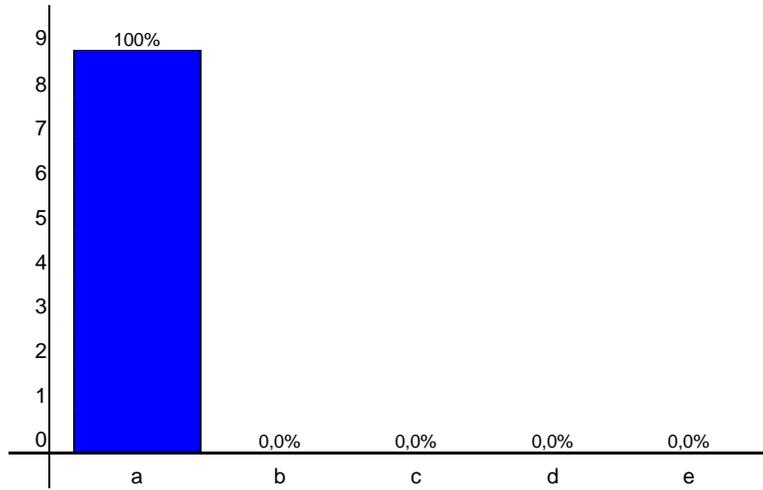


Pregunta 6:

Quando comparto espacios de tiempo libre con los estudiantes, colaboro en la formación integral de ellos:

RESPUESTAS			
a.	Muy de acuerdo	9	100%
b.	De acuerdo	0	0%
c.	Medianamente de Ac.	0	0%
d.	En desacuerdo	0	0%
e.	Otro cual?	0	0%

Gráfico 6.

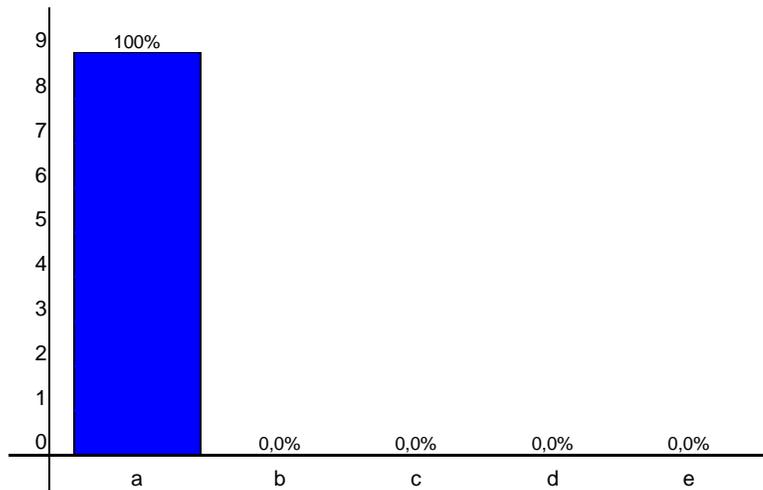


Pregunta 7:

Quando los estudiantes hacen un buen uso del tiempo libre extra escolar, contribuyen para un mejor desarrollo:

RESPUESTAS			
a.	Muy de acuerdo	9	100%
b.	De acuerdo	0	0%
c.	Medianamente de Ac.	0	0%
d.	En desacuerdo	0	0%
e.	Otro cual?	0	0%

Gráfico 7.

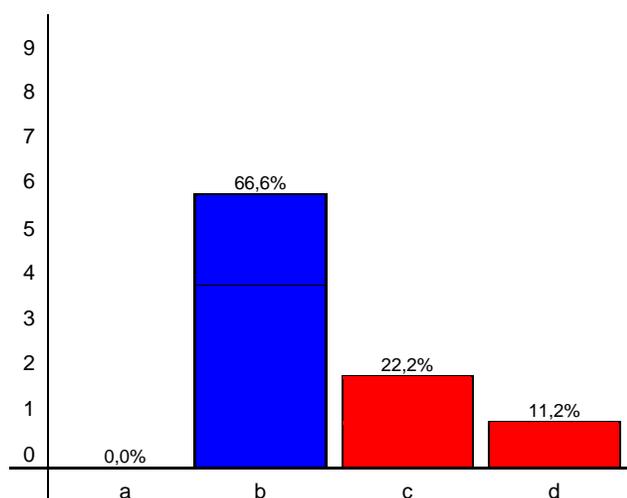


Pregunta 8:

Considero que los programas, recursos financieros, materiales y escenarios para la recreación, el deporte y el tiempo libre en la institución son:

RESPUESTAS			
a.	Adecuados a la población estudiantil	0	0%
b.	Inadecuados a la población estudiantil	6	66.6%
c.	Prácticamente no existen	2	22.2%
d.	Otra opinión diferente	1	11.2%

Gráfico 8.

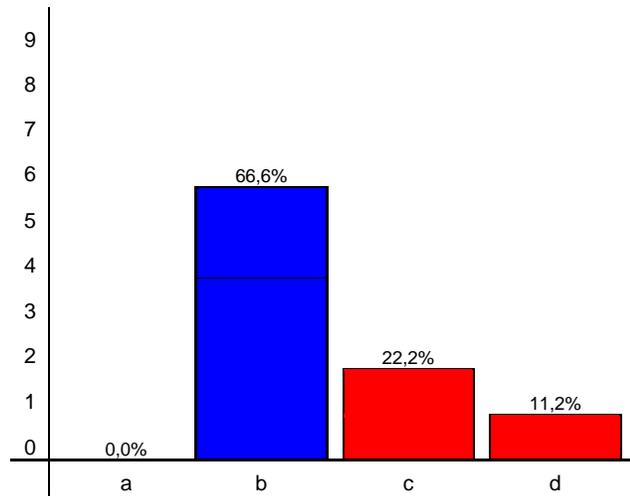


Pregunta 9:

Considero que los programas, materiales, personal, recursos financieros y escenarios que posee el municipio para la recreación, el deporte y el tiempo libre son:

RESPUESTAS			
a.	Adecuados a la población	0	0%
b.	Insuficientes e inadecuados a la población	6	66.6%
c.	Nunca me he enterado que existen	2	22.2%
d.	Otra opinión	1	11.2%

Gráfico 9.

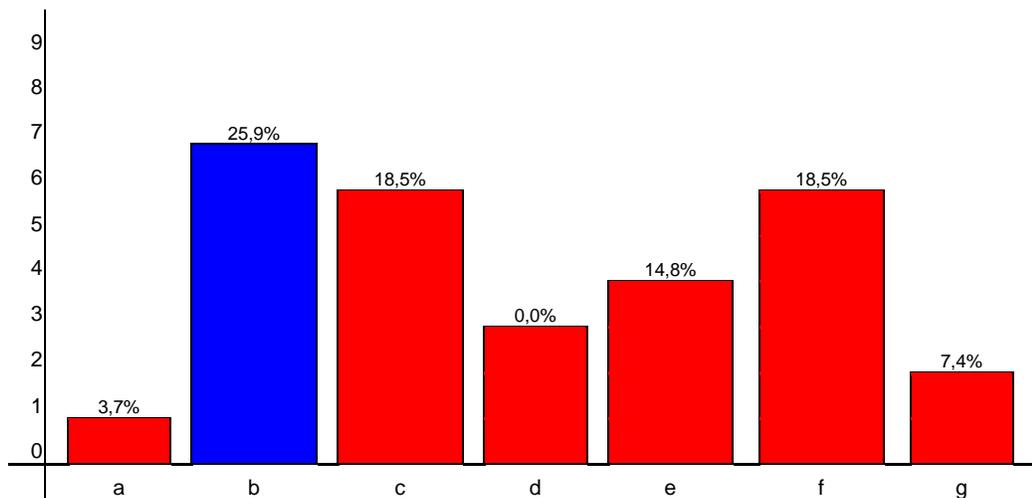


Pregunta 10:

Considero que la falta de programas y proyectos de ocupación del tiempo libre extra escolar, hace que los estudiantes realicen actividades como:

RESPUESTAS						
a.	Consumir sust. psicoactivas	1	3.7%	b.	Asistir a bares-discotecas	7 25.9%
c.	Fumar	5	18.5%	d.	Mirar TV toda la tarde	3 11.1%
e.	Sentarse tardes en el parque	4	14.8%	f.	Recorrer calles	5 18.5%
g.	Permanecer la tarde con novio	2	7.4%			

Gráfico 10.

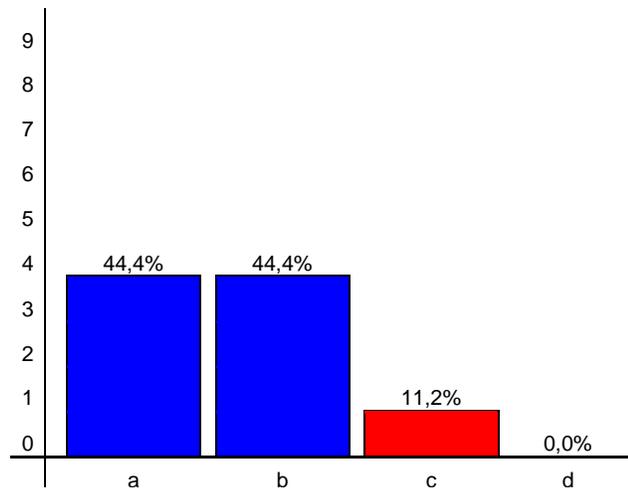


Pregunta 11:

Considero que hay actitud pasiva y sedentaria en la vida de las estudiantes por el uso inadecuado del tiempo libre.

RESPUESTAS			
a.	Muy de acuerdo	4	44.4%
b.	De acuerdo	4	44.4%
c.	Medianamente de acuerdo	1	11.2%
d.	En desacuerdo	0	0%

Gráfico 11.

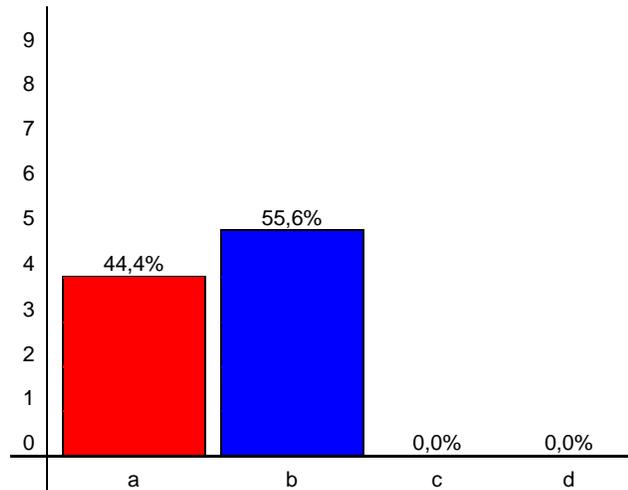


Pregunta 12:

Creo que las actividades lúdicas, la recreación y el deporte mejoran los hábitos de los (las) estudiantes.

RESPUESTAS			
a.	Muy de acuerdo	4	44.4%
b.	De acuerdo	5	55.6%
c.	Medianamente de acuerdo	0	0%
d.	En desacuerdo	0	0%

Gráfico 12.

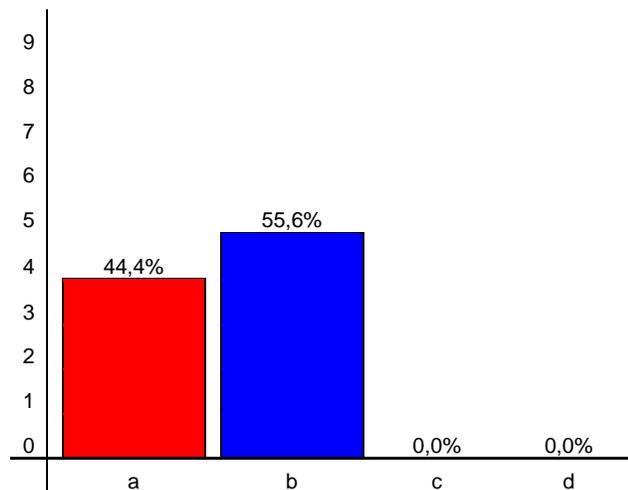


Pregunta 13:

Creo que cuando se ocupa el tiempo extra escolar de los estudiantes con actividades recreativas, deportivas, lúdicas, baja el nivel de estrés, ansiedad y depresión de los jóvenes.

RESPUESTAS			
a.	Muy de acuerdo	3	44.4%
b.	De acuerdo	6	55.6%
c.	Medianamente de acuerdo	0	0%
d.	En desacuerdo	0	0%

Gráfico 13.



4.1.1 Interpretación encuesta a docentes.

- La mayoría de los docentes disponen de una hora para utilizarlo como tiempo libre y muy pocos de dos a cuatro horas.
- La mayoría de los docentes manifiestan que no se presta atención ni se estimulan hacia el uso del tiempo libre, considera que el colegio poco presta atención hacia la sana recreación y que sólo a veces el colegio desarrolla actividades recreativas y uso del tiempo libre.
- Se observa que la mayoría de docentes no participan ni realizan ninguna convivencia en cuanto al uso del tiempo libre, y muy pocos participan en practicas recreativas del estudiante dentro de la institución.
- Pocos docentes participan en prácticas recreativas del estudiante fuera de la institución, y la mayoría de docentes no hacen nada por el aprovechamiento del tiempo libre fuera de la Institución.
- La mayoría de docentes participa en actividades recreativas por gusto y esparcimiento, y muy pocos sólo por cumplir con el trabajo.
- Casi la totalidad de los docentes está muy de acuerdo con compartir espacios de tiempo libre y la formación integral de las estudiantes.
- En su totalidad, los docentes consideran que el buen uso del tiempo libre extra escolar, contribuyen para mejorar el desarrollo integral de los estudiantes.
- Gran parte de los docentes manifiesta que los programas, recursos financieros, materiales, escenarios, deportes, en la institución son inadecuados, otros manifiesta que los programas, recursos financieros, materiales, escenarios no existen, y muy pocos tienen otra opinión; manifestando que existen pero no se los usa adecuadamente.

En relación a los programas, materiales, recursos financieros y escenarios, gran parte de docentes afirman que son inadecuados, pero algunos desconocen su existencia.

- Casi todos los docentes están de acuerdo con que hay actitud pasiva y sedentaria en la vida de las estudiantes por el uso inadecuado del tiempo libre.
- La mayoría de los docentes están de acuerdo con que las actividades lúdicas, la recreación y el deporte, mejoran los hábitos de las estudiantes.

4.2 ENCUESTA A ESTUDIANTES DEL GRADO DECIMO

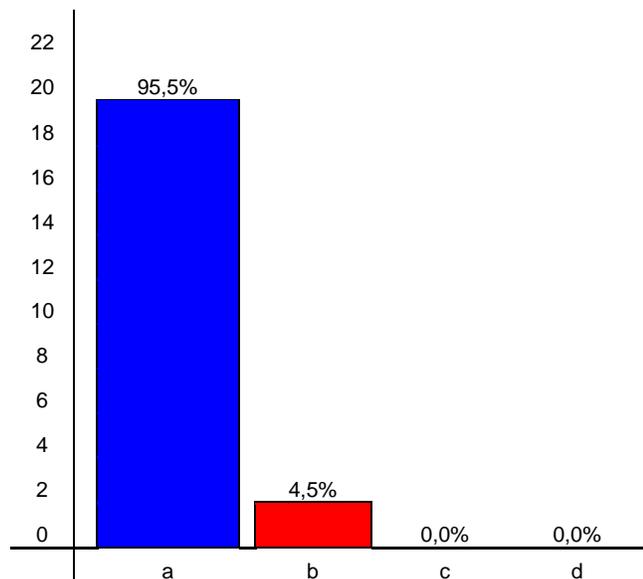
Se aplicó una encuesta a 22 mujeres del Colegio Integrado Sagrado Corazón de Jesús del Tambo – Nariño, cuya edad oscila entre los 15 y 18 años, las cuales respondieron a 20 items con relación al uso adecuado del tiempo libre, la recreación y la actividad física a nivel intra y extra mural y su posible incidencia en la academia y formación integral.

Pregunta 1:

La cantidad del tiempo diario de la cual dispongo para utilizarlo como tiempo libre, dentro del colegio es:

RESPUESTAS			
a.	1 hora	21	95.5%
b.	2-4 horas	1	4.5%
c.	Mas de 4 horas	0	0%
d.	Ninguna	0	0%

Gráfico 14.

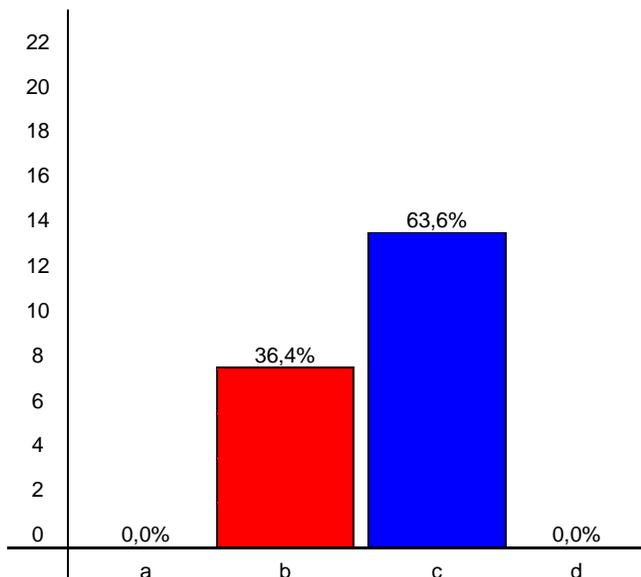


Pregunta 2:

La cantidad del tiempo del cual dispongo para utilizarlo como tiempo libre fuera del Colegio es:

RESPUESTAS			
a.	1 hora	0	0%
b.	2-4 horas	8	36.4%
c.	Mas de 4 horas	14	63.4%
d.	Ninguna	0	0%

Gráfico 15.

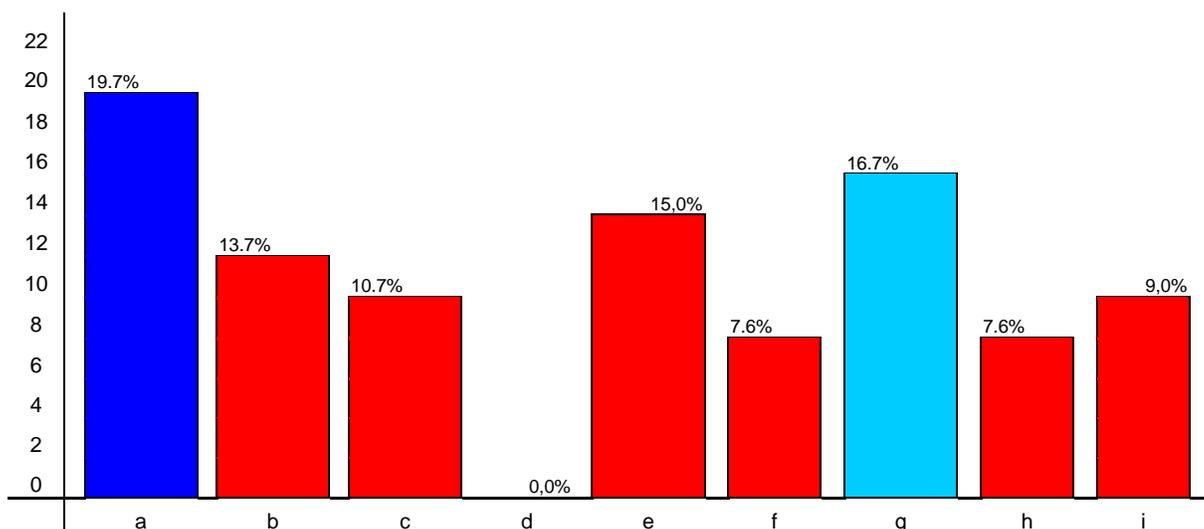


Pregunta 3:

El sitio que más frecuento dentro del colegio durante la jornada escolar, como tiempo libre es:

RESPUESTAS							
a.	Patio-canchas		19.7%	b.	Patio-gradas		13.7%
c.	Corredores		10.7%	d.	Sala profesores		0%
e.	Baños		15%	f.	Salones		7.6%
g.	Cafetería		16.7%	h.	Biblioteca		7.6%
i.	Otros		9%				

Gráfico 16.

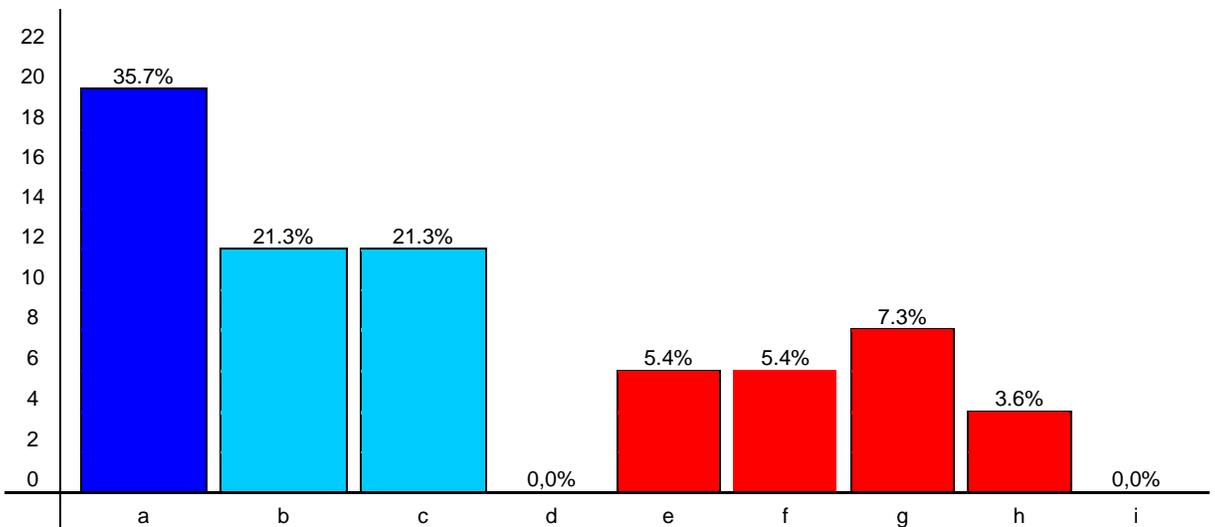


Pregunta 4:

El sitio o sitios que más frecuento después de la jornada escolar durante los días de la semana son:

RESPUESTAS							
a.	Hogar	20	35.7%	b.	Calle	12	21.3%
c.	Parque	12	21.3%	d.	Piscina	0	0%
e.	Canchas dep.	3	5.4%	f.	Biblioteca	3	5.4%
g.	Internet	4	7.3	h.	Billar	2	3.6%
i.	Otra cual?	0	0%				

Gráfico 17.

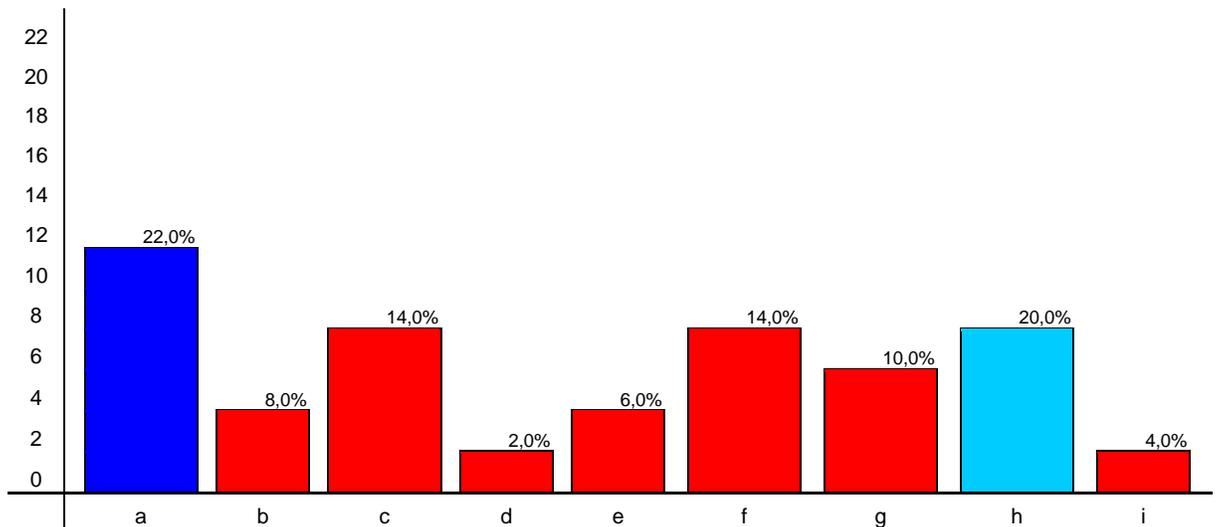


Pregunta 5:

El sitio o sitios que más frecuento el fin de semana durante el tiempo libre es:

RESPUESTAS							
a.	Hogar	11	22%	b.	Heladería	4	8%
c.	Parque	7	14%	d.	Piscina	1	2%
e.	Canchas dep.	3	6%	f.	Casa am.	7	14%
g.	Campo	5	10%	h.	Bar-disc	10	20%
i.	Club	2	4%				

Gráfico 18.

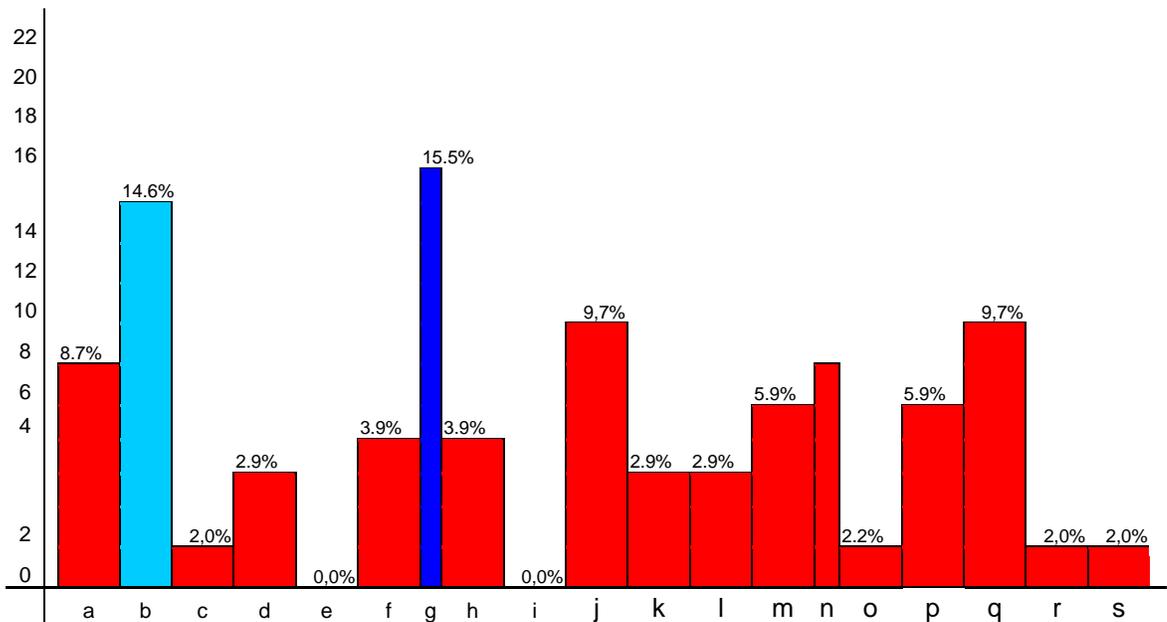


Pregunta 6:

Las actividades lúdico-recreativas que más prefiero en mi tiempo libre son:

RESPUESTAS						
a.	Dormir	9	8.7%	b.	Mirar TV	15 14.6%
c.	Trabajar	2	2%	d.	Danza	3 2.9%
e.	Montar cicla	0	0%	f.	Caminar	4 3.9%
g.	Es. música	16	15.5%	h.	Tocar ins	4 3.9%
i.	Pintura	0	0%	j.	Deporte	10 9.7%
k.	Aeróbicos	3	2.9%	l.	Video j.	3 2.9%
m.	Compartel	4	5.9%	n.	Leer	8 5.5%
o.	crucigramas	2	2%	p.	Lab. casa	6 5.9%
q.	Hogar	10	9.7%	r.	Teatro	2 2%
s.	Billar	2	2%			

Gráfico 19.

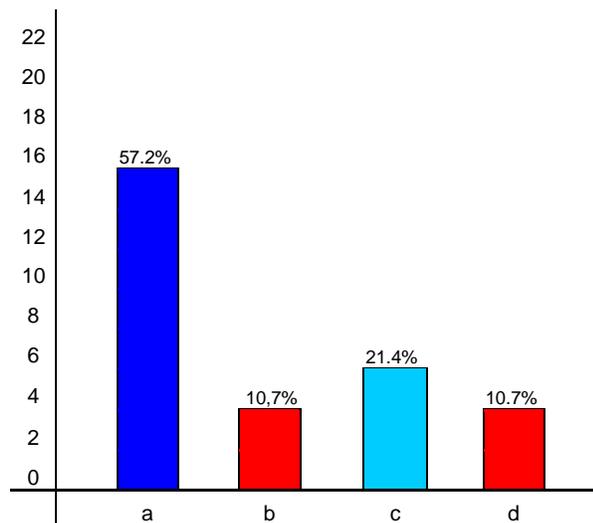


Pregunta 7:

Usted hace ejercicios o practica algún deporte:

RESPUESTAS			
a.	Sólo en Educación Física	16	57.2%
b.	Menos de 3 días semana	3	10.7%
c.	Entre 3 y 5 días semana	6	21.4%
d.	Todos los días	3	10.7%

Gráfico 20.

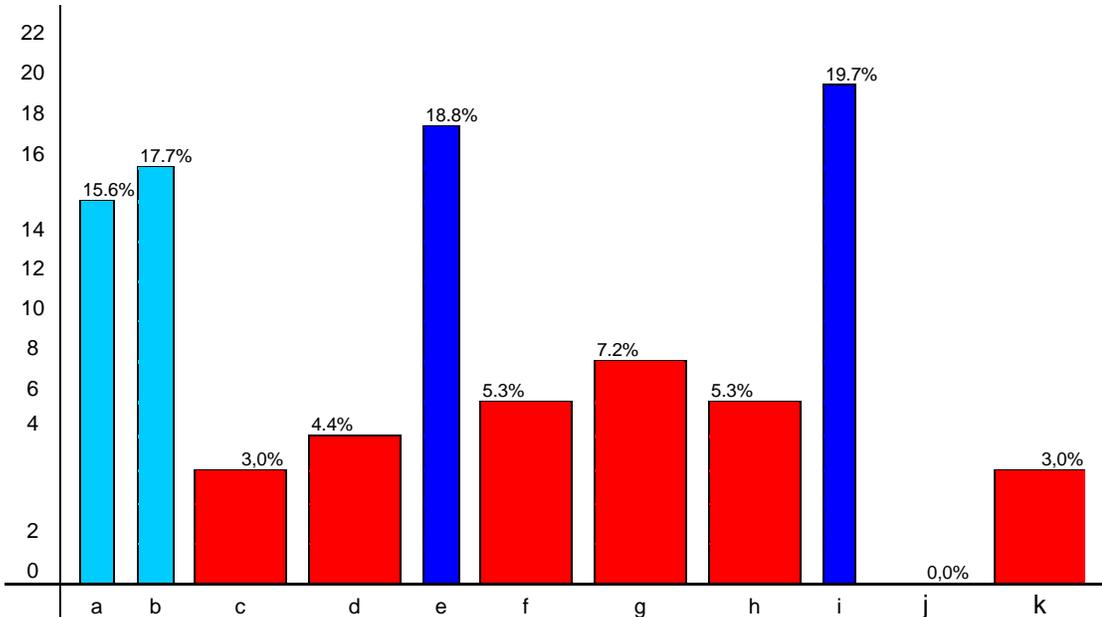


Pregunta 8:

La actividad recreativa social que más realizó en mi tiempo libre es:

RESPUESTAS							
a.	Permanecer en el hogar	15	15.6%	b.	Conversar con amigas	17	17.7%
c.	Paseos familiares	3	1%	d.	Acampar con amigas	4	3.1%
e.	Escuchar música	18	18.7%	f.	Con amigas	5	5.2%
g.	Sentarse en el parque	7	7.29%	h.	Cocinar en el casa con amigas	5	5.2%
i.	Pasear con amigos en moto o carro	19	19.8%	j.	Ninguna	0	0%
k.	Pasear al campo	3	1%	l.			

Gráfico 21.

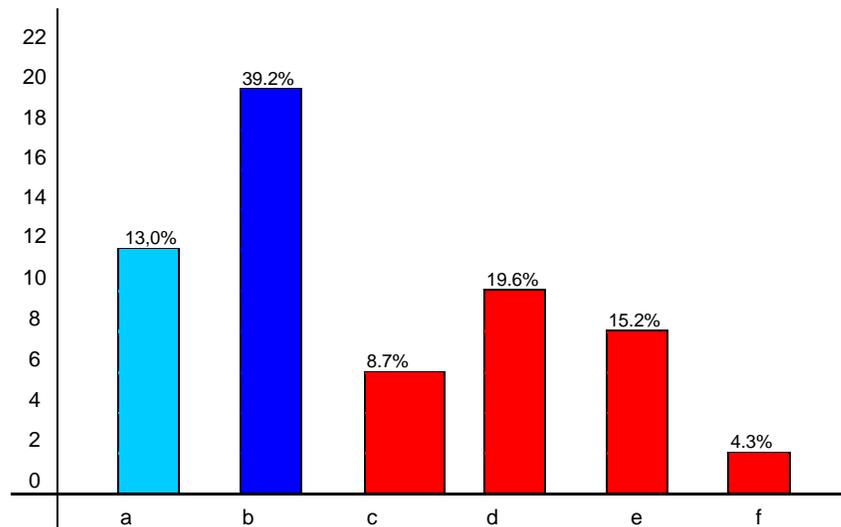


Pregunta 9:

Con toda franqueza manifiesto que:

RESPUESTAS			
a.	He fumado o fumo	6	13%
b.	He ingerido bebidas alcohólicas (cerveza, licor)	18	39.2%
c.	He probado o consumido drogas prohibidas	4	8.7%
d.	Frecuento sitios como bares y discotecas	9	19.6%
e.	He tenido o tengo relaciones sexuales	7	15.2%
f.	Ninguna	2	4.3%

Gráfico 22.

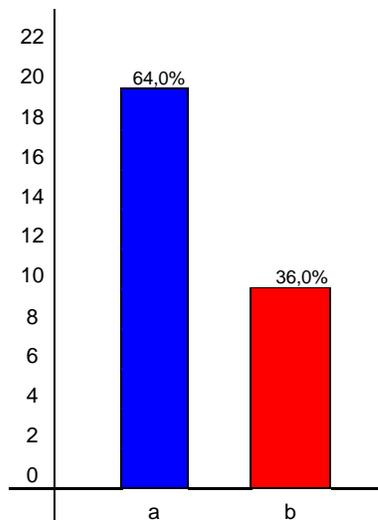


Pregunta 10:

Cuando practico una actividad recreativa, la hago más que todo:

RESPUESTAS			
a.	Dentro del Colegio	14	64%
b.	Fuera del Colegio	8	36%

Gráfico 23.

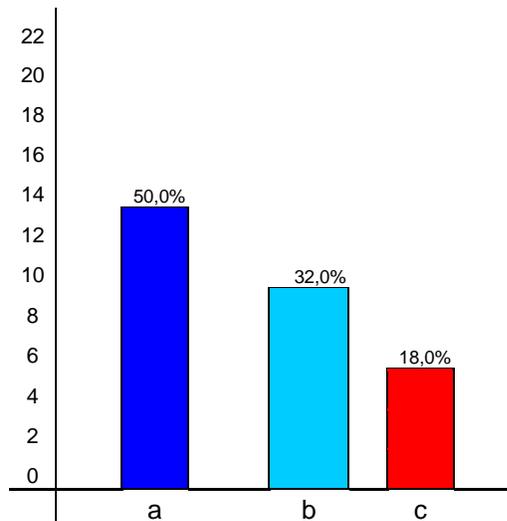


Pregunta 11:

La actividad recreativa que practico, la realizo especialmente en:

RESPUESTAS			
a.	Días ordinarios	11	50%
b.	Fines de semana	7	32%
c.	Festivos	4	18%

Gráfico 24.

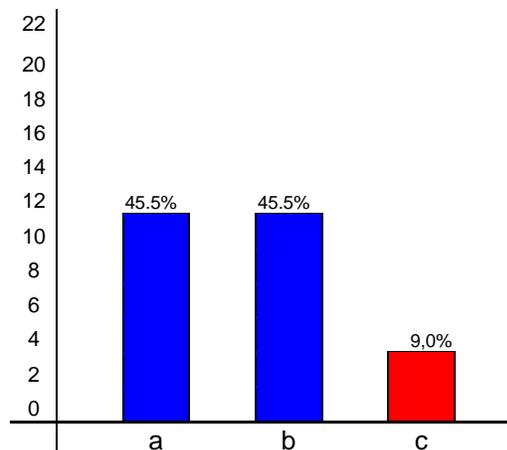


Pregunta 12:

En mi casa se preocupan y están pendientes del uso de mi tiempo libre.

RESPUESTAS			
a.	Mucho	10	45.5%
b.	Poco	10	45.5%
c.	Nada	2	9%

Gráfico 25.

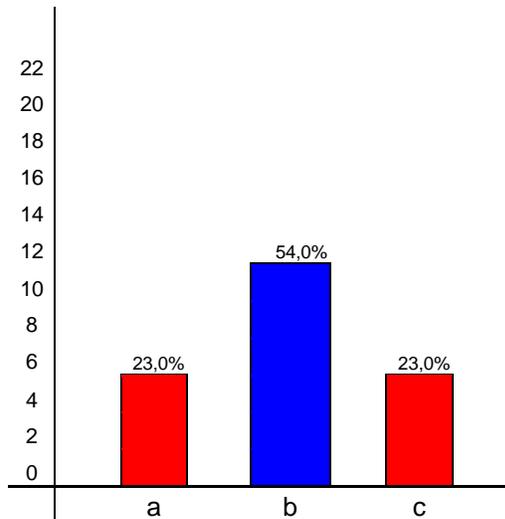


Pregunta 13:

Mis padres se preocupan por realizar actividades recreativas en familia.

RESPUESTAS			
a.	Mucho	5	23%
b.	Poco	12	54%
c.	Nada	5	23%

Gráfico 26.

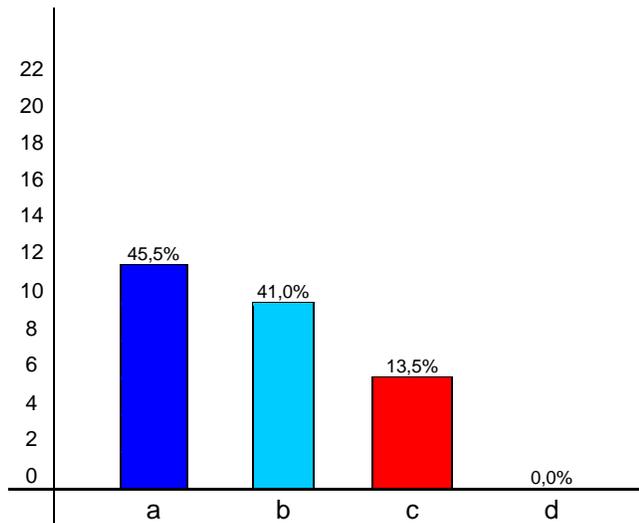


Pregunta 14:

Cuando me recreo, mejora mi capacidad de comunicación y me integro con los demás

RESPUESTAS			
a.	Muy de acuerdo	10	45.5%
b.	De acuerdo	9	41%
c.	Medianamente de acuerdo	3	13.5%
d.	Desacuerdo	0	0%

Gráfico 27.

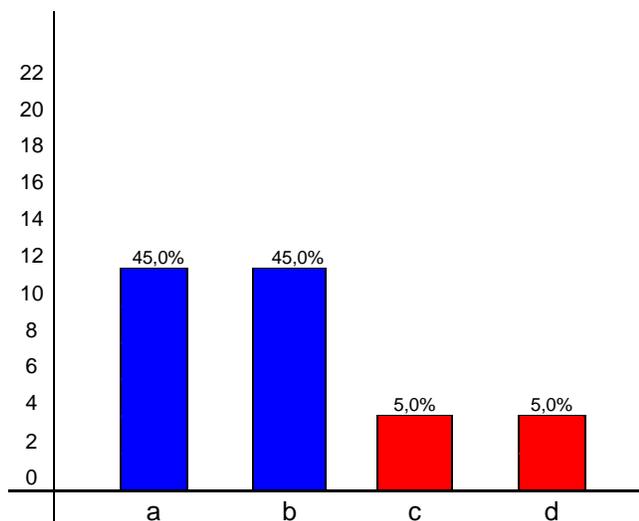


Pregunta 15

Quando me recreo soy más tolerante y mejor la convivencia con mis compañeros:

RESPUESTAS			
a.	Muy de acuerdo	10	45%
b.	De acuerdo	10	45%
c.	Medianamente de acuerdo	1	5%
d.	Desacuerdo	1	5%

Gráfico 28.

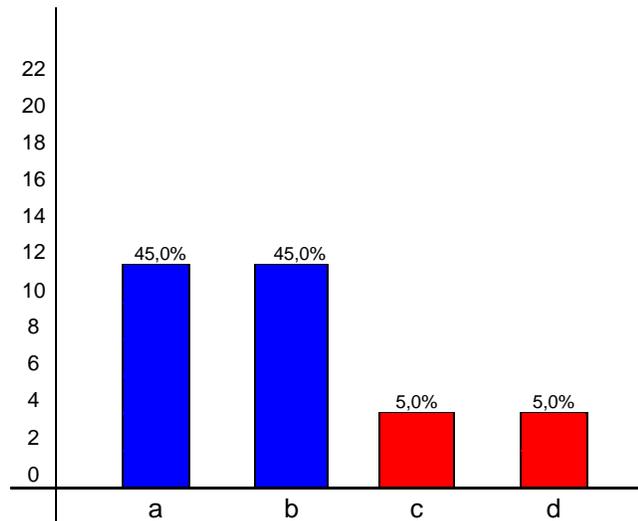


Pregunta 16

Considero que los programas, materiales y escenarios para la recreación y el deporte en la Institución son:

RESPUESTAS			
a.	Adecuados a la población infantil	10	45%
b.	Inadecuados a la población infantil	10	45%
c.	Prácticamente no existen	1	5%
d.	Otra opinión diferente	1	5%

Gráfico 29.

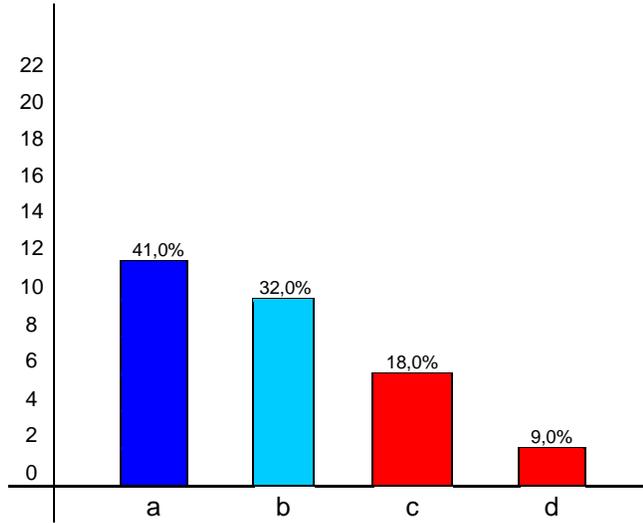


Pregunta 17

Considero que los programas, materiales, personal y escenarios que posee el municipio para la recreación, el deporte y el tiempo libre son:

RESPUESTAS			
a.	Adecuados a la población infantil	9	41%
b.	Inadecuados a la población infantil	7	32%
c.	Prácticamente no existen	4	18%
d.	Otra opinión diferente	2	9%

Gráfico 30.

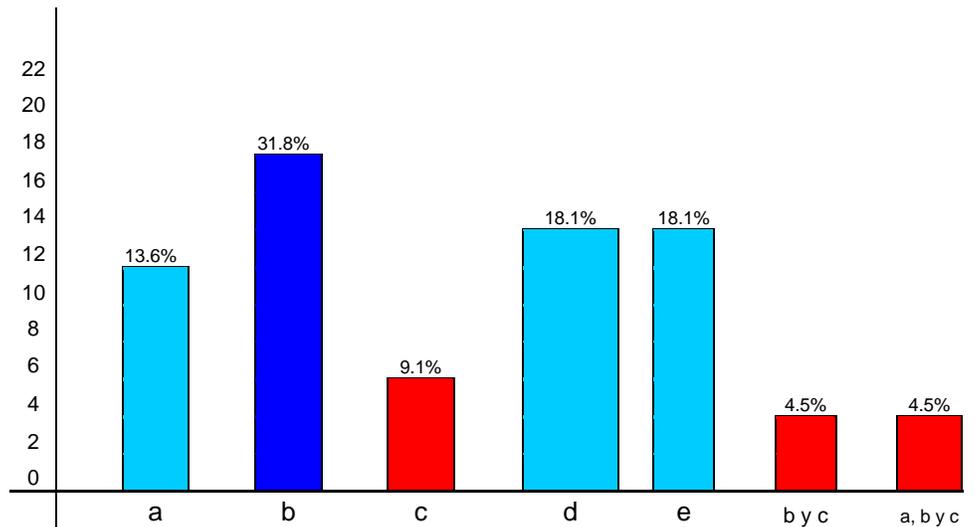


Pregunta 18

Les gustaría participar durante su tiempo libre en las siguientes actividades:

RESPUESTAS			
a.	Charlas y talleres sobre educación sexual	3	13.6%
b.	Programas de recreación activa como caminatas, juegos autóctonos, tradicionales, grupos de teatro, danza, porristas, música, deporte recreativo, camping, aeróbicos, rumbas sanas.	7	31.8%
c.	Programas de educación física como: juegos mecánicos, video juegos, cine, cine foro, asistencia a eventos culturales y artísticos.	2	9.1%
d.	Charlas, conferencias sobre relaciones interpersonales, procesos de integración, convivencia, autoestima y superación personal.	4	18.1%
e	Otros	4	18.1%
b y c	Otros	1	4.5
a, b y c	Otros	1	4.5%

Gráfico 31.

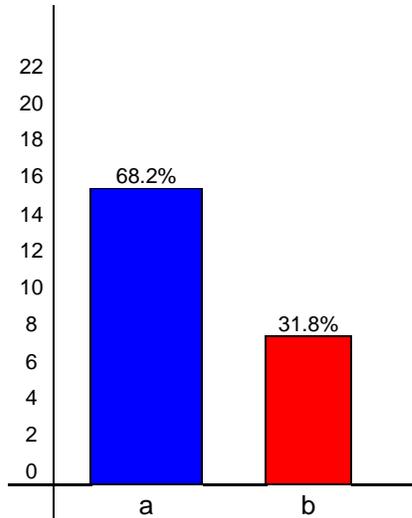


Pregunta 19

Desea cambiar algún hábito que afecta su bienestar? Cuál?.

RESPUESTAS			
a.	SI	15	68.2%
b.	NO	7	31.8%

Gráfico 32.

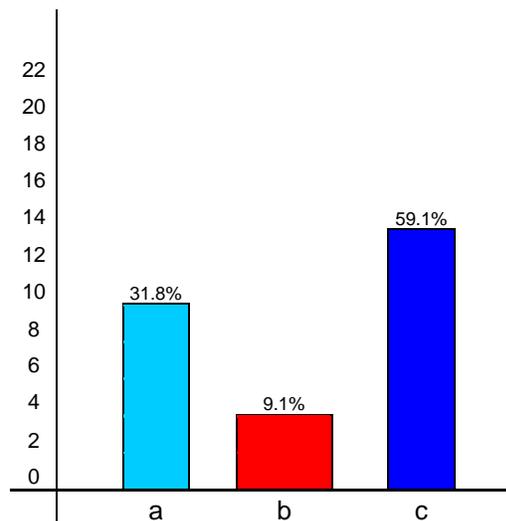


Pregunta 20

Otro comentario sobre el tema

RESPUESTAS			
a.	Ninguna	7	31.8%
b.	No contesta	2	9.1%
c.	Darle importancia al tema	13	59.1%

Gráfico 33.



4.2.1 Interpretación encuesta a estudiantes.

- El sitio que más frecuentan las estudiantes dentro del colegio y durante la jornada escolar son el patio, canchas, gradas, permaneciendo sentadas o charlando en grupos de amigas. Muy poco frecuentan los salones de clase y la biblioteca.
- Los sitios que más frecuentan los estudiantes los fines de semana son: el hogar, bares y discotecas, heladería, el parque y casas de amigos. Los lugares menos frecuentados son la piscina y las canchas deportivas, debido a que no existen alternativas en donde ellas puedan hacer un uso de su tiempo libre de manera más productiva.
- Las actividades recreativas que más realizan las estudiantes en el tiempo libre, son: escuchar música, permanecer en el hogar y en menor proporción llenan crucigramas y trabajan.
- Los deportes sólo se realizan en clases de Educación Física y algunas lo practican durante la semana y muy pocas practican durante la semana.
- La actividad social que las estudiantes más realizan es pasear con amigos en carro o en moto, escuchar música, conversar con amigos, permanecer en el hogar, sentarse en el parque con amigos y lo que menos tiempo le dedican es a paseos familiares.
- La mayoría de estudiantes manifiestan haber ingerido bebidas alcohólicas, asistido a bares y discotecas, haber tenido relaciones sexuales, probado drogas prohibidas y pocas no han realizado ninguna de las opciones anteriores.
- Casi todas las actividades recreativas las realizan las estudiantes dentro del colegio y muy escasamente fuera de él.
- La mayoría de las estudiantes dicen que sus familias se preocupan y están pendientes del uso del tiempo libre y muy pocas dicen que sus familias no se preocupan ni están pendientes.
- Gran parte de las estudiantes afirma que los padres, poco se preocupan por realizar actividades recreativas en familia, y algunas opinan que los padres si realizan actividades en familia.
- Varias estudiantes están completamente convencidos sobre que la recreación mejora la capacidad de comunicación y los integra con los demás,

otras aducen que están de acuerdo, y muy pocas en contra de la argumentación.

- Casi en su totalidad las estudiantes están muy de acuerdo y de acuerdo con que la recreación mejora la tolerancia y la convivencia, y en su minoría lo dudan y opinan lo contrario.
- Gran parte de las estudiantes consideran que los programas, materiales y escenarios para la recreación y el deporte son adecuados a la población estudiantil, algunas consideran que prácticamente no existen los escenarios para la recreación y los deportes en la institución. Y muy pocas consideran que son inadecuados.
- Determinado número de estudiantes, consideran que los programas, materiales, personal y escenarios que posee el municipio para la recreación y el deporte, son adecuados para la población, algunas piensan que son insuficientes e inadecuados, pocas opinan que nunca se han enterado que existen, y el muy pocas tienen otra opinión diferente.
- Algunas estudiantes de la Institución, consideran que les gustaría participar durante su tiempo libre en los programas de recreación activa como caminatas, juegos autóctonos, tradicionales, grupos de teatro, danza, porristas, música, deporte recreativo, camping, aeróbicos y rumbas sanas, un grupo menor considera que les gustaría participar en charlas, conferencias, procesos de integración, convivencias, autoestima y superación personal; otro grupo pequeño consideran que les gustaría participar en charlas y talleres sobre educación sexual; pocas opinan y consideran que les gustaría participar en programas de educación física como juegos mecánicos, cine, cine foro, asistencia a eventos culturales y artísticos; y una minoría les gustaría participar en programas de educación física y en charlas y talleres sobre convivencia y autoestima.
- En esta pregunta, gran parte de las estudiantes manifestaron que no desean cambiar sus hábitos y un menor grupo no la contestaron. Ya que no existen alternativas para que ellas empleen su tiempo libre y es por eso que el grupo de investigación hace la propuesta correspondiente.
- Muchas estudiantes están de acuerdo, que el uso del tiempo libre es una temática a la cual se le debería dar mayor importancia.

4.3 ENCUESTA A PADRES DE FAMILIA

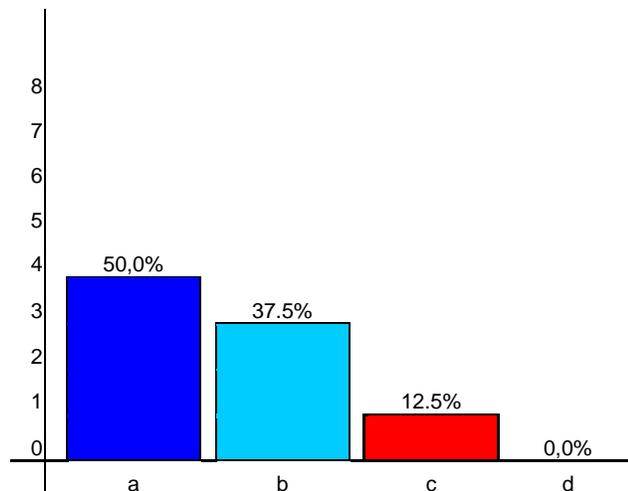
Se aplicó una encuesta a 8 Padres de Familia, de los cuales el 75% son mujeres que oscilan entre 33 y 45 años, el 25% hombres cuya edad oscila entre los 41 y 42 años, los cuales respondieron a 13 items con relación al adecuado uso del tiempo libre, la recreación y la actividad física a nivel intra y extra mural y su posible incidencia en la academia y formación integral.

Pregunta 1:

Creo que el tiempo libre es un tiempo de uso constructivo, con variedad infinita de acciones voluntarias y satisfactorias que se realizan en beneficio del enriquecimiento personal y disfrute de la vida en forma individual y colectiva.

RESPUESTAS			
a.	Muy de acuerdo	4	50%
b.	De acuerdo	3	37.5%
c.	Medianamente de acuerdo	1	12.5%
d.	En desacuerdo	0	0%

Gráfico 34.

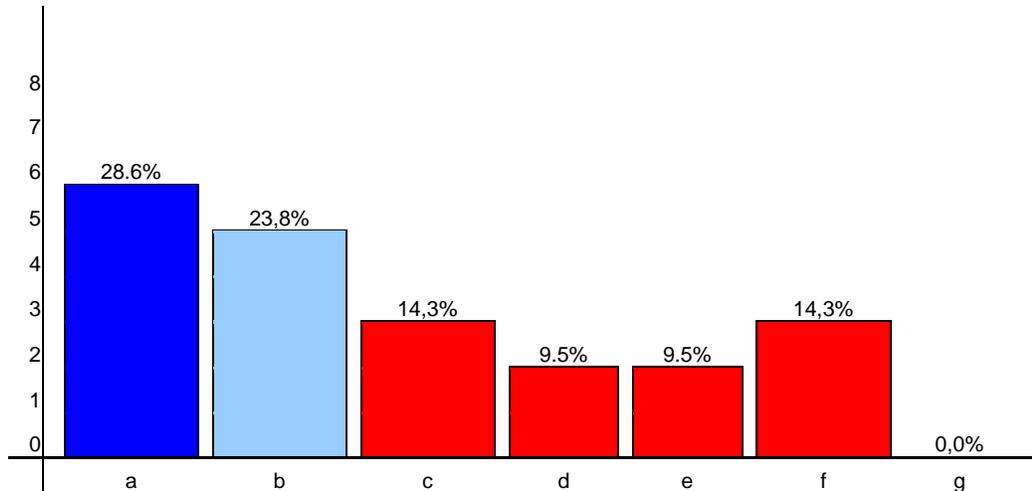


Pregunta 2.

El sitio o sitios que más frecuento durante mi tiempo libre es:

RESPUESTAS			
a.	Hogar	6	28.6%
b.	Calle	5	23.8%
c.	Canchas deportivas	3	14.3%
d.	Bar-discotecas	2	9.5%
e.	Parque	2	9.5%
f.	Casa de amigos	3	14.3%
g.	otros	0	0%

Gráfico 35.

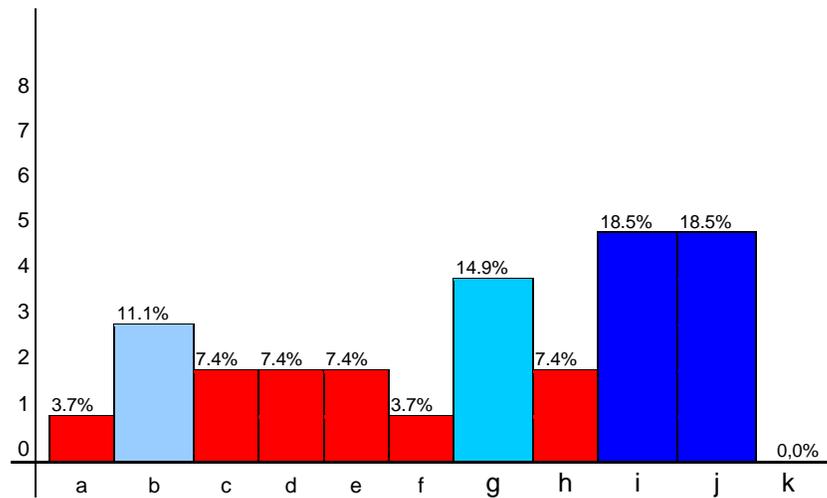


Pregunta 3:

En su tiempo libre prefiere:

RESPUESTAS			
a.	Dormir	1	3.7%
b.	Mirar TV	3	11.1%
c.	Escuchar música	2	7.4%
d.	Leer	2	7.4%
e.	Hacer deporte	2	7.4%
f.	Pasear con la familia	1	3.7%
g.	Jugar con mis hijos	4	14.9%
h.	Ayudar en el hogar	2	7.4%
i.	Reunirse con amigos	5	18.5%
j.	Reunirse con amigos y consumir bebidas como cerveza y aguardiente	5	18.5%
k.	Otro.	0	0%

Gráfico 36.

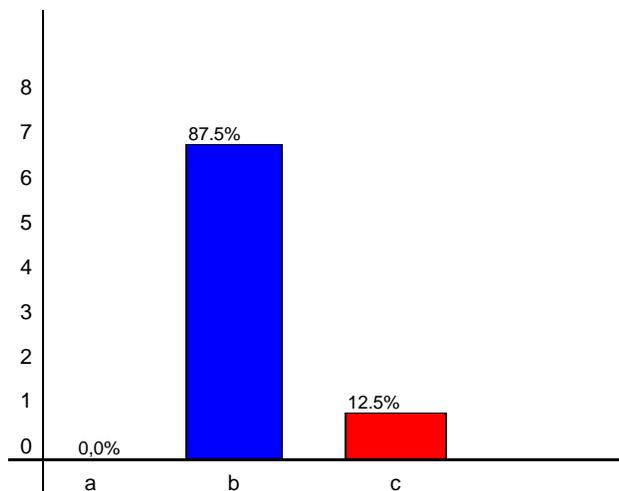


Pregunta 4:

El tiempo que dedico para recrearme es:

RESPUESTAS			
a.	Mucho	0	0%
b.	Poco	7	87.5%
c.	Nada	1	12.5%

Gráfico 37.

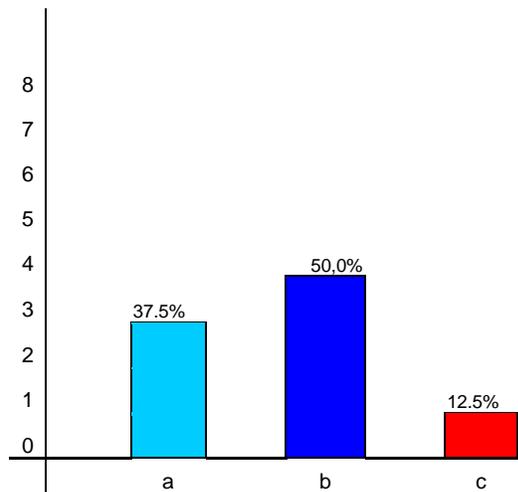


Pregunta 5.

La cantidad de tiempo de la cual dispongo para utilizarlo como tiempo libre con mi familia durante la semana es:

RESPUESTAS			
a.	Mucho	3	37.5%
b.	Poco	4	50%
c.	Nada	1	12.5%

Gráfico 38.

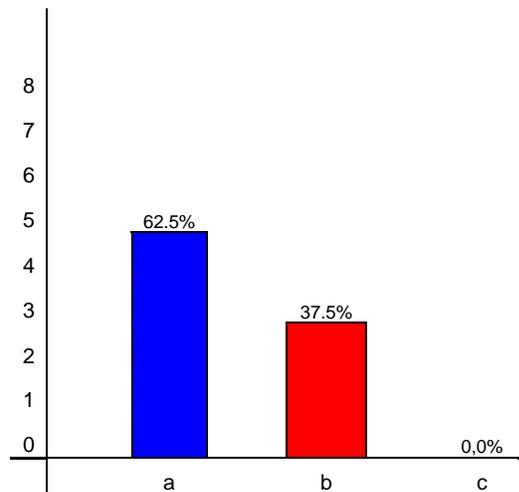


Pregunta 6:

La cantidad del tiempo de la cual dispongo para compartirlo con mi familia el fin de semana es:

RESPUESTAS			
a.	Mucho	5	62.5%
b.	Poco	3	37.5%
c.	Nada	0	0%

Gráfico 39.

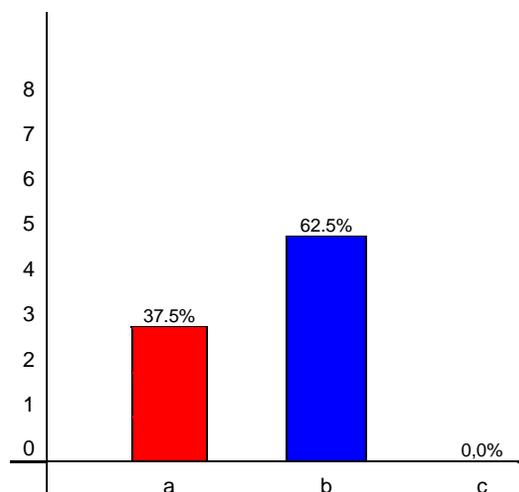


Pregunta 7.

Me preocupo y estoy pendiente del uso del tiempo libre y las prácticas recreativas que mis hijos realizan fuera de la institución educativa?

RESPUESTAS			
a.	Mucho	3	37.5%
b.	Poco	5	62.5%
c.	Nada	0	0%

Gráfico 40.

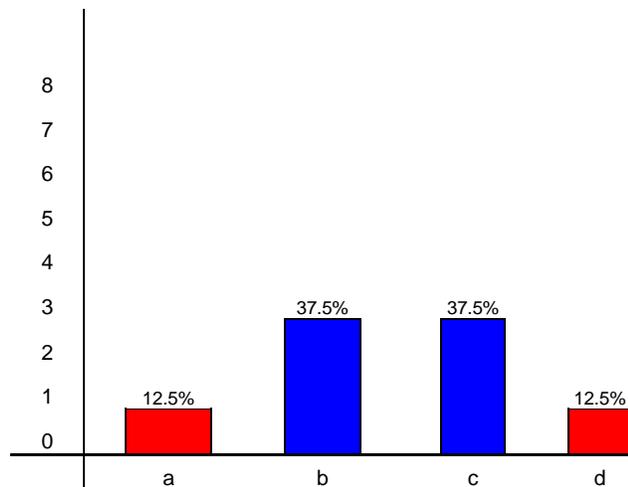


Pregunta 8:

Cuando participo y convivo con mis hijos en el uso del tiempo libre y la recreación, el significado que le doy es:

RESPUESTAS			
a.	Esparcimiento	1	12.5%
b.	Socialización	3	37.5%
c.	Vigilancia	3	37.5%
d.	Afecto	1	12.5%

Grafico 41.

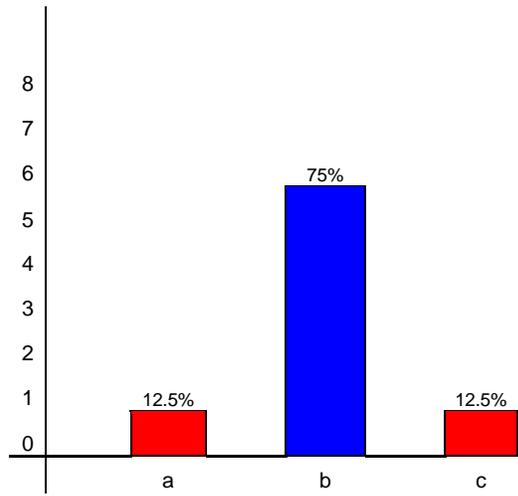


Pregunta 9:

Considero que en el colegio donde estudian mis hijos, se presta atención y se estimula al estudiante hacia el adecuado uso del tiempo libre y la sana recreación.

RESPUESTAS			
a.	SI	1	12.5%
b.	NO	6	75%
c.	A veces	1	12.5%

Gráfico 42.

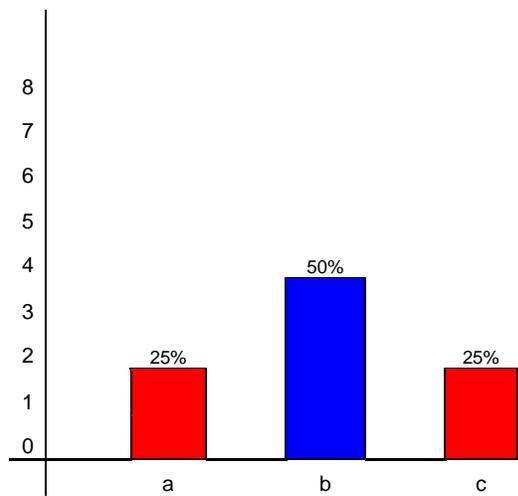


Pregunta 10:

Considero que los recursos financieros, materiales, y escenarios para la recreación, el deporte y el tiempo libre en la institución donde estudian mis hijos son:

RESPUESTAS			
a.	Adecuados a la población estudiantil	2	25%
b.	Inadecuados a la población estudiantil	4	50%
c.	Prácticamente no existen	2	25%

Gráfico 43.

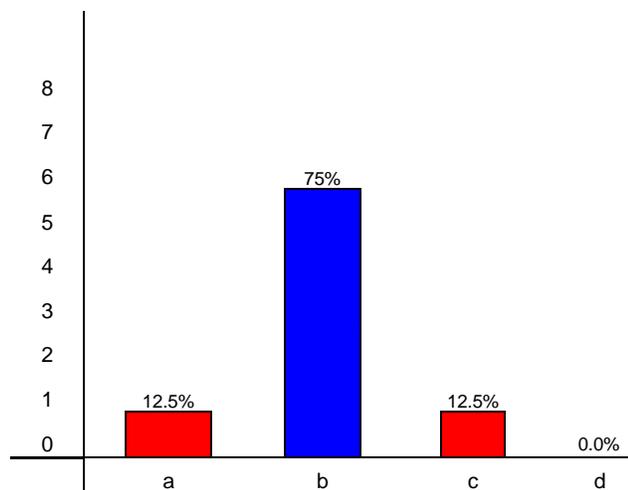


Pregunta 11:

Considero que los programas, materiales, recursos financieros, personal y escenarios que posee el municipio para la recreación, el deporte y el tiempo libre son:

RESPUESTAS			
a.	Adecuados a la población	1	12.5%
b.	Insuficientes o inadecuados para la población	6	75%
c.	Nunca me he enterado que existen	1	12.5%
d.	Otra	0	0%

Gráfico 44.

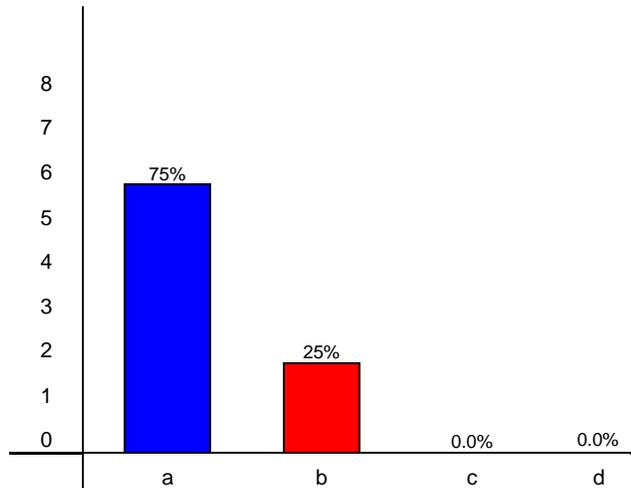


Pregunta 12:

Considero que una mala utilización del tiempo libre por parte de mis hijos, deteriora su estado físico, psíquico y emocional.

RESPUESTAS			
a.	Muy de acuerdo	6	75%
b.	Medianamente de acuerdo	2	25%
c.	En desacuerdo	0	0%
d.	Otro	0	0%

Gráfico 45.

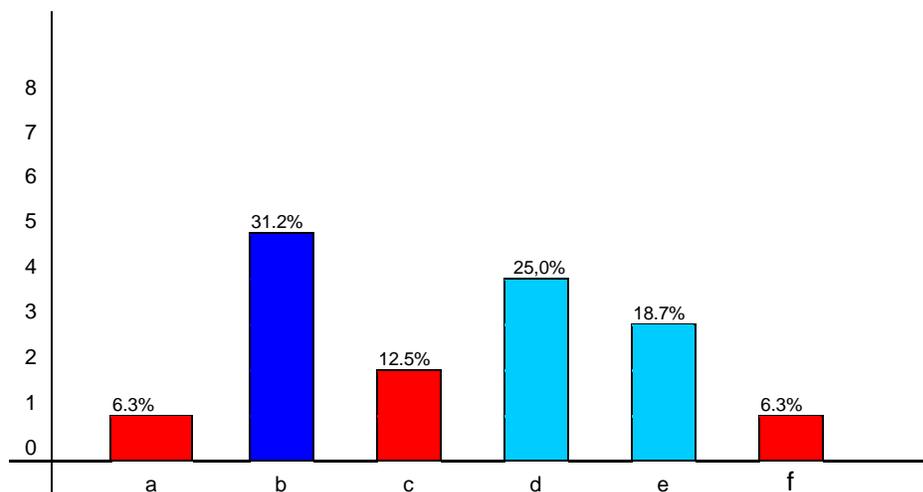


Pregunta 13:

Me gustaría que mi hijo (a) participara durante su tiempo libre extra escolar en:

RESPUESTAS			
a.	Charlas y talleres de educación sexual	1	6.3%
b.	Programas de recreación activa como: caminatas, grupos de teatro, danza, música, deporte recreativo, camping, aeróbicos, porristas	5	31.2%
c.	Programas de recreación pasiva como: juegos mecánicos, video juegos, cine, cine foro, asistencia a eventos culturales y artísticos	2	12.5%
d.	Charlas, conferencias y talleres sobre desarrollo humano, relaciones interpersonales, superación personal	4	25%
e.	Aprenda: bisutería, lencería, pastelería, belleza	3	18.7%
f.	Otros cuales? Medio ambiente	1	6.3%

Gráfico 46.



4.3.1 Interpretación Encuesta a Padres de Familia

- Los padres de familia en su tiempo libre, prefieren conversar con sus amigos y consumir cerveza; por que posiblemente esta es la idiosincrasia del pueblo.
- El tiempo para recrearse es muy poco, debido a sus ocupaciones laborales como agricultura, construcción, empleados municipales entre otros.
- El tiempo que emplean para dedicarle a su familia en fines de semana es muy poco; debido a que las madres continúan en la rutina de labores domésticas y los padres lo emplean jugando microfútbol o mirando televisión.
- Los padres de familia no se han interesado por el uso racional del tiempo libre de sus hijos.
- Los padres piensan que en el colegio no se presta atención, ni se estimula al estudiante, hacia un adecuado uso del tiempo libre.
- Consideran que los programas, recursos financieros , materiales, escenarios etc., que poseen tanto el colegio como el municipio para la recreación y el deporte son inadecuados.
- Todos están de acuerdo que una mala utilización del tiempo libre deteriora su estado físico psíquico y emocional ya que puede ocasionar sedentarismo, malas relaciones interpersonales y consumo de sustancias psicoactivas.
- Los sitios que mas frecuentan los padres de familia son las casas de sus amigos, algunos permanecen en el hogar •/ otros frecuentan la calle, canchas deportivas, casas de amigos y pocos asisten a discotecas y bares.
- El tiempo que dedican para recrearse es muy poco, ya que para ellos es más importante el trabajo que la diversión.
- A los padres de familia les gustaría que sus hijas en el tiempo extra escolar lo empleen en: Programas de recreación activa como caminatas, grupos de teatro, danza, música, deporte recreativo, camping, aeróbicos y porristas. Otros prefieren que asistan a charlas, conferencias y talleres sobre desarrollo humano; en cambio otros desearían que sus hijas aprendan cursos de bisutería, pastelería y belleza, programas de recreación pasiva como juegos mecánicos y video juegos, y hay quienes prefieren que sus hijas realizaran otros oficios como charlas y talleres sobre educación sexual.

4.4 DIARIO DE CAMPO

Instrumento que permitió hacer un seguimiento escrito de algunas experiencias a hechos observados con el grupo sujeto de estudio.

Como investigadores observamos:

- Horas de recreo durante un mes, en donde se logró detectar y observar actitudes como:
 - Sentarse en los corredores armando corrillos de las más amigas.
 - Otros deciden ubicarse en las gradas a charlar.
 - Otros se acuestan a tomar sol en el césped.
 - En grupos se dirigen y hacen fila en la tienda escolar.
 - Muy pocas hacen lanzamientos en la cancha de baloncesto

- En horas de la tarde se observó que ellas recorren calles en motos o carros de los amigos, se pueden observar grupos sentados en las bancas del parque, y cuando dimos un paseo por el pueblo, nos encontramos con que la mayoría caminan las calles adoptando actitudes de empujarse, reírse y recochar. Hay grupos pequeños que van a la biblioteca a hacer consultas; también visitamos un sitio llamado “Compartel” en donde encontramos a varias niñas chateando.

Visitamos sorpresivamente algunas casas de estudiantes y las encontramos descansando, mirando televisión y escuchando música.

- En fines de semana; tuvimos la oportunidad de visitar la principal discoteca; “La Fandango Show”, un sitio muy moderno en donde sólo asiste gente joven. Observamos grupos de niñas en la barra, consumiendo cerveza, gaseosa y bailando. Se observa un derroche de alegría con una desinhibición social amplia.

Todo esto fue comparado con el análisis de las encuestas, de ahí que la propuesta pedagógica que presentamos sea considerada una buena alternativa para mejorar el uso del tiempo libre que las estudiantes presentan en la observación anterior.

4.5 ENTREVISTA A FUNCIONARIO DEL ENTE MUNICIPAL

El funcionario se llama Diego Zamudio, al cual cuando lo citamos nunca estuvo y siempre sacaba pretextos para no asistir a la entrevista. El grupo investigador piensa que todo esto se debe al manejo politiquero que se le da al rubro que hay para deportes en cada municipio.

De todas maneras esto no obstaculizó el desarrollo tanto de la investigación como de la propuesta.

4.6 VISITA ARCHIVOS DE LA INSTITUCIÓN

visitamos el Colegio Integrado Sagrado Corazón de Jesús, en donde hicimos una revisión a todo el material bibliográfico para mirar si en el archivo existía alguna propuesta sobre la lúdica y ocupación del tiempo libre. Se percató de que en realidad no existe ningún estudio sobre este tema. Más sin embargo, para este estudio se retomó el PEI y de allí se consultó mucha información, la cual aparece en el presente estudio.

5. PROPUESTA PEDAGÓGICA

Este es un capítulo muy interesante, puesto que surgió como una estrategia que mejorará el estilo de vida de las estudiantes del Colegio Integrado Sagrado Corazón de Jesús del Tambo – Nariño. Para ello se tuvo en cuenta el análisis de la información en las Encuestas y en el Diario de Campo realizadas a estudiantes, docentes – Directivos y padres de familia.

De ahí, la necesidad de elaborar una propuesta pedagógica ajustada al contexto social y educativo.

La propuesta metodológica está diseñada con una variedad de actividades lúdicas para que puedan ser desarrolladas tanto de manera extra escolar: durante la semana y fines de semana, en las cuales las estudiantes casi no tienen alternativas para hacer uso adecuado y productivo de su tiempo libre, y es en esos instantes que se vuelven vulnerables a adoptar hábitos desadaptativos que atentan contra su bienestar.

INTRODUCCIÓN

Este plan está destinado a estudiantes, docentes y padres de familia, puesto que son el objeto de estudio, cada uno de los programas presenta cuatro proyectos reglamentados según la Ley 115 de 1994 y los Decretos 419 de julio 3 de 1904, Artículo 52 de la Constitución Colombiana, Artículo 24 de la Declaración de los Derechos Humanos, Artículo 18 de la Ley 115 y Artículo 1º de la Ley 181.

Para ello se retomó todo un marco teórico sobre: recreación, deporte, lúdica, teoría del comportamiento, relaciones familiares, valor, interacción social, la comunicación, la convivencia, los autos (autoestima, autoreconocimiento, autoconfianza), motivación, que nos indican que la formación debe ser un proceso constante, para sistematizar eventos orientados por principios para no solo dejar huella, sino también sentido y dirección en toda acción educativa que se emprende, partiendo de una investigación.

Esta dirección requiere de un plan con un diseño de los procesos de formación y producción del conocimiento. Dentro de este plan se establece una serie de objetivos y se explica un proceso metodológico a seguir; que incluye: las tardes, fines de semana y festivos. Estas actividades van acompañadas de un espacio pedagógico que conduce a la reflexión, discusión, organización y construcción colectiva, mediante una interacción formativa y productiva de nuevos saberes y experiencias juveniles.

También estos proyectos hay sensibilización y formación de docentes y padres de familia. El plan se termina con la formulación de propuestas alternativas para el buen uso del tiempo libre.

VISION

La propuesta en sí será una dinámica mental y física coordinadas de informaciones propias y ajenas, que provocarán situaciones inspiradas, donde el sujeto interactúa con sus condiciones para organizar clubes permanentes de ayuda y recreación a jóvenes, aquí jugarán especial importancia el afecto, la emoción, la motivación, los compromisos sociales, los movimientos, las transformaciones; porque justo dentro de ellos hay otras dinámicas como marcos de pensamiento y esquemas conceptuales, para transformar y cambiar el mundo que les rodea de manera positiva, y esto no será posible sin el uso adecuado del tiempo libre, en el cual se desarrollarán valores como honestidad, humanismo, sociabilidad, voluntad y sobre todo amor. Manejando la autoestima en un alto nivel y fortaleciendo así una disciplina de compañerismo, entusiasmo y deporte sano, para en un futuro evitar el excesivo consumo de sustancias psicoactivas.

MISIÓN

La misión del estudiante va cambiando con el transcurso del tiempo. Ahora la función es ser compañero de viaje en una maravillosa aventura del conocimiento; en la cual aprenden, se equivocan, se corrigen, ríen, se divierten, crecen y maduran en conjunto.

Cuando el docente utiliza una pedagogía activa desde nuevas perspectivas, influye en el alumno quien a su vez influye en sus padres y ellos influyen sobre la comunidad.

Si el maestro como centro del proceso educativo logra mover algo, mueve el hábitat y si el maestro permanece estático en el mundo a su alrededor no cambia.

La misión del proyecto es construir nuevas alternativas, lograr el cambio social a través de la formación de mini clubes, pequeñas asociaciones de medio ambiente, deportes, de artes y oficios varios, además mejorar el nivel social de la misma. Con un modo de educación que incite a pensar, descubrir, crear y que conciba el error como pedagogía, que conlleve a la superación personal, al no consumo de sustancias psicoactivas, que deje a un lado el sedentarismo.

OBJETIVOS GENERALES

- Diseñar un plan para mejorar el uso adecuado del tiempo libre, formar en el respeto a la vida, cultivar la cultura social, promover en la comunidad educativa la capacidad creadora e investigativa.

- Mejorar el estilo de vida de los estudiantes en el tiempo intra y extra escolar.
- Diseñar y ejecutar actividades lúdico recreativas, programas deportivos y eventos culturales que contrarresten los factores culturales, educativos y sociales que impiden el desarrollo físico, mental, psíquico y social de sus miembros y los hace vulnerables a los problemas derivados del consumo de sustancias psicoactivas como el alcohol.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Generar vivencias recreativas que posibiliten comportamientos sanos, adquiriendo pautas socioculturales y ambientales.
- Generar espacios de socioterapia entre docentes, padres y estudiantes.
- Conformar un comité coordinador institucional de la propuesta.
- Elaborar un plan de acción para procesos pedagógicos de utilización del tiempo libre.
- Crear clubes mágicos para desarrollar programas deportivos tendientes a mejorar las relaciones familiares e interpersonales y con multiplicidad de actividades.
- Aprovechar los fines de semana para el sano esparcimiento y motivar a las estudiantes a noches de sábado sin alcohol ni drogas.
- Erradicar el sedentarismo, las malas relaciones interpersonales y el uso de sustancias psicoactivas a través de los programas de formación que aparecen en las diferentes propuestas.
- Evaluar las actividades por lo menos semanalmente, durante un mes y luego quincenalmente.
- Definir estrategias metodológicas y recursos propios para el buen funcionamiento del proyecto.
- Trazar un plan de acción, que facilite acceder a las metas, las estrategias y el cumplimiento de cada uno de los componentes del proyecto.
- Establecer compromisos y responsabilidades de acuerdo al plan.
- Contribuir para que dentro del proyecto se propicie un ambiente agradable y ser oriente sobre los procesos de planeación, ejecución y evaluación del proyecto.

5.1 PLAN OPERATIVO

Cuadro 5. Criterios metodológicos.

ACTIVIDAD	CRITERIOS METODOLÓGICOS
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Delimitación de la propuesta y articulación del proyecto. ▪ Proyectos de aula. ▪ Socialización y reuniones periódicas. ▪ Evaluación ▪ Investigación ▪ Capacitación docente. ▪ Participación en las actividades institucionales. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Sobre la base de la puesta en común con los integrantes del área, determinar los elementos que se acuerden para la vigencia y marcha del proyecto. ▪ Coordinar los proyectos de aula orientando la participación de toda el área en la propuesta de posibilidades que permitan interrelacionar conocimientos y crecer. ▪ La socialización genera espacios de comunicación que permiten un conocimiento del accionar de cada uno de los integrantes del área. Propiciando respeto, colaboración, compromiso y responsabilidad. ▪ Como forma de verificar logros al interior del área y de cada uno de los proyectos pedagógicos que se desarrollan, apreciar el avance y dificultades que posibiliten la propuesta de acciones. ▪ Buscar elementos que posibiliten la creatividad, el ser recursivo e innovador en los procesos que se adelantan poniendo en común y compartiendo cada una de las experiencias, como preámbulo de cualquier tipo de investigación. ▪ Propiciar argumentos para la capacitación de los integrantes mediante charlas, préstamo de textos, videos y reproducción de algunos materiales de estudio. ▪ Desarrollar actividades que propicien la integración y el compartir dentro del colegio, en todos los actos que determine la institución.

ACTIVIDADES

- Coordinar y orientar los procesos de planeación y evaluación del área, para ello se realizarán reuniones mensuales.

- Consecución de un televisor y una video grabadora como recursos indispensables para la metodología.

- Realización de encuentros de formación con Coordinación.

- Seguimiento y evaluación de las actividades establecidas por un Comité, para fortalecerlas o buscar correctivos.

- Dialogar personalmente con cada uno de los implicados en el problema, para hacer un acompañamiento en los procesos de formación, de acuerdo a la metodología y valores humanos.
- Llevar recomendaciones ante Consejo Académico, Consejo Directivo, Junta de Padres de Familia para lograr un mayor acercamiento.
- Diálogo continuo con cada uno de los integrantes del comité de apoyo para coordinar, asesorar, evaluar el desarrollo del proyecto pedagógico.
- Realizar una reunión mensual como mínimo para asesorar, coordinar, responsabilizar actividades del proyecto.
- Evaluar en forma continua las actividades programadas en el proyecto.
- Recomendar criterios pedagógicos para un buen desempeño en el desarrollo de clase.
- Presentar informes a coordinación sobre actividades programadas cuando sea necesario.
- Asignar responsabilidades a cada uno de los integrantes del proyecto para el eficaz cumplimiento del proyecto pedagógico.

5.2 MARCO TEÓRICO

5.2.1 Pensamiento Pedagógico. Entre los autores más destacados que definen la importancia de las actividades lúdicas en el ser humano con planteamientos pedagógicos claros son:

Según los autores Bandat. J y Abadie J expresan: "Las actividades lúdicas son sinónimos de conducta humana porque nacen de la bondad humana. Contribuyen a recuperar o no perder la naturaleza humana por medio del juego vuelve a su infancia en donde se encuentra la raíz o hilo umbilical de la propia naturaleza"⁴³.

El hombre debe adquirir hábitos sanos dentro de su conducta social y lo logra a través de la lúdica como un proceso de recuperación, de actitudes dinámicas, armónicas que lo enriquecen y que forman en el niño, adolescentes, personas con sensibilidad humana que trascienda positivamente.

Este pensamiento ayuda a la propuesta planteada ya que brinda pautas al joven para convivir en armonía, adquiriendo nuevos hábitos que mejoran sin duda su

⁴³ BANDAT, J. y ABADIE, J. Cómo enseñar a través del juego. Santafe de Bogotá: USTA. 1975. p. 68.

conducta, con actitudes propias para una sana convivencia con mejores niveles de comunicación, bajo la adquisición de valores como el respeto por el otro, la ayuda mutua, la solidaridad, tolerancia, para que cuando se enfrenten a una vida adulta lo hagan con mayor bondad y respeto por sus semejantes de cualquier condición social, siempre en la búsqueda de cooperación y solidaridad.

Otra cita tomada de los mismos autores es: "A través de las actividades lúdicas se puede alcanzar una autonomía madura que ayude a la construcción de un proyecto personal de vida: Si el tiempo libre de los jóvenes supone un encuentro de contra valores, el equilibrio personal, familiar y social corre un gran riesgo de resquebrajamiento"⁴⁴.

Formar niños, adolescentes; es el papel fundamental en primera instancia de la familia y luego será la escuela quien contribuya en este proceso lográndolo por medio de una serie de actividades lúdicas con lo cual forman hábitos para una mayor integración en sus grupos en los cuales interactúa alejándolo así de aquellos espacios en donde encuentra droga, alcohol, exceso de televisión que destruyen sus potenciales de adolescentes, evitando así que adopten comportamientos no adecuados que limitan la creatividad y el adecuado aprendizaje. Solo el trabajo lúdico en los jóvenes física y psicológicamente mejorando cada día como persona.

Este pensamiento es muy apropiado para la investigación, debido a que en la descripción del problema se detectan síntomas como consumo de sustancias psicoactivas los fines de semana; el exceso de televisión en las niñas las ha convertido en personas sedentarias, hábitos que se han adquirido por la ausencia de un proceso extra escolar con un cúmulo de actividades lúdicas, estas conductas no le ayudan en nada para construir su proyecto personal de vida.

El autor Berman Masor, en su modelo de acción pedagógica, cuyo objetivo es buscar la integralidad del ser que "Permite el desarrollo y fortalecimiento de aspectos tan vitales en el ser humano como la construcción del propio proyecto de vida, la expresión de sentimientos, el asumir en forma consciente la responsabilidad social por medio de la lúdica"⁴⁵.

Para este autor la lúdica va más allá del juego, produciendo en el individuo beneficios biológicos, psicológicos, sociales y espirituales; es decir le contribuye en su desarrollo integral de ser, pensar y actuar, mejorando sus condiciones de vida a la vez que le permite interactuar en su grupo en el que se desempeña como estudiante, padre de familia, amigo , logrando así una mayor convivencia de manera activa relajando su espíritu en un palabra liberándolo del estrés de la época.

⁴⁴ Ibid., p. 76.

⁴⁵ MASON, Berman. Modelo de acción pedagógica. Madrid: Ed. Barcelona. 1975, p. 72.

Este autor contribuye a la propuesta de investigación porque permite fortalecer y crear actitudes en los adolescentes, que posteriormente se convertirán en sanos hábitos de vida de tal manera que con las actividades lúdicas se logre en el estudiante la construcción de su propio proyecto de vida, con unos valores como el respeto, la democracia, la justicia, la tolerancia, mejorando de esta manera los procesos comunicativos y de convivencia social.

Los autores Avia, M.D. y Vásquez manifiestan que: "Las actividades lúdicas mejoran los talentos personales, el desarrollo de la inteligencia emocional. Fomentar la curiosidad y alcanzar la felicidad son los objetivos prioritarios de la educación para evitar el fracaso escolar. Si es así, la herramienta clave para el aprendizaje es el juego"⁴⁶.

Otra cita del mismo autor expresa: "Hay que fomentar la actividad lúdica como cualquier otra actividad que conlleva al compromiso, la comodidad, la creatividad, la inteligencia emocional"⁴⁷.

Las actividades lúdicas son la mejor herramienta que tiene el hombre para conquistar el mundo y a sí mismo. El cual le permite construir un mejor proyecto de vida descubriendo sus propios talentos, incentivando la creatividad, para que así, la escuela sea un lugar agradable que satisfaga las inquietudes y necesidades de niños y de adolescentes, de tal manera que cuando se enfrente a una sociedad, asimile las circunstancias con inteligencia y tolerancia.

5.3. VALORES

La autora Elsa Núñez Aragón, expresa que: "los valores, ideas, expresiones, sentimientos y experiencias significativas definen los hábitos de cada ser humano: la formación que recibe la persona, así como las demandas del contexto: familia, escuela, trabajo, comunidad serán la clave para ejercer un determinado rol en la sociedad"⁴⁸.

Alrededor de la etapa infantil de un niño gira una serie de aspectos relacionados con el aprendizaje, la exploración de espacios y vivencias familiares, escolares; en torno a todo esto se van entretejiendo una serie de hábitos de tipo mental y físicos.

Esta gama de nuevas opciones como el roce con nuevos amigos en la escuela, fiesta infantiles, el juego, los momentos que los padres han propiciado para jugar, dialogar, en fin para departir, van forjando en los niños valores, sentimientos, ideas todas estas experiencias significativas determinan y definen los hábitos de cada

⁴⁶ AVIA, M.D., y VASQUEZ. Optimismo inteligente. Madrid. Editorial Alianza, p. 55.

⁴⁷ Ibid., p. 591.

⁴⁸ NÚÑEZ ARAGON, Elsa. Qué sucede entre la familia y la escuela. La Habana: Abril. 2ª Edición, 1999. p.92.

ser; es en la época de la adolescencia que se refuerzan tras una serie de repeticiones; una niña que se la motivó, se le dio seguridad cuando fue a su primera fiesta, o en su primer día de jardín, habrá adquirido herramientas más sólidas para toda su vida, pero si por desgracia no contó con unos padres comprensivos que se preocuparon e interrogaron por que se muerde las uñas cuando esta frente a los demás compañeros o le cuesta integrarse a un grupo de juego o por que en el colegio se deja atropellar por sus compañeros y si todas estas dificultades no son apoyadas con amor, comprensión, entrega de sus padres, jamás saldrá de sus pequeños pero significativos problemas que le impiden interactuar en los grupos. Todo aquello que no se superó en la infancia difícilmente se lo logrará en la adolescencia.

5.4 CONVIVENCIA EN LA ESCUELA

Los educadores de esta época han sentido la gran necesidad de emplear nuevas estrategias para iniciar con los valores necesarios para la conformación de la convivencia escolar y social de tal manera que se alcance en cada estudiante el crear y manejar diversos tipos de relaciones, acceder al conocimiento, aprender a vivir y a crecer en grupo para que cuando termine su fase escolar hayan construido su propio estilo de vida.

Rodrigo Lara comenta sobre situaciones de la vida social consideradas problemáticas que se incrementan por ser los jóvenes demasiado vulnerables: "El alcoholismo, la droga, el embarazo precoz de las adolescentes, la solución violenta de conflictos"⁴⁹.

Afectan el normal desarrollo de convivencia, de ahí la necesidad de trabajar con valores como solidaridad, compromiso social, el respeto mutuo, la justicia, la autonomía y otros que ayudan a reconstruir el tejido social actual.

El adolescente se ve influenciado por diversos medios entre ellos la televisión, el Internet, la moda, el dinero fácil, que afectan y desequilibran sus comportamientos, por ello es fundamental que en las escuelas se den bases sólidas en cuanto a formación actitudinal y de valores desde el grado preescolar, incentivando el respeto por el otro, la ayuda del compañero, el amor por su grupo de compañeros que son su segunda familia, y con quien comparte la mayor parte del tiempo; solo así se logrará una buena convivencia para que en el futuro se proyecten en una sociedad como excelentes profesionales, padres de familia, ejemplares trabajadores con proyectos de vida claros y definidos.

Para Rodrigo Lara⁵⁰ los adolescentes aprenden la convivencia cuando cumplen con determinados procesos con relación al otro:

⁴⁹ LARA, Rodrigo. Investigaciones innovación del IDEP. Santafe de Bogotá: USTA. 1998. p. 74.

⁵⁰ Ibid., p. 80.

- Interactuar (intercambio acciones con otros)
- Interrelacionarse
- Dialogar (escuchar)
- Participar (actuar con otros)
- Comprometerse (asumir responsablemente las acciones del otro)
- Discernir (aceptar que mis ideas y las del otro pueden ser diferentes)

Todas estas condiciones en la escuela se mezclan y se aplican en la vida cotidiana a través de los diversos proyectos educativos de cada institución generando procesos colectivos para el bien no individual sino común; como equilibrando lo individual con lo grupal, relacionándolo con procesos cognitivos, volitivos, y psicosociales.

5.5 LAS ACTITUDES

Se consideran como predisposiciones aprendidas que ejercen una influencia en la respuesta hacia determinado objeto, personas o grupos. Se las considera como producto de socialización y por tanto algo inmodificables.

Las actitudes son aprendidas a través de la experiencia en las relaciones que se establecen a lo largo de la vida con sus padres, con sus amigos, con los maestros, etc., o la formulación de aptitudes única manera de preparar y capacitar al joven para la vida.

Las actitudes y sus características: Según José Alcántara hace un planteamiento de características que tienen las actitudes en los adolescentes.

- Son adquiridas.
- Son estables - perdurables.
- Es un proceso cognitivo y su raíz es cognitivo.

En las actitudes influye una serie de factores:

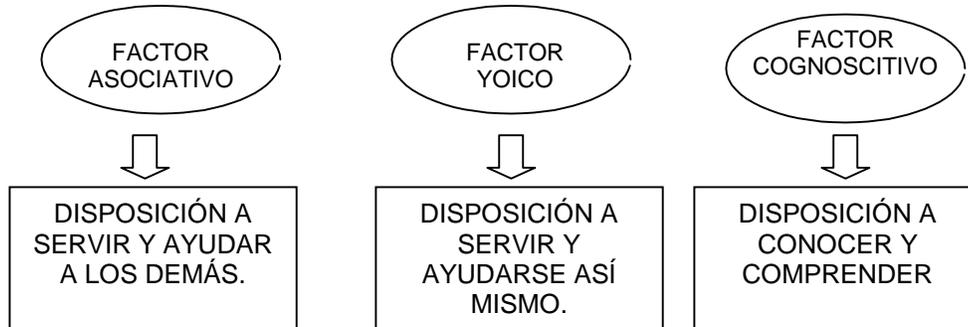
- Innatas: La constitución física, el temperamento, el honor.
- De orden educacional: comportamientos de los padres, costumbres de la vida familiar, experiencias de colegio.
- De índole cultural: prejuicios sociales, condicionamientos de clases, exigencias laborales o profesionales.
- Personal: los valores que cada ser humano posee, los gustos, aspiraciones más íntimas.

La escuela en la formación de actitudes. Según Miguel de Zubiría Samper:

Cada institución educativa debe buscar el perfil (actitudinal) que desea obtener de sus educando propone un modelo empírico con los estudiantes en el Instituto Alberto Melanni el cual desconoce 3 factores actitudinales generales.

El factor asociativo, el factor yoico y el factor cognoscitivo.

A continuación se presenta una gráfica explicativa de los tres factores mencionados anteriormente.



Fuente: Miguel de Zubiría. Como educar valores y actitudes.

Actitudes que se deben cultivar en adolescentes. Según José Antonio Alcántara señalan "varios repertorios de actitudes en donde unos son más prioritarios que están dependiendo de la etapa evolutiva que se encuentra la persona para ello exponer sobre unas necesidades básicas del hombre que deben ser satisfechas por medio de las actitudes" ^ existen vías que son primarias y otras necesidades son sentidas estas son más importantes porque de estas depende la conducta y derivan las necesidades primarias.

Afirma también la selección de las necesidades básicas para que sean atendidas a través de las actitudes y son primordiales en el desarrollo de los adolescentes. Es así como se esboza mediante una gráfica un cuadro comparativo entre las necesidades y actitudes.

Cuadro 6. Correlativo entre las necesidades del adolescente y las actitudes.

NECESIDADES	ACTITUDES
Necesidad de amistad	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Cooperación ▪ Comunicación ▪ Comunicación de vida
Necesidad de pertenencia en grupo	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Participación social ▪ Tolerancia ▪ Solidaridad
Necesidad de belleza	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Admiración ▪ Sensibilidad ▪ Amor a la naturaleza
Necesidad de actividad	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Gimnástica ▪ Deportividad
Necesidad de salud	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Higiene

5.6 LÚDICA, TRABAJO Y TIEMPO LIBRE

Otro equívoco bastante común consiste en oponer lo lúdico a lo laboral o, peor aún, en hacer depender lo lúdico del trabajo. Esta errónea interpretación se refleja en la dicotomía del lenguaje cotidiano: ¿Juega o trabaja? y en las falsas atribuciones de seriedad y utilidad para lo laboral, y de no seriedad e inutilidad para lo lúdico.

Se reconoce la importancia del trabajo pero, no por ello, se acepta que sea lo único importante en la vida del hombre, con Huizinga y Omme Grupe se puede apoyar la hipótesis de que juego y trabajo son las dos formas básicas de la existencia humana.

En este ensayo la lúdica no es lo opuesto al trabajo, es sencillamente algo diferente, tanto como la cognición o la sexualidad.

Quizás el problema de la preponderancia dada al trabajo, se deba en buena medida al predominio de una racionalidad técnico - instrumental y pragmática, que acompaña la modernización de las sociedades industrializadas, en combinación con la hegemonía ejercida por la ciencia positiva, en campos como el de la educación.

Este modelo científico y socio cultural, centro el referente de la felicidad humana en la producción, control y posesión de bienes materiales, subvalorando todo aquello que no fuera de uso práctico, mensurable y visible.

De esta manera se creó una ideología que atenta seriamente contra lo afectivo, lo sensible, lo emocional, relegándolo a un plano marginal y cargándolo de desprecio. Esto no quiere decir que se abogue por un nuevo modelo subjetivo y excluyente de la racionalidad técnica - cognitiva. Luis Carlos Restrepo advierte al respecto:

"No se trata de levantar la bandera de un nuevo sentimentalismo contra los excesos de la razón. No. Es cuestión, más bien, de comprender que siempre en la emoción hay algo de razón y en la razón un monto de emoción".

Por lo demás, la preponderancia ideológica que posee el trabajo en las sociedades actuales, no ha sido históricamente constante. En la antigüedad griega el trabajo material fue considerado de menor valor, frente al cultivo del ocio contemplativo o especulativo, sobre la naturaleza, el hombre y el cosmos.

Por esto no se acepta que lo lúdico sea aquello que se opone al trabajo o aquello que carece de utilidad o seriedad. Se puede afirmar que no hay nada más serio que el juego de un niño y que, según los psicólogos, sin afecto y emociones el desarrollo de la personalidad se verá profundamente afectado. Entonces cómo considerar inútil lo lúdico?

Tampoco se puede aceptar que lo lúdico sea aquello que se hace para mejorar la actividad laboral. Seguramente que a un desarrollo lúdico adecuado corresponderán personas mejor dispuestas para el trabajo, pero no se puede pensar por ello que la razón de ser de lo lúdico esté dada por o para el trabajo. La necesidad espiritual de la entretención, la diversión y el goce es independiente del trabajo, aún sin él (y pese a él) debe desarrollarse.

Justamente por esta equivocación de oponer lo lúdico a lo laboral o de poner lo lúdico en función de lo productivo, se ha generado otro equívoco, mediante el cual se asocia o confunde lúdica con tiempo libre.

La lúdica, ya expuesta como dimensión fundamental del desarrollo humano, no se circunscribe a un encuadre temporal específico, no es únicamente para el tiempo libre, es para todo momento de la vida cotidiana, así como la cognición no se limita al marco temporoespacial de la institución escolar y está presente en todos nuestros actos.

La categoría de tiempo libre parece corresponder a un momento histórico del desarrollo de las fuerzas productivas, en el cual se organiza fundamentalmente la vida laboral de los asalariados en jornadas intensivas, con intervalos de descanso o para la recuperación del trabajador.

Esta categoría nació como una consecuencia y dependencia de lo laboral pero la acepción de libre, dada a este tiempo debe relativarse en el sentido de ser libre, únicamente, de la faena contractual-remunerativa y específica de la empresa o fábrica.

El tiempo libre no puede pues asumirse como sinónimo de lúdico, sino principalmente como de descanso, recuperación energética y atención de necesidades fisiológicas (sueño, alimento). Menos aún puede considerársele libre para hacer lo que a uno le plazca, pues el desarrollo de la vida personal y familiar exige, generalmente, que en dicho tiempo se asuman tareas y oficios que, aunque no remunerados, escapan al capricho o interés lúdico, como: reparar un electrodoméstico, merchar, ir al médico, ayudar a un hijo en sus tareas escolares, cocinar, etc.

Tampoco se niega que en el tiempo libre haya actividades lúdicas, máxime cuando se ha dicho que la lúdica está presente en toda la vida cotidiana. Se afirma que el denominado tiempo libre no lo es tanto, que no está dedicado a la lúdica y que

mucho de lo que allí se hace tiene un carácter laboral. Tal vez el tiempo libre se asocie más al concepto de ocio que al de lúdica, si por el primero se entiende descanso y recuperación para el trabajo. (No, como en la Grecia antigua, cultivo intelectual).

Vistas así las cosas la siesta del medio día sería comprendida fundamentalmente como ocio y no como lúdica, pues no constituiría búsqueda de emociones y tensiones placenteras, búsqueda de entretención, sin límites diferentes a los puestos por la propia voluntad del sujeto. Dos sociólogos cubanos citan a Marx opinando sobre el tiempo libre: él (Marx) lo entendía como "Tiempo por encima del tiempo de trabajo" y lo dividía en dos partes fundamentales, "el tiempo de ocio" y "el tiempo de realización de una actividad más elevada, más sublime" que convierte a aquel que lo realiza en "otro sujeto".

Ahora se podrá comprender que lúdica, ocio y tiempo libre no son conceptos idénticos pero si interactivos. Se podrá comprender, además, que la naturaleza de la emoción lúdica no puede reprimirse permanentemente ni prohibirse en ningún espacio. Por eso ella aflora en escenarios y momentos muy serios, por ejemplo en forma de "recocha" en el salón de clases o de chiste y broma en medio del funeral o la tragedia.

ES POSIBLE LA LÚDICA EN LA ESCUELA

La lúdica en la escuela o en la institución escolar, es una necesidad y un requisito indispensable, desde normativas pedagógicas y un desarrollo humano, armónico, equilibrado y sostenido.

Pero la lúdica es un imposible para la escuela centrada en las pedagogías de la racionalidad instrumental que ven la educación como adiestramiento, control y conducción.

Francisco Cajiao se refiere así al asunto:

"No hay espacio ni tiempo. La escuela está hecha para educar, para aprender a leer y escribir, para aprender a convivir apaciblemente y esto no da lugar a la expresión delirante de una infancia de movilidad perpetua, de carreras desbocadas, de ansias de grito y fuerza. Para pulir las mentes y adecuarlas a las exigencias del pensamiento se requiere controlar la motricidad desbordada del juego y de la risa".

Agregando como apoyo a su comentario la advertencia de un profesor a sus alumnos, en el patio de la escuela: "recuerden que el recreo es para descansar, no para que jueguen y entran después al salón sudorosos y oliendo a mico".

Lo anterior se traduce en una contradicción evidente: la institución escolar prohíbe lo que el joven desea y exige lo que éste rechaza, lo que interesa al maestro.

En coherencia con lo expuesto la escuela ha asumido la lógica del mundo laboral, ya descrita, y se ha alejado del mundo lúdico. Esta condición es vital para comprender que los intentos de incorporar la lúdica a la escuela no tendrán éxito si la lógica laboral permanece intacta.

Por esta razón es caricaturesco creer que la lúdica ha llegado a un plantel educativo, porque el profesor de educación física ha programado un campeonato deportivo o un concurso de chistes. Peor aún, si tales actividades son obligatorias y poseen horarios y reglas estrictas para la participación estudiantil.

Por mantener intacta la idea de escuela como fábrica, el recreo se ha convertido en lo único "chévere" de la jornada escolar, cuando, al menos en este espacio, se deja actuar libremente a los muchachos, pero las clases y las relaciones personales siguen siendo no lúdicas. El maestro Nicolás Buenaventura ha construido, sobre el particular, la metáfora de la campana en la escuela:

"La campana suena distinto, se la oye totalmente diferente, no solo ya al oído de los muchachos sino de los profesores cuando suena a recreo, a salida a recreo que cuando toca a entrada a clase...":

Aula	Patio
Prisión	Libertad
Lo ajeno	Lo propio
Deber	El amor"

Por todo lo planteado se puede pensar que la lúdica es también, esencialmente, una actitud frente a la vida. Actitud mediante la cual guiamos nuestras relaciones interpersonales con optimismo, espontaneidad y alegría. De una manera desprevenida, lejana del tremendismo frente a los problemas o contratiempos de la vida cotidiana.

Si los docentes en verdad desean mejorar significativamente los ambientes de educación, deberán empezar por intentar un cambio de lógica en la organización y funcionamiento de la escuela y un cambio de actitud frente a la vida misma, tratando, de ponerse-.en el lugar del otro, de ver y sentir como el otro, ese niño o joven en pleno desarrollo y necesitado de expresión y satisfacción lúdica.

La vida misma enseña que las mejores relaciones humanas están constituidas por el amor y la amistad, no por el trabajo. Quizás esto se explique por el hecho de ser relaciones determinadas por racionalidades bien diferentes; en el primer caso, por sentimientos, emociones, atracción y empatía; en el segundo, por obligación y necesidad de subsistencia material.

Se elige pareja o amigos fundamentalmente por el gusto, por el sentimiento de estar y sentirse bien con el otro(a). Es esta una elección voluntaria y espontánea, de la cual derivan interacciones ajenas al reglamento, la amenaza, el castigo o una iniquidad en el uso del poder.

Por esto, las posibilidades de comprensión, diálogo y entendimiento, fluyen armónica y agradablemente en el primer caso, y se obstruyen, alteran y enajenan en el segundo. Los profesores no pueden seguir mirando a los niños como empleados o subalternos, las actitudes lúdicas abren el camino a interacciones humanas fraternas. Entender este planteamiento permite comprender por qué los muchachos aprenden mucho más con sus amigos en la calle, que con los maestros en el aula.

Con base en lo argumentado es posible sostener que la incorporación de la lúdica a la escuela, dista mucho de ser solo un problema del profesor de educación física, siendo de todos inclusive, por supuesto, de los directivos.

Solo por esta vía se podría intentar el PEI equilibrado (academia - lúdica) que nos propone el maestro antes citado. De lo contrario, podrán incorporarse algunos juegos, materiales didácticos, carteleras, etc. sin que la lúdica aparezca por ninguna parte. Por ello la escuela y el estudio seguirán siendo espacios y momentos aburridos, tensos y desagradables que propician la apatía por el conocimiento, el descalabro y la deserción.

Los profesores, de seguir así, no podrán llegar a ser referentes de desarrollo personal, permaneciendo como símbolos académicos indeseados en el sentir estudiantil.

Mediante esta argumentación se ha intentado una aproximación al concepto de lúdica, como necesidad y potencialidad esencial del desarrollo humano, como búsqueda de emociones placenteras y como actitud gozosa frente a la vida. Al mismo tiempo, se ha ofrecido una diferenciación y relación de esta categoría con otras como recreación, tiempo libre, ocio y juego.

Aproximación sobre la cual es necesario seguir profundizando y construyendo conocimiento, en perspectiva de mejores niveles de educación y desarrollo humano y social.

5.7 EL JUEGO.⁵¹

⁵¹ HERNÁNDEZ, José Antonio. Manual de Recreación. M.E.N. Santafe de Bogotá. 1995. p. 69-71

Es una de las actividades bio-psico-sociales básicas de todo ser humano. A través de ella el hombre se reconoce a sí mismo y a los demás en un espacio de libertad y convivencia, creciendo y trascendiendo colectivamente.

La importancia del juego es enorme ya que es el medio a través del cual desarrollamos nuestras facultades físicas y psíquicas, desde el momento en que nacemos. Eminentemente sicólogos, pedagogos, sociólogos y antropólogos han llegado a la conclusión de que "no puede levantarse a la condición plena del hombre quien no tuvo juegos de niño".

El juego tiene un alto valor pedagógico; didácticamente es el procedimiento idóneo para el aprendizaje de nuevas experiencias, ya que su más alto valor radica en lo vivencial. En el juego podemos observar aptitudes de competencia, de nobleza en la rivalidad, así como la alegría en el triunfo y la tristeza en la derrota: es la oportunidad permanente del buen educador de encauzar positivamente actitudes y conductas.

Es así como observamos que para el joven, el trabajo representa obligación, y el juego, cuando es espontáneo, le atrae con fuerza subyugante.

Se afirma, con razón, que el juego es elemento vital en la infancia y que constituye un plan de la naturaleza en busca del desarrollo de las facultades mentales y físicas del ser humano: hace trabajar los músculos, desarrolla los huesos, ejercita la imaginación, desenvuelve las facultades mentales y corporales, hace brotar la comprensión, la cordialidad y la simpatía para con los demás.

- La perseverancia, la responsabilidad y la lealtad en el juego se descubren, se forman y se desarrollan convenientemente.
- El juego tiene por función la de preparar a la infancia para la vida seria.
- El juego es libertad, es orden.

CLASIFICACION DE LOS JUEGOS

JUEGOS LIBRES. Todos los juegos espontáneos que aparecen especialmente en los primeros años caracterizados por la naturalidad en los movimientos y la libertad en su escogencia, de acuerdo con los gustos y habilidades de cada niño.

JUEGOS EDUCATIVOS. Se pueden considerar en este grupo todos aquellos que aprovechan la inclinación natural del educando con fines formativos e instructivos y que generalmente son sugeridos y orientados por el maestro.

JUEGOS PREDEPORTIVOS. Son todos aquellos que se basan en la práctica de un deporte; aunque las reglas son muy elásticas y su práctica se realiza con el objetivo de inducir al educando a la práctica de un deporte.

JUEGOS DEPORTIVOS. Comprende este grupo todos aquellos de competencia individual o colectiva, sujetos a reglamentos más o menos rígidos y que requieren un entrenamiento especial.

Por lo tanto, podemos decir que jugar es un hecho habitual, normal, familiar y social que todos llegamos a practicar y a conocer íntimamente. Es un conocimiento, una práctica, un bien común público. Jugar es una fiesta del cuerpo y de la mente que requiere y desarrolla al mismo tiempo cualidades físicas como la agilidad, la habilidad, la precisión y la agudeza auditiva y visual, también cualidades mentales como la imaginación, la creatividad y el pensamiento práctico.

Jugar es también una forma muy especial de adquirir y de valorar el contacto personal y social, el contacto con quienes diariamente se convive. De hecho, no hay ni puede haber un juego, tan sólo uno siquiera, que no tenga un horizonte comunitario. Cuando alguien juega “solo” lo hace con otro, con un ser imaginario, con un compañero no necesariamente real.

Jugar no se realiza en el universo de la nada. La nada no existe en el pensamiento del niño y en la fantasía del juego. El juego es creación, compañía y participación. Aún cuando se juegue y no se tenga una clara conciencia sobre todos estos méritos mencionados, todo juego tiene que ver con los seres humanos, con la sociedad, con la naturaleza, con el pensamiento mágico y muy especialmente con la cultura dentro de la cual se vive.

5.8 TIEMPO ESCOLAR

Comencemos tomando el concepto general del término tiempo: “Duración de los fenómenos” y con base en él, ubiquémonos en el ámbito educativo, denominándolo: Tiempo Escolar, siendo éste, aquel que abarca totalmente tanto las actividades (fenómenos) docentes como discentes encaminadas al desarrollo y ejecución del currículo en una institución.

“El tiempo, es un elemento que no puede ser excluido, ni ajeno a ninguna actuación del ser humano, cualquiera que esta sea”.⁵²

Y si se hace referencia al tiempo en la escuela, nos encontramos real y especialmente ante la importancia de éste, como un valioso recurso, que debe “asumirse responsablemente en su organización y gestión, tanto en lo relativo al

⁵² RUIZ, Laura. La gestión del tiempo como factor de la escuela eficaz. Organización y gestión educativa. España: Ed. Barcelona. 1996. p. 2.

uso personal del recurso tiempo como respecto del uso y administración del recurso colectivo, de todo el grupo.. .”⁵³

De donde se deduce la necesidad y la importancia, primero, que una persona con responsabilidad de dirección en los centros docentes, principalmente, utilice y administre bien su tiempo como el de los demás; y segundo, sin descartar claro está, el utilizar bien y administrar el tiempo por parte de cada individuo en un grupo, lo cual, de una u otra forma y en diversos niveles incide en la calidad de las instituciones educativas si se tiene en cuenta el planteamiento de Peter Drucker: “quien no administra bien su tiempo, no puede administrar bien ninguna cosa”.⁵⁴

Hoy en día, se ha llegado al punto de escuchar y ser característico mencionar continuamente expresiones tales como: “No tengo tiempo”, “El tiempo no me alcanza para nada”, “el tiempo pasa más rápido ¡ahora!”, ante lo cual, nos debemos preguntar ¿es verdad esto?, ó simplemente nadie está contento con su tiempo y con el uso que hace de él, porque la verdad es que el tiempo es el recurso que todas las personas poseen y “está mejor repartido ya que todo el mundo tiene el mismo tiempo y la misma cantidad; pero a pesar de ello, nunca nos parece suficiente y siempre queremos y necesitamos más”⁵⁵. Concluyendo que en realidad, lo que se presenta es un incorrecto uso del tiempo en la vida del hombre.

Todo lo anterior nos lleva a plantear un problema específico: la necesidad de organización y administración del tiempo, fundamentalmente el tiempo escolar, donde son tantos los agentes y las situaciones que intervienen dentro y fuera de los centros educativos, los cuales y a propósito: “Ya no son únicamente un lugar de aprendizaje. Con los años se han convertido también en espacios de convivencia, de tolerancia y de integración. Todo esto frente al peso absoluto que antes se otorgaba a la formación científica”⁵⁶

Espacio y ambiente que encierra variedad de fenómenos con circunstancias y gestiones que necesariamente conducen a diversidad de conceptos sobre el tiempo dentro de la Escuela, producto de ideas y trabajos de investigadores.

“Los investigadores actuales intentan observar que se produce cierta relación entre tiempo asignado, tiempo necesario, tiempo activo y eficacia del aprendizaje”⁵⁷.

⁵³ URRUÑETA NÁJERA, Pedro. El tiempo como recurso de gestión. Organización y gestión Educativa. Madrid : Ed. Barcelona. 1996. p.21

⁵⁴ Ibid., p. 21

⁵⁵ Ibid., p. 21.

⁵⁶ Ibid., p. 2.

⁵⁷ RIVAS, Manuel. Doctor en pedagogía. Catedrático Universidad de Valladolid. El tiempo escolar. Organización y gestión educativa. Madrid: Ed. Barcelona. 1996. p. 14.

5.9 ESTRATEGIA METODOLÓGICA

La solución de problemas, tendrá los siguientes parámetros:

1. Origen: ¿De dónde partir?
Siendo observadores y creativos, aplicando un diagnóstico y correctivos a tiempo, nos daremos cuenta que siempre habrán pretextos para hacer propuestas que las jóvenes acogerán con entusiasmo.
2. Montaje: ¿Cómo se va a hacer?
Se realizará una primera fase de publicidad dentro de la Institución, como fase de motivación para que las estudiantes se vayan adueñando de la propuesta y posteriormente dar inicio a la ejecución de ella.
3. Desarrollo Momento de las ejecuciones
Impulsar a las jóvenes a ejecutar una y otra vez las acciones propuestas, que les ayudarán a encontrar mucha significación y a adoptar hábitos saludables que mejoren sus relaciones interpersonales, sedentarismo y en general su proyecto de vida y a los profesores se los invitará a realizar un proceso de seguimiento continuo.
4. Evaluación de la situación significativa.
Aquí se va a evaluar el proceso realizado, que consistió en diagnosticar la dificultad y en el desarrollo de la propuesta, tomando como base las diferentes teorías que determinaron los momentos, y así aplicar la solución correcta.

Aquí se invitará permanentemente a las adolescentes, al docente y al padre de familia a evaluar y analizar lo que ellos hicieron y la forma cómo se organizaron para realizar las diferentes acciones requeridas.

5.10 ESTRUCTURACION DEL PLAN

Cuadro 7. Esquema de la propuesta.

PROPUESTA	DIRIGIDO A	PROPÓSITOS
1. Vivencias recreativas. 2. Socioterapia Juvenil 3. Clubes mágicos deportivos 4. Noches de sábado	Comunidad Educativa Colegio Sagrado Corazón de Jesús	Mejorar las relaciones interpersonales que deterioran el clima académico. Mejorar los canales de comunicación en el grupo, disminuir la hostilidad y fomentar estilos de vida saludable

5.10.1 Vivencias Recreativas. En esta etapa se incentiva a las estudiantes para que adopten comportamientos sanos debido a que en su interactuar comunitario van adquiriendo pautas socioculturales y ambientales, aprendidas por imitación y que muchas de ellas se han convertido en hábitos desadaptativos que predisponen al desarrollo de un buen estilo de vida. Es por esta razón que se plantea que a través de vivencias recreativas las estudiantes del grado décimo puedan introducir en su manera, vivir hábitos y actitudes positivas.

En primera instancia se plantean 25 actividades, que serán ejecutadas en jornada extra escolar de la tarde y pueden ser desarrolladas en varios espacios como patios, canchas, aire libre, polideportivos, coliseo cubierto, piscina ó la creatividad del docente donde quiera aplicarla.

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	ACTIVIDAD
<p>BARRIDA DE GLOBOS</p>	<p>Materiales: Escoba, globos, bolsas.</p> <p>Los equipos se ponen detrás de la línea de partida. El primer jugador de cada equipo recibe una escoba. A su alrededor hay 12 globos.</p> <p>Cuando escuche la señal, tratará de barrer la mayor cantidad de globos hasta la meta y allí los depositará con la mano en un canasto o bolsa. Disponen de cuatro minutos para esta actividad. Cada globo es un punto para el quipo. El ejercicio se repite con cada uno de los integrantes de los equipos.</p> <p>Gana el juego el equipo que acumule más puntos. Éstos se sumarán a los que obtenga en los juegos posteriores.</p>
<p>CARRERA DE COSTALES</p>	<p>Materiales: Costales.</p> <p>Los equipos forman filas paralelas detrás de la línea de partida. Los primeros jugadores reciben un costal. Cuando escuchen la señal, deberán meterse dentro y correr así hasta la meta. Allí se quitan el costal y lo entregan al segundo jugador. La dinámica sigue igual hasta que participen todos los integrantes de un equipo. El equipo que termine primero gana puntos</p>

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	ACTIVIDAD
<p>DIBUJANDO A CIEGAS</p>	<p>Materiales: Una bolsa de papel por equipo; se le puede pintar un rostro triste por ambos lados. Un papelógrafo y un marcador para cada equipo.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. El profesor invita al grupo a formar espontáneamente equipos de seis personas. Se ponen un nombre para identificarse. 2. Escuchan la explicación de la dinámica: <p>Todos los integrantes de cada equipo participarán por turno, dibujando con la vista tapada. Cada dibujante agregará otros elementos a los dibujados anteriormente, según lo que indique el animador. Mientras participa el primer voluntario, su equipo puede orientarlo con aplausos. Cuando dibuje en el lugar correcto, los golpes serán fuertes. Si está equivocado, los golpes serán más débiles. Los equipos contrarios pueden estorbar la ayuda con silbidos o tarareando una canción.</p> 3. El primer dibujante se cubre con la bolsa de papel y comienza a dibujar lo que le señala el animador. Una casa con dos ventanas y una puerta. Entrega la bolsa de papel al segundo participante. <p>Segundo: un árbol junto a la casa. Tercero: el sol sobre la casa. Cuarto: una vaca en el jardín de la casa. Quinto: la cordillera detrás de la casa. Sexto: el papá, la mamá y su hijo caminando hacia la casa.</p> 4. Participa el equipo número 2. Lo hace de la misma manera que el anterior. La dinámica continúa igual hasta que intervienen todos los equipos. El motivo que se dibuja es siempre el mismo. Al final se comparan los papelógrafos. Gana el equipo cuyo dibujo es el mejor logrado.

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	ACTIVIDAD
SEDIENTOS	<p>Materiales: vasos con agua y cucharillas de dulce.</p> <p>Formación: el juego se realiza por parejas. Se trazan dos líneas paralelas. Detrás de una de ellas estarán la cuchara. Detrás de la otra línea, están sus respectivas parejas.</p> <p>A la señal de partida, los jugadores con los vasos de agua salen corriendo de sus lugares y van hasta sus parejas, y con la cucharita le dan toda el agua. No pueden derramar ni una gota. Después de tomar toda el agua, su pareja regresa a la línea inicial. Gana el que primero vuelva a la línea de partida.</p>
LA BATALLA DE LOS GLOBOS	<p>Materiales: Un globo por participante.</p> <p>Cada uno de los participantes tendrá un globo inflado amarrado en uno de sus tobillos de forma que quede colgando aprox. 10 cm. El juego consiste en tratar de pisar el globo del contrincante sin que le pisen el suyo. Al participante que le revienta el globo queda eliminado.</p>
EL BATEADOR LOCO	<p>Materiales : Un palo para batear, una pelota.</p> <p>De debe trazar un círculo grande, de unos seis metros de radio, preferentemente en un terreno plano. En el centro del círculo se ubica un jugador con el mazo de madera. Los demás jugadores se colocan alrededor del círculo e intentan alcanzar al bateador con una pelota, sin entrar al círculo. El jugador del centro se defiende golpeando la pelota con su mazo, tratando de enviarla lo más lejos posible. Cuando el bateador loco es alcanzado, ocupará su lugar el jugador que lanzó la pelota. Gana el jugador que resiste más tiempo en el centro del círculo.</p>

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	ACTIVIDAD
CON MI EQUIPO GANAREMOS	<p>Materiales: agua, harina, galletas, banano, algodón, crema, lapicero.</p> <p>Para una jornada de trabajo se desarrollan una serie de juegos, las estudiantes en equipos deben acumular puntos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sumérgete en agua y harina: Consiste en que el líder de un grupo deberá introducir la cara en una vasija, la cual se encuentra llena de agua deberá sacar una pelotita de ping pong y seguidamente sacar un confite que se encuentra en un plato, el cual está tapado con harina. - El comelón silbando: Un representante de cada grupo debe comerse un banano y seguidamente un paquete de galletas de soda, una vez haya finalizado deberá silbar entonando una canción. - Unta mi nariz: El representante del grupo se unta la nariz con crema y debe recoger unas bolas de algodón que se encuentran en un plato, las manos deben estar atrás. - El autógrafo en la escultura: Una integrante del grupo previamente seleccionada, deberá recolectar hacerse tatuar el cuerpo con el mayor número de firmas de las compañeras participantes.
APRENDE, PREPARA Y COME:	<p>Materiales: Cocina, losa, alimentos, horno.</p> <p>Con ayuda de un experto en cocina se realiza clases de nutrición y salud, aprendiendo a preparar platos ricos en vitaminas y bajos en calorías y grasas, actividad que permite adquirir unos hábitos de salud a la vez que se recrea en la preparación de ellos. Se comparte con la familia los platos preparados.</p>

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	ACTIVIDAD
RELÉVAME	<p>Materiales: Botellas, agua, vasos</p> <p>Cada equipo se pone formando una fila. Detrás del último de la fila hay una botella vacía, y delante del primero hay un recipiente lleno de agua. Todos los jugadores se ponen con las piernas abiertas. Cuando empieza el juego, el primero llena en el recipiente un vaso y se lo pasa al segundo por debajo de sus propias piernas; éste lo pasa al tercero y así hasta llegar al último, que vaciará el agua que quede en el vaso dentro de la botella y devolverá dicho vaso al compañero que tiene delante. El vaso siempre tiene que pasar por entre las piernas. Gana el equipo que primero llene la botella.</p>
VOLEIBOL BAJO TECHO	<p>Materiales: Una Red – un balón.</p> <p>Coloca una red baja. Utilizando una pelota inflable grande, todos juegan voleibol. Los integrantes participan del juego sentados en el piso, desde esta posición realizan la actividad. Gana el equipo que más puntos anote.</p>
APRENDE A BAILAR Y DIVIÉRTETE	<p>Materiales: CDs, Grabadora</p> <p>Distribuidos por parejas al ritmo de salsa, de manera lúdica se inicia con movimientos corporales encaminados a mejorar la expresión corporal para luego con su compañera hacer una coreografía de salsa moderna. Se seleccionan las mejores y se hace un montaje con todo el grupo.</p>

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	ACTIVIDAD
<p style="text-align: center;">CORRO PARA ALCANZAR MI META</p>	<p>Materiales: Manzana, bono, pera</p> <p>Se divide a las estudiantes en grupos de cuatro. Cada una corre 100 metros. La primera alcanzará una manzana que será entregada a la segunda participante quien corre la misma distancia y recoge un bono sorpresa, la tercer concursante deberá pelar una pera y continuar hasta la última compañera quien alcanzará la meta entregando los objetos de sus tres compañeras.</p>
<p style="text-align: center;">CARRERA DE OBSERVACIÓN</p>	<p>Materiales: Pinturas, papel, rompecabezs.</p> <p>Se distribuye el grupo en subgrupos de ocho estudiantes, las cuales deberán hacer un recorrido por un sendero predeterminado en el cual irán desarrollando un cuestionario que esté elaborado con anticipación en el que incluye preguntas cautelosas, desarrollo de actividades como pinturas en papel kraff, descifrar jeroglíficos, armar rompe cabezas, realizar algunas actividades físicas de conjunto. Gana el equipo que emplee el menor tiempo posible en su recorrido y ejecución de la actividad.</p>
<p style="text-align: center;">DANZANDO CONOZCO MI CULTURA</p>	<p>Materiales: Grabadora, CDs, papel, cinta</p> <p>Se divide el grupo en subgrupos de ocho, cada uno de ellos será asesorado con una coreografía de la región andina, llanos orientales, costa atlántica, costa pacífica, amazonía. Con la creatividad colectiva deberán elaborar una coreografía de la región que le corresponda, y con papel elaborarán el traje típico. Gana el grupo más creativo y más dinámico.</p>

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	ACTIVIDAD
<p style="text-align: center;">OJOS CLAROS Y POSITIVOS</p>	<p>Materiales: Papel, lápiz, lapiceros</p> <p>El profesor hace una breve introducción haciendo notar cómo, en la vida diaria, la inmensa mayoría de las veces observamos más los defectos que las cualidades de los demás. Hoy vamos a mirar al compañero con ojos claros y positivos. El se lo merece; además así podremos ver algo que hasta ahora no hemos apreciado tanto.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. El profesor distribuye un papel a cada uno. Y cada cual escribe en ellas las tres cualidades o rasgos positivos que, a su parecer, caracterizan mejor a su compañero de la derecha. El papel es totalmente anónimo. Por ello, todos han de ser del mismo tamaño y color, no deberá constar el nombre de la persona que escribe, ni el de la persona que tiene a su derecha. 2. A continuación, el animador pide a todos que doblen su papel; se recogen, se mezclan y las vuelve a distribuir dando una a cada uno. 3. Hecha la redistribución, cada uno lee en voz alta las cualidades que constan en el papel que le ha tocado, y se lo asignará a la persona del grupo que, a su entender, se ajusta mejor a esas cualidades. Sólo puede asignarse a una persona. Y manifiesta brevemente por qué ve en él esas cualidades. Puede suceder que una misma persona del grupo sea señalada más de una vez como portadora de las cualidades. Por eso, al final, cada uno dirá públicamente las cualidades que él asignó a la persona de su derecha. 4. Al final, se tiene un diálogo sobre lo vivenciado en la marcha del ejercicio: lo descubierto, lo sentido, etc.

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	ACTIVIDAD
<p>UN POPURRI</p>	<p>Materiales: Huevo, arena, zanahoria, dulces, grabadora, velas, CD.</p> <p>A continuación se mencionan varias actividades que pueden ser útiles en cursos de desarrollo personal para acrecentar el propio conocimiento sensorial.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. EXPLORANDO SU ESPACIO. Acuéstese en el piso, cierre los ojos, con sus manos explore el espacio que ocupa. Ensanche y contraiga el mismo. 2. GRITANDO. Grite tan fuerte como pueda alguna de las siguientes cosas: su nombre, el nombre de alguna persona importante, como se siente, palabras prohibidas, números, palabras sin sentido o sonidos primitivos. Analice sus respuestas fisiológicas y psicológicas. 3. ABRIENDO UN HUEVO. Explore un huevo sin hablar. Trate de romperlo apretándolo. Mientras presta atención a todos sus sentimientos, piense en todos los simbolismos relacionados con el huevo. Entonces rompa el huevo en la forma que crea más apropiada y analice el contenido. Alternativa: use una naranja; al final cómase la naranja, enfocándose en su sabor y textura. 4. RESPIRACION PROFUNDA. Acuéstese en el piso, cierre los ojos. Respire tan profundamente como pueda, concentrándose en los efectos que produce la entrada del oxígeno en su organismo. Imagínese observando internamente su respiración. 5. LAVANDOSE LAS MANOS. "Lávese 1as manos con arena, sal, nieve o hielo". Ponga atención a todo lo que sienta. 6. CENSO DE LOS SENTIDOS. Recuéstese en el piso y cierre los ojos. <ol style="list-style-type: none"> a) Sienta el espacio, el piso, su cuerpo (externa o internamente.) b) Mantenga los ojos cerrados y escuche los sonidos que se producen a su alrededor.

	<p>c) Levántese con los ojos cerrados y saboree un limón partido, tome sal de la palma de su mano, coma una zanahoria o chupe un dulce de menta.</p> <p>d) Levántese con los ojos cerrados. Recorra el cuarto oliendo tanto como le sea posible.</p> <p>e) Sin voltear la cabeza, abra los ojos y observe el mayor número de detalles que quepan dentro de su campo de visión. Concéntrese en la forma en que opera la visión periférica.</p> <p>f) Paréese y camine alrededor con los ojos abiertos; manténgase lo más conciente posible de todos sus sentidos.</p> <p>Todas estas actividades se las realiza con música instrumental en un sitio acondicionado con velas y aromatizantes, permitiendo al estudiante un encuentro consigo mismo y se finaliza con una reflexión en interacción con ellas.</p>
<p style="text-align: center;">DOS EN UNO Y TODOS EN GRUPO</p>	<p>Materiales: Papel, lápiz.</p> <p>* Se forman grupos con una cantidad par de integrantes pero no mayor de seis personas. Se sientan en pareja y reciben lápiz y papel.</p> <p>* Consigna: No pueden hablarse ni comunicarse con palabras por escrito. Ambos, toman el mismo lápiz e intentan hacer un dibujo a dúo, llevándose mutuamente la mano. por ejemplo: una flor y un pájaro. Una vez que hicieron el dibujo, tratan de Firmarlo, siempre con ambas manos juntas sobre el mismo lápiz.</p> <p>REFLEXION:</p> <p>Es, desde la comprensión interior de los participantes. de donde surge o no la expresión gráfica. El papel de cada persona, será tanto más único e incomparable, e irremplazable por otro, cuanto más elevados sean los planos de</p>

	<p>los valores sobre los que la comunión se establece; en consecuencia une, separa o domina a las personas por lo más profundo de su ser. El desentrañar los interrogantes será un aporte de real conocimiento de nuestro modo de 'hacer con otros', de ser libre en el actuar para el crecimiento personal y grupal.</p> <p>Por eso, dialoguemos sobre:</p> <p>¿Qué sentimos durante la experiencia lúdica?</p> <p>¿Cómo logramos el dibujo?</p> <p>¿Alguien ejerció dominio sobre el otro?</p> <p>¿Cómo se percibió?</p> <p>¿Qué reacciones surgieron en el proceso de firma?</p>
<p style="text-align: center;">DOS EN UNO Y TODOS EN GRUPO</p>	<p>Materiales: Papel, lápiz.</p> <p>* Se forman grupos con una cantidad par de integrantes pero no mayor de seis personas. Se sientan en pareja y reciben lápiz y papel.</p> <p>* Consigna: No pueden hablarse ni comunicarse con palabras por escrito. Ambos, toman el mismo lápiz e intentan hacer un dibujo a dúo, llevándose mutuamente la mano. por ejemplo: una flor y un pájaro. Una vez que hicieron el dibujo, tratan de Firmarlo, siempre con ambas manos juntas sobre el mismo lápiz.</p> <p>REFLEXION:</p> <p>Es, desde la comprensión interior de los participantes. de donde surge o no la expresión gráfica. El papel de cada persona, será tanto más único e incomparable, e irremplazable por otro, cuanto más elevados sean los planos de los valores sobre los que la comunión se</p>

	<p>establece; en consecuencia uno, separa o domina a las personas por lo más profundo de su ser. El desentrañar los interrogantes será un aporte de real conocimiento de nuestro modo de 'hacer con otros', de ser libre en el actuar para el crecimiento personal y grupal.</p> <p>Por eso, dialoguemos sobre:</p> <p>¿Qué sentimos durante la experiencia lúdica?</p> <p>¿Cómo logramos el dibujo?</p> <p>¿Alguien ejerció dominio sobre el otro?</p> <p>¿Cómo se percibió?</p> <p>¿Qué reacciones surgieron en el proceso de firma?</p>
<p>LO QUE MÁS ME GUSTA DE MI</p>	<p>Materiales: De 3 a 5 pliegos de cartulina, un set de tarjetas pequeñas .Lápices Y Hojas blancas, Revistas usadas, Tijeras, Pegamento.</p> <p>Dividir a los participantes en subgrupos. Entregar a cada joven una hoja y pedirles que escriban lo que más les gusta de si mismos (características de su manera de ser y/o actuar que loasen valioso como persona). Ejemplo: " mi sentido del humor", " soy amistoso", etc. Luego se les solicita que en grupos pequeños dibujen en medio pliego de cartulina dibujen una figura humana de gran tamaño y le vayan pegando tarjetas de " valores " con lo que cada uno haya descrito de si. En el caso de " valores " iguales o parecidos se pegan unos sobre otros.</p> <p>Al final se comparten los valores que se destacaron en cada grupo.</p>

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	ACTIVIDAD
<p>EL MUNDO A MIS PIES</p>	<p>Materiales: CDs, grabadora.</p> <p>Crear una obra de teatro que muestre las vivencias de la mujer en el mundo actual, sus temores, y rol de madre soltera y cabeza de hogar, la mujer como símbolo sexual por la publicidad. Cada una de ellas desempeñara un papel de acuerdo a sus habilidades. Esta obra está basada en el teatro contemporáneo que incluye la danza, la expresión corporal.</p> <p>Bajo dirección y orientación del Docente.</p>
<p>EL CUENTO MÁGICO</p>	<p>Materiales: Libros</p> <p>Adecuar un lugar del colegio con una caja mágica llena de cuentos que en primer lugar el profesor dará de leer para que posteriormente cada una seleccione el que más le llame la atención y lo comparta con un grupo de sus compañeras. Esta actividad la motiva para iniciarse en la lectura y así adopten hábitos como la lectura para la superación personal. En esta actividad habrá un cuentero que recree el momento.</p>
<p>REPRESENTACIONES CREATIVAS</p>	<p>Material: Papel</p> <p>Se divide al grupo en subgrupos de ocho integrantes, a quienes se les entrega una ficha que contiene una palabra que describe un problema de aquellos más frecuentes en la adolescencia, cada grupo deberá dialogar y luego representar las ideas centrales en una copla, porra, dramatización, afiche, slogan, canción y al final harán la puesta en común.</p>

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	ACTIVIDAD
<p style="text-align: center;">TU NO ERES UNA ISLA</p>	<p>Destinatarios: Jóvenes.</p> <p>Materiales: Confeccionar un cartel con el pensamiento que aquí aparece. En el patio del colegio todas las estudiantes con vinilos, pinceles elaboran el dibujo que aparece a continuación y escriben el pensamiento. Pueden realizarlo en papel de talegos de azúcar o en costales. Con esta actividad se desea afianzar la comunicación y la convivencia del grupo</p> <p style="text-align: center;">NO SOMOS ISLAS</p> <p style="text-align: center;">Todos estamos unidos por el amor, Por el pensamiento, por la vida. A veces, es sólo un amor, Un pensamiento y una vida Que ofrecemos a los demás, Sin recompensa alguna. Únicamente el egoísta Puede decir que esta solo. Solo... porque ha renunciado a amar Y a ofrecerse a los otros. Solo... porque ha hecho de su vida una isla.</p> <p>CARAMELO</p> <p>Materiales: Caramelos.</p> <p>El profesor trae caramelos y les ofrece a los participantes diciéndoles que agarren los que quieran. Unos toman más, otros toman menos. El animador también toma caramelos. Una vez iniciado el encuentro los participantes deben decir una característica suya por cada caramelo que han agarrado. También se puede asignar un tema a cada color del caramelo y hablar de él. Por ejemplo:</p> <ul style="list-style-type: none"> * Rojo = elabora con el grupo una ronda. * Verde = con un grupo y un tema musical elabora una mini coreografía de Reageton.

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	ACTIVIDAD
<p style="text-align: center;">BALONCESTO TIPO AMERICANO</p>	<p>Materiales: Globos – canastas – bolsa de tela donde va colocado el globo. El juego consiste en anotar puntos dentro de una canasta o una bolsa con una bomba dentro de un Balzac. Cada jugador puede dar tres pasos y tirar a encestar o pasar a un compañero, ganará quien consiga más puntos.</p>
<p style="text-align: center;">PATEANDO SOY FELIZ</p>	<p>Materiales: Cancha, balón, pitos.</p> <p>Se divide el grupo en subgrupos de 5 parejas las cuales se encuentran sujetas de la mano y se enfrentan en un partido de microfútbol a otro equipo que está en igualdad de condiciones. El objetivo es meter el gol al campo contrario, pero para realizar pases y llegar al arco contrario no se pueden soltar de la mano.</p>
<p style="text-align: center;">VOLEIBOL AL AGUA</p>	<p>Materiales: Una Red – bombas llenas con agua – un pito – sacos o paños.</p> <p>Descripción: Necesitas muchos globos llenos de agua, toallas y una red de voleibol. Se forman dos o más equipos de ocho parejas cada uno y se forman por parejas, es decir, que cada equipo va a tener cuatro parejas, las cuales sujetaran una toalla por las puntas. Se colocan en posición de voleibol (dos parejas adelante y dos parejas atrás). Elijan por suerte que equipo comienza, deben colocar un globo sobre la toalla e impulsarlo para lanzarlo y el otro equipo no debe dejarlo caer y debe lanzarlo de nuevo al equipo contrario. Si un equipo deja caer el globo y no lo atrapa con la toalla, es un punto a favor del otro equipo, al final gana quien tenga el mayor puntaje.</p>

5.10.2 Socioterapia juvenil. Es una fase muy importante debido a que posibilita en las estudiantes la interacción social para que puedan desempeñarse de manera activa y autónoma en diferentes ámbitos ya sea familiar, educativo, sociocultural y deportivo, a la vez les permita a las jóvenes satisfacer las necesidades de tipo comunicativo, participativo y de convivencia que en su etapa de adolescencia es muy frecuente. Son ocho actividades planteadas exclusivamente para desarrollarlas en espacios al aire libre (caminatas, campo traviesa, bosques, ciclo montañismo, ríos, piscinas). Específicamente para desarrollarlas en fines de semana, domingos y festivos.

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	ACTIVIDAD
PASEO ECORECREATIVO:	<p>Materiales: Cámara fotográfica, cestas, vinilos, papel y colbón.</p> <p>El grupo de estudiantes se desplazan a pie, a un lugar campestre llamado el Cedro, situado a una hora de la población, en su trayecto con una cámara fotográfica se realizan tomas de los lugares que más les atraigan para que posteriormente se elabore un álbum ecológico. Al llegar al sitio se realizan una variedad de actividades recreativas: Pintura, juegos con balón, y al final se toma un algo departiendo en grupo</p>
CICLO PASEO	<p>Materiales: Bicicleta</p> <p>Los domingos en la mañana se desplazan en bicicleta, recorriendo lugares ecológicos y que no haya tráfico vehicular, respirando de esta manera un nuevo ambiente, que les permita adquirir nuevos hábitos de vida, en un lugar adecuado se realizan actividades de estiramiento, y se departe un refrigerio.</p>
FIESTAS ACUATICAS (POOL PARTIES)	<p>Materiales: Piscina, grabadora, CDs, bombas, pelotas y sogas.</p> <p>En una piscina y con música trance, pop, por espacio de dos horas se juega en el agua, se baila en pareja, en grupo, se realiza competencias grupales con elementos lúdicos como bombas, pelotas de ping pong, desplazarse por sogas etc.</p>

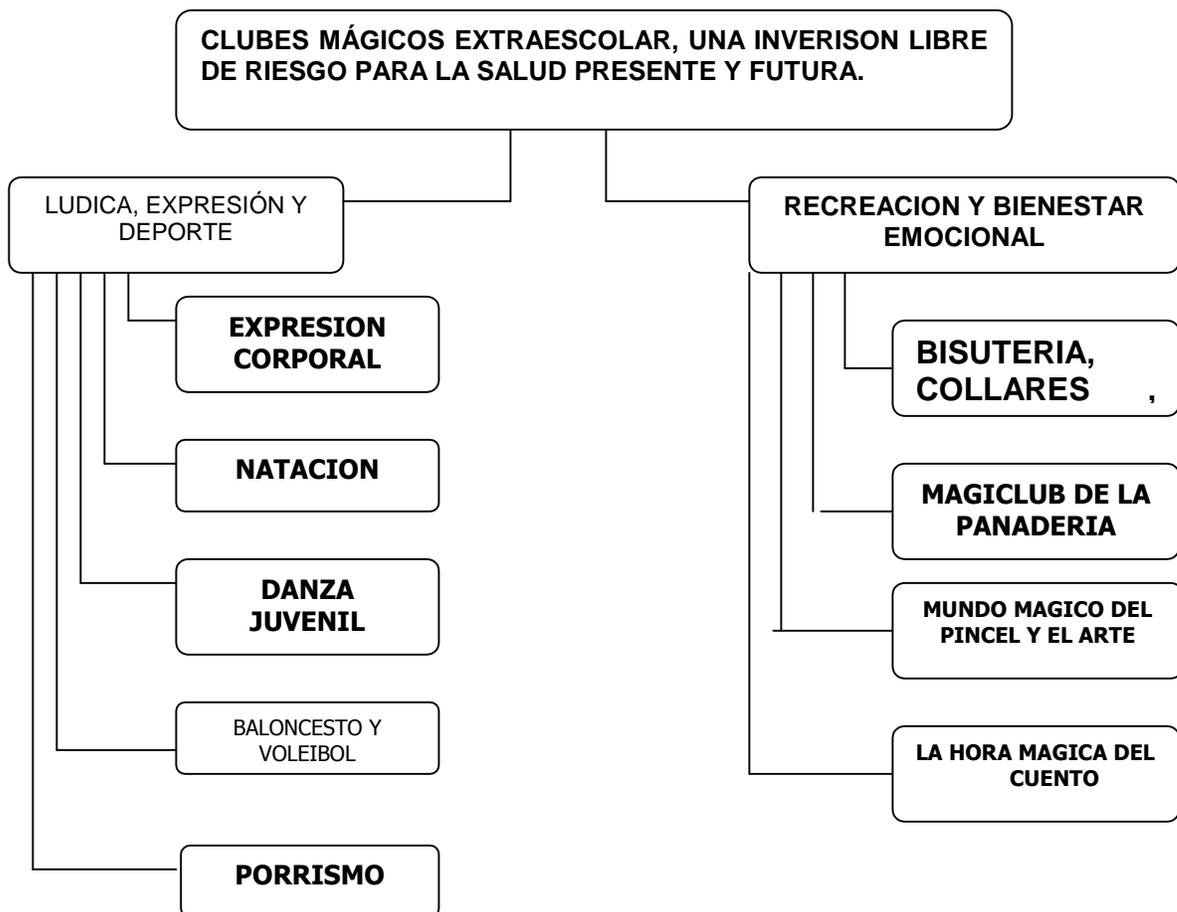
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	ACTIVIDAD
RUMBA TERAPIA	<p>Materiales: CDs, grabadora, agua, manguera</p> <p>Un domingo de cada mes, a las 10:00 a.m. en el patio de la institución se reúnen las estudiantes en ropa deportiva para realizar dos horas de actividad aeróbica con ritmos variados como: regatón, salsa, merengue, música electrónica, dance. Se distribuye bolsas de agua y con un manguera se rocía a todas las estudiantes. Incentivando para que en esta actividad participen con dinamismo.</p>
RECORRE LA CICLOVIA	<p>Materiales: Bicicleta, patines, sogas.</p> <p>Un sábado en la noche, cada niña recorre las calles del pueblo demarcadas para ciclo vía en patines, bicicleta, por espacio de una hora, se realizarán concursos del mejor diseño en grupos de vestuarios, el grupo más dinámico, más creativo en el recorrido.</p>
AERÓBICOS ACUATICOS	<p>Materiales: Piscina, CDs, grabadora.</p> <p>En una tarde soleada se reúnen las estudiantes en una piscina, repartiéndose en grupos de 10 para que bajo las instrucciones de la profesora realizan secuencias de aeróbicos, con ritmos variados.</p> <p>Al final se da un tiempo determinado para que cada grupo elabore una secuencia la cual será presentada al resto del grupo para su ejecución.</p>
WATER POOL	<p>Materiales: Piscina, pelotas y arco.</p> <p>La actividad se la ejecuta en una piscina. Se divide a las alumnas en grupos de seis, el cual se enfrenta con otro grupo. El objetivo es introducir una pelota en un arco del equipo contrario, se determina 10 minutos de juego, el ganador se enfrenta a otro equipo. Puede pasar el balón nadando, corriendo, o por debajo del agua. No se permite agarrar a ningún compañero. El ganador final será quien se haya enfrentado a todos los equipos.</p>

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	ACTIVIDAD
<p style="text-align: center;">GLAMOUR, PASARELA Y BELLEZA</p>	<p>Materiales: Esmaltes, cremas, algodón, agua y limas</p> <p>Con la asesoría de personal especializado y con el patrocinio de la casa de la cultura del municipio se desarrollarán talleres encaminados al cuidado personal: cosmetología y cuidado de piel, manicure, pedicure, como desenvolverse femeninamente en la sociedad, su forma de caminar, y expresión, para que con estas actividades eleven su autoestima, especialmente aquellas que más lo necesita.</p>

5.10.3 Clubes mágicos deportivos. Es centrar la atención y motivación en una serie de actividades que mejoran y afianzan aquellos procesos que se han debilitado debido a la inactividad como consecuencia de la adquisición de malos hábitos, permitiéndoles una mayor convivencia, buena comunicación, participación activa con un proceso metodológico agradable, motivado logrado con la planeación de multiplicidad de actividades lúdicas.

Está esquematizado para que los estudiantes puedan organizarse y participar de clubes deportivos, artísticos, artes y oficios, culturales, para que puedan explorar y potenciar sus talentos, como también para desarrollar habilidades y destrezas. Los estudiantes podrán participar en horas de la tarde, teniendo la posibilidad de seleccionar el club de su preferencia.

Cuadro 8. Esquema clubes.



5.10.4 Noches de sábado. Es un espacio en el cual predisponen las estudiantes con una motivación y una dinámica de rumbas juveniles y tertulias, sin el consumo de sustancias psicoactivas, que las adentra paulatinamente en la magia de interactuar consigo mismas, con su grupo de compañeras para una mayor socialización.

Son cinco actividades en la que las estudiantes pueden departir una noche de sábado con sus amigas, familiares, en donde se pueden consumir cocteles alternativos, sin tener que ingerir cerveza o alcohol.

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	ACTIVIDAD
RUMBA SANA	<p>Materiales: Miniteca, zancos, cocteles.</p> <p>El sábado en la noche una vez al mes se realiza esta actividad bailable, para generar hábitos saludables de vida y evitar el consumo de sustancias psicoactivas como aguardiente. En el patio de la institución se lo adecua y se contrata: un DGS., una miniteca, unos zanqueros que en medio de la noche realizan un espectáculo de baile. Se reparte cócteles alternativos con cero grado de alcohol a base de frutas y gotas amargas. El padre de familia debe enviar el permiso correspondiente para que su hija asista a la actividad de 7:00 a 10:30 de la noche.</p>
LUNADA	<p>Materiales: Guitarras, leña, gasolina, fósforos.</p> <p>Una actividad que se realiza en la noche, en donde se interactúa con los amigos y para ello se cuenta experiencias divertidas de su vida, anécdotas, se escucha un cuentero, se canta al ritmo de la guitarra y del grupo musical invitado, todo esto se hace alrededor de una fogata en el patio de la institución, se departe un sirope caliente.</p>

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	ACTIVIDAD
TERTULIA FAMILIAR	<p>Materiales: Sillas, guitarras, amplificación.</p> <p>En esta actividad se fortalece el vínculo familiar de la estudiante con sus padres. Se realiza en el teatro del colegio propiciando un ambiente familiar con música para el agrado de los padres de familia como de los estudiantes, se dialoga y a la vez se escucha una conferencia de factores que impiden la felicidad en la adolescente y sexualidad, a la vez que se departe un chocolate. Permitiendo así un reencuentro.</p>
CINE FORO	<p>Materiales: Sillas, películas, VHS – DVD.</p> <p>Reunidas en el teatro de la institución se les presentará una película que enriquezca su vida espiritual como por ejemplo la hija de la luz, luego se hace el conversatorio intercambiando ideas. Se departe un refrigerio.</p>
FIESTA DEL JEAN	<p>Materiales: Gaseosas, crispetas, bom-bom bunes.</p> <p>Actividad que se realiza en la tarde, en donde se interactúa con los amigos y compañeros del salón, cada fin de semana con un grado diferente en un salón se iniciará una rumba sana y se cobrará un precio de \$500 por cada estudiante, los cuales son un aporte para solventar los costos del evento.</p>

5.11 PLAN DE ACCION

Nº	ACCION	OBJETIVO	RECURSOS	RESPONSABLES	LOGROS ESPERADOS	TIEMPO (LIBRE)	CRITERIO DE EVALUACIÓN
1	Exposición propuesta a Rector y Consejo Académico.	Socializar, proponer y obtener el visto bueno.	Copia propuesta Papelógrafo Proyector Video bin	Docentes Coord. Proyecto Proponente Idea	Que tanto Rector como compañeros conozcan a profundidad la propuesta y apoyen con personal docente capacitado.	Julio 2006	Gestión Compromiso Toma decisión
2	Exposición propuesta a Consejo Directivo Institucional	Socializar propuesta con todo el personal institucional	Papelógrafo Carteleras Video Sonoviso	Docentes Coord. Proyecto Proponentes Idea	Que el Con. Dir. Institución conozca a profundidad la propuesta y apruebe su implementación. Se reconsidere y ajuste el currículo.	Julio 2006	Objetivo Compromiso
3	Exposición propuesta a Directivos Docentes y Adms. Colegio Integrado Sagrado Corazón de Jesús.	Socializar propuesta con todo el personal institucional	Papelógrafo Carteleras Video Sonoviso Equipo de sonido Proyector	Docentes Coord. Proyecto Proponentes Idea	Que el personal Direct., Doc. y administrativo Institucional conozca a profundidad la propuesta y se comprometan con la elaboración y adopción de proyectos pedagógicos orientados a generar una cultura participativa de género.	Septiembre 2006	Objetivo Compromiso
4	Exposición propuesta educativa	Socializar propuesta con todo el estudiantado	Papelógrafo Carteleras Equipo de sonido Material Fotocopias Video Sonoviso Proyector	Docentes en general Proponente Idea	Que los educandos conozcan a profundidad la propuesta y participen activamente en ella.	Septiembre 2006	Objetivo Toma decisión

Nº	ACCION	OBJETIVO	RECURSO	RESPONSABLES	LOGROS ESPERADOS	TIEMPO (LIBRE)	CRITERIO DE EVALUACIÓN
5	Exposición propuesta a Padres de Familia.	Socializar, proponer con los padres de familia.	Papelógraf o Carteleras Equipo de sonido Material Fotocopiad o Proyector	Docentes Proponentes Idea	Que los padres de familia conozcan a profundidad la propuesta, colaboren y participen en ella.	Septiembre 2006	Objetivo Compromiso Toma decisión
6	Integración Comité Coordinador	Organizar un comité coord. Integrado por Doc. Estu., y padres de familia.	Humanos (Doc. Est. Pad) Papelería Marcadore s	Docentes Proponentes Idea Directivos, Docentes	Que en la Institución se organice un comité coord. Para implementación y desarrollo de la propuesta	Octubre 2006	Conformación total comité coordinador Compromiso
7	Taller de Capacitación Comité Coordinador.	Capacitar a integrantes del Comité coord. En Proyecto "Actividades lúdicas para el uso racional del tiempo libre"	Expositor (es) Papelógraf o Carteleras Videos Proyector	Personal espec. Docente Coord. General	Que los integrantes del comité coordinador reciban orientación en lo relacionado con actividades lúdicas y uso racional del tiempo libre.	Octubre 2006	Objetivo Compromiso Gestión
8	Planeamiento de Actividades	Elaboración, clasificación y organización serie de actividades a realizar.	Papelería Inventario implemento s	Comité Coordinador	Que en la Institución se estructure y determine un plan anual de actividades y procesos proyectados a la comunidad para sensibilizar y mejorar las relaciones con respecto a hacer un uso racional del tiempo libre, desde la infancia hasta la adolescencia.	Octubre 2006	Diseño total de plan de actividades
9	Implement. de la propuesta	Desarrollar cada una de las actividades planeadas	Comité Coord. Canchas deport. Elementos deport. Elementos recrea. Equipo de sonido y amplificación Películas Videos y T.V.	Comité Coordinador	Que se desarrollen las actividades programadas con organización institucional y participación de la comunidad educativa.	Noviembre 2006	Gestión Compromiso Objetivo

Nº	ACCION	OBJETIVO	RECURSOS	RESPONSABLE	LOGROS ESPERADOS	TIEMPO (LIBRE)	CRITERIO DE EVALUACIÓN
10	Evaluación	Evaluar con base en un seguimiento y control de las actividades realizadas.	Humanos Material Fotocopias Cronograma general Formatos de evaluación.	Comité Coordinador	Que se obtenga un balance parcial y final del desarrollo de la propuesta	Noviembre 2006	Cualitativa y Cuantitativa
11	Reajuste a la propuesta			Integrantes de cada Comité.	Visualizar otros puntos de vista para mejorar la propuesta.	Diciembre 2006	
12	Revisión de resultados en cada periodo planeado.	Diseñar instrumentos que nos permitan mejorar la propuesta		Monitores de cada Comité	Concretar y materializar mejor las actividades.	Enero 2007	

6. CONCLUSIONES

Analizando los resultados de las fuentes que se utilizaron en la investigación: (Encuestas a Docentes, Padres de Familia, Estudiantes, Diario de Campo, visita de Archivos de la Institución, Entrevista al Director del Ente Municipal), se concluye qué:

- La Institución no posee un programa que eduque a las estudiantes para ocupar su tiempo libre de manera adecuada.
- La carencia de programas de ocupación del tiempo libre en la Institución, generan problemas de relaciones interpersonales: roscas, roces, discriminaciones.
- El tiempo libre fuera de la Institución no tiene ninguna orientación educativa por parte de docentes y directivos, de ahí que las estudiantes no comprenden que ni el bar ni la discoteca educan.
- En las horas de recreo, las estudiantes permanecen en esa actitud pasiva, limitándose a sentarse en el patio, escaleras, debido a que no existe un programa que brinde alternativas para hacer un uso más racional de este tiempo.
- Existe en las estudiantes un alto consumo de sustancias psicoactivas durante el fin de semana, debido a la falta de actividades deportivas, recreativas, artísticas, en las que puedan interactuar con sus grupos de amigas.
- El interés y la participación de docentes, padres de familia, administrativos, en la recreación y el uso del tiempo libre de sus alumnos e hijos, tanto dentro como fuera de la Institución, es muy escaso, esto genera un alejamiento entre docente-alumno y padre e hijo.
- Estudiantes, padres de familia y docentes coinciden en que no existe un plan en la Institución tanto a nivel interno como externo que fomente el uso racional del tiempo libre.
- Los padres de familia están de acuerdo en que se debe diseñar e implementar un programa para que las estudiantes hagan un uso racional del tiempo extra escolar, organizando Grupos Juveniles, Brigadas, Clubes, en donde se involucre a toda la comunidad educativa.

- La práctica de la actividad recreativa artística es escasa, como si no existiera, notándose la necesidad de explorar en este campo.
- Hay prioridad a ver televisión, estar dentro del hogar o estar con amigos.
- La actividad recreativa en los fines de semana, se reduce en un buen número a bailar, beber en discotecas, bares y calle, como si fuera una norma o regla social, demostrando no solo la práctica equivocada de la recreación, sino también el generamiento de otras circunstancias también perjudiciales para el individuo, la familia, la institución y por ende el desmejoramiento de la salud, irresponsabilidad sexual, sedentarismo, apatía, violencia y malas relaciones humanas.
- Que hay necesidad de crear actividades, estrategias para la recreación de las estudiantes, explorando, motivando y desarrollando los procesos pedagógicos en los cuales se generen ambientes de alegría, creatividad y convivencia para así mejorar las relaciones interpersonales y el sedentarismo.

Todo esto nos lleva a pensar en una organización del tiempo personal, institucional, familiar y grupal, desarrollando capacidades deportivas, artísticas, lúdicas, cognoscitivas, sin limitar la creatividad y el aprendizaje.

7. RECOMENDACIONES

- En las instituciones educativas es fundamental que se organicen diferentes actividades lúdicas en la jornada extraescolar, para que de esta manera las estudiantes den un uso adecuado del tiempo libre.
- Los entes municipales deben planificar en sus poblaciones jornadas continuas de ocupación de tiempo libre par niños y adolescentes, de tal manera que se valore el potencial humano.
- Es fundamental trabajar en equipo con padres de familia, directivos y profesores de educación física para organizar un adecuado proyecto de tiempo libre, que aleje a los adolescentes de malos hábitos como es el consumo de sustancia psicoactivas.
- Los docentes de toda institución educativa deben formar parte activa de los proyectos relacionados con la ocupación del tiempo libre, para que se involucren en la problemática actual en que viven los jóvenes.
- Las instituciones educativas deben designar una parte del presupuesto anual para desarrollar un proyecto de ocupación de tiempo libre que abarque desde el preescolar hasta el grado once. encaminado a fomentar estilos de vida saludables.

BIBLIOGRAFÍA

ACOSTA, Carlos Rubén y otros. El niño de la Escuela Nueva “El Manzano”, Municipio de Taminango y su tiempo libre. Tesis UDENAR. 1996.

ALCÁNTARA, José Antonio. Como educar actitudes. 2ª Ed. Bogotá: Norma. 1988.

ARES, Patricia. Eventos vitales y desarrollo infantil. Moscú : Progreso, 1984.

AVIA, M.D., y VASQUEZ. Optimismo inteligente. Madrid: Editorial Alianza.

AULA. Curso de Orientación Escolar. Humanidades. Ed. Cultural S.A. Madrid: 1995.

BANDAT, J. y ABADIE, J. Cómo enseñar a través del juego. Santafe de Bogotá: USTA. 1975.

BONILLA B, Carlos Bolívar. Aproximación a los conceptos. Coldeportes Caldas: FUNLIBRE. 1988.

BRINKMANN, R. Satisfacción, citado ORREGO ROJO, Ignacio. Camino al éxito, Bogotá: Láser, 2001. 278 p.

CAMACHO COY, Hipólito. Alternativa curricular de educación física para secundaria. Armenia.

CARLOSAMA, Erley y ORTEGA, Ramiro. Utilización del tiempo libre en los estudiantes de la Concentración Escolar “Hermógenes Zarama”. Tesis UDENAR. 1996.

COLEGIO INTEGRADO SAGRADO CORAZÓN DE JESÚS. Proyecto Educativo Institucional. P.E.I. Tambo - Nariño. 2004.

CONGRESO PANAMERICANO DE EDUCACIÓN FÍSICA DEPORTES Y RECREACIÓN. México. 1992.

D. HASSENSTEIN. La motivación en los adolescentes. Bogotá: Ed. Norma. 1979.

DIARIO OFICIAL N° 41933. Centro de Documentación. Bogotá: UPN. 1995. 378 p.

DICCIONARIO ENCICLOPÉDICO SALVAT. Tomo 4. México.

DUMAZEDIER, Jhon. Revolution culturelle de temps libre, Meridiens Kclcnksieck, Barcelona: Hispanoeuropea. 1966. 340 p.

DWECK, Carol. Dirigidos al triunfo. Bogotá: Voluntad. 1998. 260 p.

FESTINGER, León. Las Teorías de la Personalidad Buenos Aires: Saber. 1970. 150 p.

FREUD, Sigmund. El núcleo Familiar citado por Miguel de Zubiría. Fundamentos de valores y actitudes. Bogotá: Norma. 1998.

GALLO GONZÁLEZ, Gonzalo. Aeróbicos Espirituales Andreina. Carvajal. 1998. 270 p.

GOMEZ, Humberto. Valor pedagógico del recreo. Colombia: Aula Alegre, Magisterio.

GONZALEZ P., Gustavo. Educación Física y Recreación. Universidad de San Buenaventura. Cali. 1984.

GONZALEZ Y MARQUINEZ. Educación en ética y valores. Bogotá: Arte publicaciones. 1999. 270 p.

GUIZO, Alfredo. Pistas para construir mitos y desarrollar propuestas de convivencia escolar. 1998.

HALL, C. S. LADZEYG. Las grandes teorías de la personalidad. Buenos Aires. 1970.

HERNÁNDEZ, José Antonio. Manual de Recreación. M.E.N. 1995.

HOYOS, Luz Patricia. Manual del Recreador. POL Editores. Armenia. 1997.

LARA, Rodrigo. Investigación innovación del IDEP. 1998.

LEY 24 DE 1982. De las Cajas de Compensación Familiar.

LEY 181 DE 1995. Del deporte.

MASÓN, Berman Lúdica acción pedagógica citado por BONILLA Carlos. Aproximación al concepto de lúdica, Huila ; Kinesis, 2002.

----- . Modelo de acción pedagógica. Madrid: 1975.

MISIÓN DE CIENCIA, EDUCACIÓN Y DESARROLLO. Colombia al filo de la oportunidad. Bogotá. 1994. p. 1.

NÚÑEZ ARAGON, Elsa. Qué sucede entre la familia y la escuela. La Habana: Abril. Sed, 1999.

ORREJO ROJO, Ignacio. Camino al éxito. Bogotá: Láser. 2001. 340 p.

PERRET CLERMONT, Anne Nelly. La construcción de la inteligencia en la interacción social. Barcelona: Paidós. 1995. 300 p.

PUCHE, José Daniel. Superación como deseo, citado por QUEVEDO CAICEDO, Jaime. Crianza con inteligencia emocional. Bogotá: Grafimercadeo, 2000. 250 p.

QUEVEDO CAICEDO, Jaime. Crianza con inteligencia emocional. Bogotá: Ed. Grafimercadeo. 2000. 240 p.

RIVAS, Manuel. Doctor en pedagogía. Catedrático Universidad de Valladolid. El tiempo escolar. Organización y gestión educativa, Madrid. 1996.

RUIZ, Laura. La gestión del tiempo como factor de la escuela eficaz. Organización y gestión educativa. España. 1996.

RUSSEL, Bertrand. Elogio de la Sociedad, Barcelona: Hispanoeuropea. 1995.

SHAPIRO. Sentimientos y pensamientos. Citado QUEVEDO, Jaime. Crianza con inteligencia emocional. Bogotá: Grafimercadeo. 2000. 230 p.

SKINER, B.F. Sobre el conductismo. Barcelona: Ed. Planeta. 1994. 130 p.

URRUÑETA NÁJERA, Pedro. El tiempo como recurso de gestión. Organización y gestión Educativa. España. 1996.

VEGA, Avelina. La tecnología en la actualidad, Revista Dinero, publicación 222, 2000. 250 p.

VIGOSTKY, Levsemminovich Teoría sobre el aprendizaje Barcelona: Hispanoeuropea. 1986. 280 p.

W., James. Círculo restringido citado por DUQUE LINARES, Jorge. Auto imagen positiva. Bogotá: Panamericana, 2004. 220 p.

ZAMBRANO CH. Cornelia y otros. El uso adecuado del tiempo libre como alternativa para la integración y la recreación en el Colegio Departamental San Carlos, Municipio de El Contadero. Tesis Universidad de Nariño. 1997.

