

DETERMINAR EL TIEMPO LIBRE CON EL QUE CUENTAN LOS ESTUDIANTES
DE LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS EN EDUCACIÓN
FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTE DE LA UNIVERSIDAD SURCOLOMBIANA Y
CÓMO HACEN USO DE ÉSTE

OSCAR ANDRES TRUJILLO MARTINEZ
COD. 2005102014

JULIAN ANDRES VILLA TORRES
COD. 2005100031

UNIVERSIDAD SURCOLOMBIANA
FACULTAD DE EDUCACION
PROGRAMA DE EDUCACION FISICA
NEIVA – HUILA
2009

DETERMINAR EL TIEMPO LIBRE CON EL QUE CUENTAN LOS ESTUDIANTES DE LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTE DE LA UNIVERSIDAD SURCOLOMBIANA Y CÓMO HACEN USO DE ÉSTE

OSCAR ANDRES TRUJILLO MARTINEZ
COD. 2005102014

JULIAN ANDRES VILLA TORRES
COD. 2005100031

Informe final presentado al comité de investigación del programa de Licenciatura en Educación Básica con Énfasis en Educación Física, Recreación y Deporte como requisito de grado

ASESOR:
HIPÓLITO CAMACHO COY
DOCENTE FACULTAD DE EDUCACIÓN

UNIVERSIDAD SURCOLOMBIANA
FACULTAD DE EDUCACION
PROGRAMA DE LICENCIATURA EN EDUCACION FISICA
NEIVA – HUILA
2009

NOTA DE ACEPTACIÓN

PRESIDENTE DEL JURADO

JURADO

JURADO

Neiva, 24 de noviembre de 2009

DEDICATORIA

A Dios, guía principal en todas las acciones de nuestras vidas, por la fuerza y compañía que nos brinda para lograr nuestros objetivos. A nuestros padres, por todo el apoyo y la confianza que depositaron en nosotros, desde el inicio hasta el fin de la carrera; y la comprensión que nos han dado.

AGRADECIMIENTOS

Los autores expresan sus agradecimientos a:

- Nuestro Asesor, Hipólito Camacho Coy, quien hizo posible que el desarrollo de ésta investigación se cumpliera en su totalidad.
- Mag. Josué Manchola Bello, por su tiempo, dedicación y orientación en el desarrollo de nuestro trabajo, y por habernos trasladado los conocimientos necesarios para la realización y conquista de este triunfo.
- Nuestras familias por el apoyo incondicional que han permitido que este logro se haga realidad.
- Todas aquellas personas que de una u otra forma, colaboraron o participaron en la realización de esta investigación.

TABLA DE CONTENIDO

	Pág.
INTRODUCCIÓN	14
1. PLANTEAMIENTO DEL PROGRAMA	15
1.1 DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA	15
1.2 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	19
2. JUSTIFICACIÓN	20
3. OBJETIVOS	22
3.1 OBJETIVO GENERAL	22
3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS	22
4. REFERENTE TEÓRICO	23
4.1 ANTECEDENTES	23
4.1.1 Antecedente Internacional	23
4.1.2 Antecedente Nacional	24
4.1.3 Antecedente Regional	25

4.2 MARCO CONTEXTUAL	25
4.3 MARCO CONCEPTUAL	26
4.3.1 Tiempo Libre	26
4.3.2 Creatividad en la Utilización del Tiempo Libre	27
4.3.3 Ocio	27
4.3.4 Practicas de Ocio	28
4.3.5 Recreación	29
4.3.6 La Recreación como Medio de Educación	30
4.3.7 Tiempo Libre/Calidad de Vida	30
4.3.8 Cultura del Tiempo Libre Y Ocio en Universitarios	32
4.3.9 Políticas para el Uso del Tiempo Libre en la Usco	32
4.3.9.1 Coordinación de Deportes	33
4.3.9.2 Programa de Educación Física	34
4.4 ASPECTOS LEGALES	34
4.4.1 Ley General del Deporte	34

4.4.2	La Recreación y La Constitución Política de Colombia de 1991	35
4.4.3	La Recreación y el Derecho Internacional	35
4.4.4	El Decreto 2566 de 2003	36
5.	DISEÑO METODOLOGICO	37
5.1	NATURALEZA DE LA INVESTIGACIÓN	37
5.2	POBLACIÓN Y MUESTRA	37
5.2.1	Población	37
5.2.2	Muestra	39
5.2.3	Procedimiento de Muestreo	39
5.3	INSTRUMENTOS PARA LA RECOLECCIÓN DE LA INFORMACIÓN	43
5.4	PROCESO DE RECOLECCIÓN DE LA INFORMACIÓN	43
5.5	PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE LA INFORMACIÓN	44
5.6	ALCANCES DE LA INVESTIGACIÓN	45
6.	RESULTADOS	46

6.1 CRUCE DE VARIABLES	56
7. CONCLUSIÓN	61
8. DISCUSIÓN	62
9. RECOMENDACIONES	63
BIBLIOGRAFÍA	64
ANEXOS	67

LISTA DE TABLAS

	Pág.
Tabla 1. Número de estudiantes por código de la población	37
Tabla 2. Distribución de la población total de los estudiantes de Lic. Educación Física matriculados por estrato socioeconómico	38
Tabla 3. Distribución hombres	38
Tabla 4. Distribución mujeres	38
Tabla 5. Número de estudiantes de la muestra por código	39
Tabla 6. Distribución de la muestra de los estudiantes de Lic. Educación Física matriculados por estrato socioeconómico	40
Tabla 7. Distribución hombres	40
Tabla 8. Distribución mujeres	41
Tabla 9. Listado de mujeres seleccionadas para la muestra	41
Tabla 10. Listado de hombres seleccionados para la muestra	41
Tabla 11. Género con prácticas y uso del tiempo libre	44
Tabla 12. Estudiantes que son padres y madres de familia	44
Tabla 13. Estudiantes que no son padres de familia	45
Tabla 14. Horas promedio de Tiempo Libre entre semana según el género	56
Tabla 15. Horas promedio en los fines de semana según el Género	56
Tabla 16. Actividades que realizan los estudiantes en el Tiempo Libre según el género	57
Tabla 17. Actividades que realizan los estudiantes en el Tiempo Libre según la edad	57

Tabla 18. Actividades que realizan los estudiantes en el Tiempo Libre según el estrato socioeconómico	58
Tabla 19. Actividades que realizan los estudiantes en el Tiempo Libre según el Lugar de Procedencia	58
Tabla 20. Deporte que practica en el Tiempo Libre según el Género	59
Tabla 21. Programas que brinda la Universidad para el uso del Tiempo Libre según el Estrato Socioeconómico	59

LISTA DE GRÁFICAS

	Pág.
Gráfica 1. Año de ingreso a la Universidad	46
Gráfica 2. Semestre de ingreso a la Universidad	46
Gráfica 3. Distribución de la población por género	47
Gráfica 4. Distribución por edad	47
Gráfica 5. Lugar de procedencia de los estudiantes	48
Gráfica 6. Estrato socioeconómico de los estudiantes	48
Gráfica 7. Estado civil de los estudiantes	49
Gráfica 8. ¿Tienen hijos?	49
Gráfica 9. Número de hijos	50
Gráfica 10. ¿Para qué es importante el Tiempo Libre?	50
Gráfica 11. Actividades que realizan los estudiantes en el Tiempo Libre	51
Gráfica 12. Horas promedio de Tiempo Libre entre semana	51
Gráfica 13. Horas promedio de Tiempo Libre los fines de semana	52
Gráfica 14. ¿Aprovecha adecuadamente su Tiempo Libre?	52
Gráfica 15. Participación en grupos sociales	53
Gráfica 16. Programas que brinda la Universidad para el uso del Tiempo Libre	53
Gráfica 17. ¿Practica algún deporte?	54
Gráfica 18. Deporte que practica en el Tiempo Libre	54

Gráfica 19. Aceptación con las actividades que brinda la Universidad para utilizar el Tiempo Libre	55
Gráfica 20. Actividades que sugieren los estudiantes para utilizar el Tiempo Libre	55

INTRODUCCIÓN

La presente investigación se centró en el estudio del uso del Tiempo Libre de los Estudiantes de Licenciatura en Educación Básica con Énfasis en Educación Física, Recreación y Deporte de la Universidad Surcolombiana. En este sentido, es relevante destacar el Tiempo Libre, ya que este hace referencia a ese breve espacio, periodo o lapso que queda después de haber cumplido todas las obligaciones diarias (familiares, sociales, laborales y/o educativas). Por esta razón es de gran importancia tomar conciencia para darle un verdadero y significativo valor.

El grupo de investigación planteó el siguiente interrogante como problema de investigación:

¿Cuál es el Tiempo Libre con el que cuentan los Estudiantes de Licenciatura en Educación Básica con Énfasis en Educación Física, Recreación y Deporte de la Universidad Surcolombiana y Cómo hacen uso de éste?

La justificación se basó en la búsqueda de un mejor desarrollo del Tiempo Libre para que se genere un cambio de actitud por parte de los estudiantes, docentes, padres de familia y directivas del programa de Educación Física en relación con el uso adecuado del Tiempo Libre y de igual manera llegar a una nueva concepción para que la propuesta adquiriera una intención específica en la utilización correcta del tiempo libre.

1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

La siguiente investigación denominada, DETERMINAR EL TIEMPO LIBRE CON EL QUE CUENTAN LOS ESTUDIANTES DE LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTE DE LA UNIVERSIDAD SURCOLOMBIANA Y CÓMO HACEN USO DE ÉSTE, se estructuró con el fin de encaminar un mejoramiento de la calidad de vida de los estudiantes de dicho programa y del mismo modo conocer la incidencia de este tiempo en relación con su rendimiento académico, interacción social, entre otras, ya que todo ser humano tiene derecho de conocer y participar en los diferentes tipos de actividades que nos brindan los distintos entes e instituciones, en especial para esta investigación, la Universidad Surcolombiana y de este modo determinó el Tiempo Libre con el que cuentan los estudiantes del Programa de Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deporte y se conoció cuales son las actividades que son destinadas para un adecuado uso de éste.

La investigación incluyó las actividades académicas, deportivas, recreativas, lúdicas, culturales; que los estudiantes de Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deporte de la Universidad Surcolombiana emplean para darle un buen uso a este Tiempo Libre. Estas actividades se encuentran encaminadas hacia su formación profesional y de vida futura.

1.1 DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA

Haciendo una breve descripción, el grupo de investigación encuentra que el punto de partida en cuanto a la conceptualización de tiempo libre, la “revolución industrial, tal como lo describe Edward Thompson (1984)”¹, en donde este fue un puente de transición entre dos modos de vida (el panorama capitalista y la conducta socializada) y que para esta época en el ámbito internacional se pretendía implementar una estricta disciplina en el trabajo en donde este invadió todos los aspectos de la vida de las personas, tales como su forma de hablar, sus relaciones personales, sus costumbres, hasta el punto que tomaron por completo aquel humor y alegría con el que cada uno de ellos contaba.

Debido a aquellas actividades prolongadas de trabajo que cobijaba tanto a niños, jóvenes, como adultos que estaban sometidos a unas jornadas laborales extremas

¹. E. Thompson (1984). Diferencias entre ocio, tiempo libre y recreación: Lineamientos preliminares para el estudio de la Recreación, citado por GERLERO JULIA. [Artículo de internet] <http://www.redcreacion.org/documentos/cmeta1/JGerlero.html> [Octubre 20-22 de 2005].

y deshumanizantes que no daban lugar a estados de esparcimientos ni de ociosidad, se congregan organizaciones gremiales donde no se hacen esperar las demandas para así obtener tiempo libre en sus vidas laborales; de ahí que el tan anhelado tiempo libre reclamado por las personas, fuera dando sus primeros frutos en cuanto a una reducción en las horas de trabajo; de igual forma se incita a la utilización del tiempo liberado para la participación en actividades sociales y culturales, hasta lograr las vacaciones pagas, reivindicación que impulsa el desarrollo del turismo como práctica del tiempo libre.

Relacionando el punto de partida del tiempo libre a nivel internacional, se encuentra que en Colombia, la Constitución Política de 1991 y la ley 181 de 1995 divulgan la importancia de éste, como una necesidad básica del ser humano, brindando así diferentes alternativas para un uso adecuado del tiempo libre en la población colombiana, tal como lo plantean en los siguientes artículos.

ARTÍCULO 52. Se reconoce el derecho de todas las personas a la recreación, a la práctica del deporte y al aprovechamiento del tiempo libre.
En cuanto a la ley 181 de 1995 ‘ley general del Deporte’

TÍTULO II

De la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la educación extraescolar.

ART. 5º—Se entiende que:

La recreación. Es un proceso de acción participativa 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 de vida individual y social, mediante la práctica de actividades físicas o intelectuales de esparcimiento.

El aprovechamiento del tiempo libre. 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 psicobiológica.

La educación extraescolar. Es la que utiliza el tiempo libre, la recreación y el deporte como instrumentos fundamentales para la formación integral de la niñez y de los jóvenes y para la transformación del mundo juvenil con el propósito de que éste incorpore sus ideas, valores y su propio dinamismo interno al proceso de

desarrollo de la Nación. Esta educación complementa la brindada por la familia y la escuela y se realiza por medio de organizaciones, asociaciones o movimientos para la niñez o de la juventud e instituciones sin ánimo de lucro que tengan como objetivo prestar este servicio a las nuevas generaciones.

ART. 6º—Es función obligatoria de todas las instituciones públicas y privadas de carácter social, patrocinar, promover, ejecutar, dirigir y controlar actividades de recreación, para lo cual elaborarán programas de desarrollo y estímulo de esta actividad, de conformidad con el plan nacional de recreación. La mayor responsabilidad en el campo de la recreación le corresponde al Estado y a las cajas de compensación familiar. Igualmente, con el apoyo de Coldeportes impulsarán y desarrollarán la recreación, las organizaciones populares de recreación y las corporaciones de recreación popular.

ART. 7º—Los entes deportivos departamentales y municipales coordinarán y promoverán la ejecución de programas recreativos para la comunidad, en asocio con entidades públicas o privadas, que adelanten esta clase de programas en su respectiva jurisdicción.

ART. 8º—Los organismos deportivos municipales ejecutarán los programas de recreación con sus comunidades, aplicando principios de participación comunitaria. Para el efecto, crearán un comité de recreación con participación interinstitucional y le asignarán recursos específicos.

ART. 9º—El Ministerio de Educación Nacional, Coldeportes y los entes territoriales propiciarán el desarrollo de la educación extraescolar de la niñez y de la juventud. Para este efecto:

1. Fomentarán la formación de educadores en el campo extraescolar y la formación de líderes juveniles que promuevan la creación de asociaciones y movimientos de niños y jóvenes que mediante la utilización constructiva del tiempo libre sirvan a la comunidad y a su propia formación.

2. Dotarán a las comunidades de espacios pedagógicos apropiados para el desarrollo de la educación extraescolar en el medio ambiente o sitios diferentes de los familiares y escolares, tales como casas de la juventud, centros culturales

especializados para jóvenes, o centros de promoción social, además, de las instalaciones deportivas y recreativas.

3. Las instituciones públicas realizarán, directamente o por medio de entidades privadas sin ánimo de lucro, programas de educación extraescolar. Para este efecto se celebrarán contratos que podrán financiarse por medio de los dineros destinados a los fines de que trata la presente ley.

De igual forma Demetrio Valdez considera que “El tiempo libre es un fenómeno social que surge de manera más clara en las sociedades industrializadas y su impacto es mayor en los últimos dos siglos, lo que permite advertir un retraso de la llegada al campo científico y académico”².

Se puede apreciar que desde diferentes perspectivas, la utilización, manejo y empleo del tiempo libre por parte de las personas es un problema que a la fecha a tomado mucha relevancia para cada uno de los órganos implicados (ser humano, empresas, colegios, universidades, etc.), debido quizás a los continuos cambios a los que deben someterse las personas, por el continuo desarrollo que en la actualidad manifiesta el mundo a través de avances científicos y tecnológicos.

Por lo anterior, tal vez será que el tiempo libre mal utilizado ha generado diferentes conflictos y problemas en la vida social del ser, no sólo desde el hogar, también en otros campos del diario vivir de éste, tales como el trabajo y, la Universidad, ya que puede presentarse el caso de que las entidades encargadas de esto no están cumpliendo con el rol necesario para evitar diferentes tipos de enfermedades que esto conlleva (riesgos cardiovasculares, sedentarismo, obesidad, entre otros).

Ubicando la presente investigación a nivel regional y local en el departamento del Huila y en la ciudad de Neiva existen entes encargados de administrar y promover el aprovechamiento del tiempo libre de la ciudadanía. Programas tales como: escuelas de formación deportiva, porrismo, clases de aeróbicos, ciclo vías, participación en campeonatos de diferentes ramas y disciplinas.

En las universidades a nivel general y por supuesto en la Universidad Surcolombiana a nivel específico existen muchos espacios de tiempo libre, las

² VALDÉZ ALFARO, Demetrio. Tiempo libre y modo de vida: algunas perspectivas para el siglo XXI] [Artículo de internet <http://www.redcreacion.org/relareti/documentos/modovida.html>.

horas de estudio presencial se han reducido, esto debido a la entrada en vigencia del decreto 2566 del 2003, en el capítulo II, artículo, 19 el cual hace referencia al número de horas académicas presenciales y adicionales de trabajo (por 1 hora presencial 2 horas de trabajo adicional), en la cual se nota que baja la presencialidad y aumenta el tiempo para que los universitarios lo dediquen “al trabajo o investigación” de manera independiente. Ahora es normal ver cada vez más estudiantes por fuera de los salones de clase dedicando ese tiempo libre a actividades que no son propias de la parte académica.

Esto conlleva a pensar que la interacción social, cultural, religiosa, deportiva y el rendimiento académico de estos estudiantes no son los adecuados para llevar a cabo una buena formación integral y calidad de vida, ya que esta entidad sólo brinda las prácticas donde se trata de evitar las enfermedades nombradas con anterioridad y se centran en la jornada pedagógica como tal, sin sumergirse en el mundo estudiantil e ignorar los factores de beneficio para el mismo.

Es por esto que la presente investigación abordó este tema de gran interés e importancia, con los estudiantes del programa de Licenciatura en Educación Básica con Énfasis en Educación Física, Recreación y Deporte de la Universidad Surcolombiana.

1.2 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

¿CUÁL ES EL TIEMPO LIBRE CON EL QUE CUENTAN LOS ESTUDIANTES DEL PROGRAMA DE EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACION Y DEPORTE DE LA UNIVERSIDAD SURCOLOMBIANA Y CÓMO HACEN USO DE ÉSTE?

2. JUSTIFICACIÓN

Tradicionalmente se ha subvalorado la utilización del tiempo libre en el proceso de la educación y muy poco espacio se ha dado al tema. Para Rebeca Bernal (1994), “Quien aprende a utilizar el tiempo libre, aprende a vivir a plenitud, genera dinamismo a su trabajo y fortalece dinamismo a su afectividad y afina su sensibilidad frente al mundo que lo rodea”³.

La utilización adecuada del tiempo libre debe enmarcarse dentro de un proceso educativo permanente, individual y colectivo que a partir de las acciones motrices y demás manifestaciones intervenga en la formación integral del hombre, de tal forma se busca que el proyecto de aprovechamiento del tiempo libre, sirva como guía para darnos cuenta si los estudiantes tienen la oportunidad de seleccionar entre actividades lúdicas, artísticas, deportivas, culturales, que más le llamen la atención y si son empleadas de una buena manera.

La presentación de una serie de actividades lúdicas, artísticas deportivas y culturales son de gran importancia en la medida que les permite cambiar sus actividades de rutina por acciones que sean de beneficio en cuanto a su formación personal, académica, religiosa y de trabajo.

Los aportes que el proyecto hace al programa, revisten gran importancia por que posibilitan crear espacios y programas adecuados para que los estudiantes puedan aprovechar en forma óptima el tiempo libre y contribuyan de esta forma a encausar el perfeccionamiento personal y su formación integral.

Por esta razón se realizó este trabajo, buscando con ello un cambio de actitud por parte de los estudiantes, docentes, padres de familia, directivas del programa y de la Universidad; en relación con el uso adecuado del tiempo libre y de igual manera llegar a una nueva concepción para que la propuesta adquiera una intención específica en la utilización correcta del tiempo libre, sin olvidar que éste es una necesidad básica del ser humano.

El proyecto además de beneficiar concretamente a los estudiantes del Programa de Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deporte, beneficia a toda la comunidad universitaria porque se adquieren los elementos teóricos y

³ BERNAL ZAPATA, Rebeca. Juego, ocio y recreación. Santa Fé de Bogotá D.C. Búho Ltda. 1994, Pág. 83.

metodológicos que permiten ofrecer una serie de actividades en las cuales se puede vincular en forma directa e indirecta a docentes, administrativos y estudiantes de toda la Universidad, participando activa y dinámicamente, logrando imponer mejores condiciones de vida y haciendo más gratas las actividades académicas y laborales.

3. OBJETIVOS

3.1 OBJETIVO GENERAL

- Determinar el Tiempo Libre del que disponen los estudiantes de Licenciatura en Educación Básica con Énfasis en Educación Física, Recreación y Deporte, de la Universidad Surcolombiana e identificar las diferentes actividades lúdicas, físicas y recreativas, que desarrollan durante dicho tiempo.

3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Cuantificar el Tiempo libre del que disponen los estudiantes de Licenciatura en Educación Básica con Énfasis en Educación Física, Recreación y Deporte
- Identificar las acciones lúdicas físicas y recreativas, realizadas por los estudiantes de Licenciatura en Educación Básica con Énfasis en Educación Física, Recreación y Deporte en su Tiempo Libre.
- Identificar el porcentaje en las actividades que participan los estudiantes de Licenciatura en Educación Básica con Énfasis en Educación Física, Recreación y Deporte brindadas por la Universidad.
- Comparar las diferencias de género con respecto al uso del Tiempo Libre de los estudiantes de Licenciatura en Educación Básica con Énfasis en Educación Física, Recreación y Deporte.
- Describir el uso de Tiempo Libre de los estudiantes de Licenciatura en Educación Básica con Énfasis en Educación Física, Recreación y Deporte.

4. REFERENTE TEÓRICO

4.1 ANTECEDENTES

El grupo de investigación se apoyó en diferentes estudios realizados acerca del uso del tiempo libre a nivel internacional, nacional y departamental, ya que éste ha sido un tema de gran interés para muchos investigadores.

4.1.1 Antecedente Internacional

El estudio de tipo descriptivo transversal y correlacional realizado por Marta Lemp Paredes Enfermera, Magíster en Enfermería, Profesora Universidad Santo Tomás, Talca, E-mail: mlemp@csto.cl Y Veronica Behn Theune Enfermera, Magíster en Enfermería, Past President Asociación Chilena de Educación en Enfermería. E-mail: ybehn@udec.cl en el cual se analizan los hábitos de “utilización del tiempo libre de los estudiantes de la Institución de Educación Superior Santo Tomás en Talca”⁴. Estos son algunos de los resultados que arrojó dicha investigación:

“Los estudiantes antiguos duermen más, salen más a pubs y practican más deporte, situación que puede deberse a que ya han establecido una red de amistades en su nuevo círculo. Según la distribución socioeconómica y el tiempo libre, los estudiantes de mayores ingresos prefieren las actividades que demandan un poco más de gastos, como asistir a eventos deportivos y cine, mientras que los de estrato bajo leen más y prefieren realizar actividades domésticas. Según el estado civil, los casados prefieren las actividades en las cuales se puede compartir como salir a caminar, ir a eventos y realizar actividades domésticas. Los solteros, en cambio, escuchan música o ven televisión, salen a pubs y juegan más en el computador y también rezan más, actividades que se pueden realizar sin necesidad de tener pareja. A mayor número de integrantes en la familia hay menor tiempo libre, esto se puede aducir a que existe mayor demanda por

⁴ LEMP PAREDES, Marta y BEHN THEUNE, Verónica. Utilización del tiempo libre de los estudiantes de la Institución de Educación Superior Santo Tomás en Talca. [Artículo de Internet]. http://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0717-95532008000100007&script=sci_arttext. [citado en junio de 2006]

realizar actividades domésticas, mayor gasto de mantención, por lo tanto mayor demanda de trabajo para sustentar los requerimientos de una familia numerosa, pensando que los recursos se deben compartir con más personas”⁵.

4.1.2 Antecedente Nacional

A nivel nacional, el grupo de investigación tomó como referencia el estudio realizado por Jairo A. Fernández Ortega, Corporación Departamental de Recreación Popular, Recreavalle. Quien realizó el “Estudio transversal de la ocupación del tiempo libre y determinación de patrones de comportamiento frente a la actividad física de los escolares”⁶, La población objeto del estudio, fueron los escolares de 8 años en adelante de la ciudad de Bogotá. Éstos son algunos de los resultados que arrojó dicha investigación:

“En términos generales, en los dos grupos poblacionales estudiados existe una gran inclinación por la práctica deportiva, pero según los resultados obtenidos se trata de una práctica preponderantemente libre. Esto lo ratifican dos hechos: el porcentaje promedio de estudiantes que pertenecen a un equipo es apenas de un 25%.y por otra parte, sólo un 12% esta inscrito en escuelas de formación deportiva. Estos eventos indican que existe una baja cobertura en la oferta de programas deportivos y recreativos organizados.

Frente al tipo de actividades deportivas se presenta una práctica centrada en dos deportes tradicionales: el fútbol y el baloncesto. La práctica de otro tipo de actividades deportivas es muy marginal, lo cual puede obedecer a la falta de escenarios deportivos especializados o polideportivos, o que los agentes socioculturales no presentan otro tipo de propuestas. La calle y el parque son los lugares donde los niños y jóvenes practican el deporte que en términos generales realiza en forma libre. es decir la calle y el parque se configuran como espacios de permanencia de niños y adolescentes carentes de valores y significados

⁵ *Ibíd.*

⁶ FERNÁNDEZ ORTEGA, Jairo. Estudio transversal de la ocupación del tiempo libre y determinación de patrones de comportamiento frente a la actividad física de los escolares. [Artículo de Internet]. <http://www.redcreacion.org/documentos/simposio2if/JFernandez.htm> [citado en septiembre de 2001].

educativos y por el contrario se conforman como espacios que incrementan los niveles de exposición de calidad de vida”⁷.

4.1.3 Antecedente Regional.

Como antecedente regional, el grupo de investigación tomó como referencia el estudio de la investigación realizada por estudiantes de la carrera de Licenciatura en Educación Básica con Énfasis en Educación Física, Recreación y Deporte de la Universidad Surcolombiana, quienes fueron asesorados por el profesor Josué Manchola Bello. En la investigación (Uso del Tiempo Libre y Ocio en los docentes de la Facultad de Ingeniería de la Universidad Surcolombiana), éstos son algunos de los resultados que arrojó dicha investigación:

“Las actividades deportivas no son practicadas en su gran mayoría por los Docentes de la Facultad de Ingeniería de la Universidad Surcolombiana, con un porcentaje del 60.5% de inactividad; mientras en las actividades físicas obtuvieron un porcentaje más alto, en la práctica de caminatas con un porcentaje del 36.8% teniendo en cuenta que algunos practican otras actividades como; atletismo y ciclismo.

En las actividades de ocio se encontró en su gran mayoría el gusto por leer y escuchar música con un porcentaje del 36.8%, seguido de aquellos que aparte de escuchar música y leer también les gusta dormir y ver televisión con un porcentaje del 28.9%”⁸.

4.2 MARCO CONTEXTUAL

La presente investigación se diseñó y se aplicó en el periodo B-2009, a los Estudiantes del Programa de Licenciatura en Educación Básica con Énfasis en Educación Física, Recreación y Deporte Universidad Surcolombiana, ubicada en la Avenida Pastrana Borrero con Carrera 1 de la ciudad de Neiva.

⁷ Ibid.

⁸ Estudiantes de Educación Física. trabajo de grado. Uso del Tiempo Libre y Ocio en los Docentes de la Facultad de Ingeniería de la Universidad Surcolombiana. Diciembre de 2008.

4.3 MARCO CONCEPTUAL

4.3.1 Tiempo Libre

Cuando se habla de Tiempo Libre, se hace referencia a ese breve espacio, periodo o lapso de tiempo que queda después de haber cumplido todas nuestras obligaciones diarias (familiares, sociales, laborales y/o educativas). Pero teniendo en cuenta nuestra sociedad, existen innumerables actividades que realizamos durante este breve periodo y no son exclusivamente actividades de ocio, tal es el caso de actividades como la satisfacción de necesidades biológicas, obligaciones familiares, burocracia, entre otras. Resulta también a menudo que durante nuestro tiempo libre realizamos actividades impuestas; propias de nuestra costumbre y/o idiosincrasia, que tampoco son parte de nuestras obligaciones, sino que son actividades que hemos decidido hacer a voluntad propia.

Según Joffre Dumazedier (1957) y su grupo de investigación, conciben el Tiempo Libre como:

“Actividades a las cuales el individuo se entrega con plena aceptación para descansar, divertirse, acrecentar su formación personal y participar voluntariamente en la sociedad después de haber cumplido con sus obligaciones laborales”⁹.

Según Camerino (2000) “El tiempo verdaderamente libre está constituido por aquellos momentos de nuestras vidas en las que después de satisfacer nuestras obligaciones, nos disponemos a realizar una actividad que más o menos podemos llegar a escoger; la libertad predomina sobre las necesidades inmediatas”¹⁰.

En este sentido De Grazia (1996) considera que “El tiempo libre y su institucionalización nace como producto de una lucha y reivindicación del trabajador asalariado; mientras que el ocio, en su concepción griega, nace con el

⁹ DUMAZEDIER, Joffre. Hacia una civilización del ocio. Barcelona; Ed. Estala (1975). Sociología empírica del ocio. Madrid; ed. Nacional.

¹⁰ CAMERINO, (2000). Ocio y recreación para el uso del tiempo libre. [Artículo de internet] http://es.geocities.com/itaca_peru/ociorecreacionytempolibre.htm.

estado de privilegio otorgado a las élites, cuya ociosidad es sostenida por el trabajo de otros menos afortunados, los esclavos.”¹¹

4.3.2 Creatividad En La Utilización del Tiempo Libre

La creatividad es la característica fundamental de aquellas personas que son originales en sus ideas, hechos y producciones, tienen un pensamiento divergente, son imaginativas y curiosas, tienen capacidad de concentración, son flexibles y tienen iniciativa. *“La creatividad para utilizar el tiempo libre es un potencial que todo ser humano posee y que el adulto debe saber valorar y estimular en los niños y adolescentes, mostrándose abierto y sensible tanto para descubrirla como para encausarla como el don más preciado”*¹². (Colombia, Ministerio de Educación Nacional, 1987).

Las personas creativas muestran espontaneidad y expresividad, poseen habilidad, curiosidad e imaginación para utilizar adecuadamente su tiempo libre y de esa forma lograr una eficiente comunicación con los demás y un permanente contacto con el mundo exterior.

4.3.3 Ocio

Miguel Ángel García dice: “La primera definición de ocio de la que se tiene referencia, es la aportada por Aristóteles”¹³, quien lo vincula a la contemplación y a un estado de verse libre de la necesidad de trabajar. Como noción relacionada con la calidad de vida, la coloca en el centro de la existencia y privilegio de los hombres (utilizando este último no como genérico, sino como excluyente de las mujeres).

De igual forma Joffre Dumazedier considera que el Ocio es “un conjunto de ocupaciones a las que el individuo puede entregarse de manera completamente voluntaria tras haberse liberado de sus obligaciones profesionales, familiares y

¹¹De Grazia (1996). El tiempo libre y la autonomía: una propuesta. Citado por PHAI FANGER, Mc Elsie . [Artículo de internet] <http://www.publicaciones.cucsh.udg.mx/ppperiod/laventan/Ventana9/ventana9-4.pdf>. [1999, Pág.84].

¹² COLOMBIA MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL. Tiempo para la creatividad. Bogotá: CEDA, 1987, pág. 57.

¹³ GARCÍA MARTÍN, Miguel Ángel. La actividad y el ocio como fuente de bienestar durante el envejecimiento. [Artículo de internet] <http://www.efdeportes.com/efd47/bien.htm>. [Citado en abril del 2002].

sociales, para descansar, para divertirse, para desarrollar su información o su formación desinteresada o para participar voluntariamente en la vida social de su comunidad”¹⁴.

El Ocio para Joffre Dumazedier posee tres funciones principales:

- ✓ El Descanso: libera de la fatiga esencialmente la generada en el ámbito laboral salvaguardando al organismo de trastornos físicos.
- ✓ La Diversión: libera del aburrimiento y de la monotonía de la actividad cotidiana; es un re equilibrador frente a las obligaciones diarias.
- ✓ El Desarrollo: de la personalidad libera los autoritarismos del pensamiento y de la acción cotidiana. Posibilita una mayor participación social y cultural desinteresada. Estas tres funciones, diferentes entre si son sin embargo interdependientes destacándose una por sobre otra pero coexistiendo permanentemente.

“cada persona debe disponer de su ocio y por eso debe aprender a manejarlo”¹⁵ (SENA, revista N° 16). Para unos, el ocio los llevara a mantener un buen estado físico y una buena salud corporal a través del atletismo, la gimnasia, la natación, el futbol, baloncesto, voleibol. Para otros un ocio será el desarrollo de unos conocimientos por medio de la lectura, la música, el dibujo, el arte; quizás algunos formaran grupos para realizar juegos de mesa, cartas, dominó, parques, ajedrez, etc.

4.3.4 Prácticas de Ocio

El ocio es considerado como un elemento de vital importancia para el desarrollo humano. Las prácticas de ocio tienen que ver con prácticas motrices que no poseen un carácter utilitario o de dominación, estas prácticas han sido desplegadas y realizadas por todas las sociedades que han existido hasta nuestros días y hacen parte del repertorio de prácticas sociales que reivindican la

¹⁴ DUMAZEDIER, Joffre. Hacia una civilización del ocio. Barcelona; Ed. Estala (1975). Sociología empírica del ocio. Madrid; ed. Nacional.

¹⁵ GERLERO, Julia (2005). Diferencias entre ocio, tiempo libre y recreación, lineamientos preliminares para el estudio de la recreación. Universidad Nacional del Comahue, Argentina.

libertad y le retornan la esencia del ser humano a través de la creación, recreación, expresión, comunicación, producción y práctica de la libertad en cuanto al crecimiento personal de cada individuo.

Según Julia Gerlero “Las prácticas de Ocio desde una perspectiva del desarrollo social propician las facultades intelectuales y universales de los individuos, en un sentido de transformación de los hábitos de vida y en la perspectiva del completo desarrollo del individuo y de sus capacidades creativas”¹⁶.

4.3.5 Recreación

Para Lopategui “El concepto Recreación surge como una necesidad debido a que la complejidad creciente de la vida moderna exige que recreación y trabajo se complementen, a fin de que el individuo pueda rendir una fructífera jornada de trabajo sin que tenga que agotarse física y moralmente. Como su nombre indica, esta diversión *re-crea* energías del músculo y del cerebro, mediante el oportuno descanso proporcionado por una actividad que será tanto más beneficiosa cuanto más se aparte de la obligación diaria”¹⁷.

De igual forma Julia Gerlero considera que “La Recreación es aquel conjunto de prácticas de índole social, realizadas colectivas o individualmente en el tiempo libre de trabajo, enmarcadas en un tiempo y en un espacio determinado, que otorgan un disfrute transitorio sustentado en el valor social otorgado y reconocido a alguno de sus componentes (psicológico, simbólico, material), al que adhieren como satisfactor del placer”¹⁸.

En este sentido Minello (1987) considera que “La recreación es un conjunto de ocupaciones a las que el individuo puede entregarse con pleno consentimiento, ya sea para descansar, divertirse, desarrollar su participación social voluntaria, su

¹⁶ *Ibíd.*

¹⁷ LOPATEGUI C, [Edgar](#). Recreación. [Artículo de internet] www.saludmed.com/Bienestar/Cap6/Recrear.html. [2000]

¹⁸ GERLERO, Julia. Diferencias entre ocio, tiempo libre y recreación: Lineamientos preliminares para el estudio de la Recreación. [Artículo de internet] <http://www.redcreacion.org/documentos/cmeta1/JGerlero.html> [octubre 22 DE 2005].

información o formación desinteresada, después de haberse liberado de toda obligación profesional, familiar, social”¹⁹.

4.3.6 La Recreación como Medio de Educación

*“Mirada la Recreación desde esta perspectiva y sin negar que los seres humanos la realizan de manera muy diversa – con base en sus propias valoraciones e influenciadas por el sistema en el que se vive en la mayoría de los casos - , uno de los desafíos de la educación para la recreación sería el desarrollo de capacidades humanas para la construcción de satisfactores que por una parte reivindicuen la condición humana, y por otra, que permita vivenciar experiencias óptimas de disfrute”.*²⁰

Esto implica que la educación no es solamente relevante para la economía y el trabajo, sino que es igualmente importante tanto para el desarrollo del individuo, en cuanto un miembro que participa plenamente en la sociedad, como para una mejor calidad de vida.

4.3.7 Tiempo Libre/Calidad de Vida

La Calidad de Vida es una categoría socio-económica que expresa las características de vida cualitativas y a diferencia del nivel de vida expresan el grado en que se satisfacen las demandas de carácter más complejo, existen autores que expresan la calidad de vida de manera cuantificable y no cuantificable.

Carlos Prado, docente de la Universidad Nacional Federico Villareal en su investigación: “De Noruega a Sierra Leona Índice de Calidad de Vida”, comenta que “hay elementos difíciles de cuantificar como la seguridad personal, nivel de contaminación, la libertad personal, etc., hay elementos cuantificables de primordial

¹⁹ PHAI FANGER, Elsie Mc. El tiempo libre y la autonomía: una propuesta. [Artículo de internet]. <http://www.publicaciones.cucsh.udg.mx/ppperiod/laventan/Ventana9/ventana9-4.pdf>. [1999, Pág. 86]

²⁰ X Congreso Nacional de Recreación Coldeportes / FUNLIBRE 10 al 12 de Julio de 2008. Bogotá, D.C., Colombia.

importancia. Estos son: ingreso per cápita, la mortandad infantil, la expectativa de vida y el grado de alfabetización”²¹.

“Las condiciones de vida integradas por las variables que pueden ser calificadas, medidas y que presentan afectación en el modo de vida – como lo son los recursos económicos, nivel educacional, niveles de salud, medio ambiente, etc.- son valoradas no sólo de una manera cuantitativa sino también cualitativa”²².

Según Aldo Pérez “Hablar de Calidad de Vida se puede hacer entre otros, desde puntos de vista económicos (ingreso, consumo...), ambientales (calidad del aire, agua,...), tecnológicos (condiciones laborales, vivienda, tráfico,...), sociológicos (familiares, hábitos alimentarios, ejercicio físico,...), biomédicos (salud, asistencia sanitaria, herencia fisiológica,...), o psicológicos (salud mental, sensación de bienestar, estrés). En cualquier caso definir que se entiende por calidad de vida no es ni mucho menos, una tarea fácil. El concepto calidad de vida como cualquier otro referido a una actividad práctica social es por naturaleza un concepto polémico, distintivamente elaborado en virtud de las diferentes disciplinas científicas o desde las distintas perspectivas teórico - prácticas que afirman distintos valores y defienden variados y contrapuestos intereses. Nosotros en este momento vamos a asumir, al igual que muchos profesionales, el concepto genérico de procurar y llevar una vida satisfactoria. En concreto, y desde el punto de vista de la actividad física y la salud, ello estaría implicando, fundamentalmente, una mayor esperanza de vida y, sobre todo vivir en mejores condiciones físicas y mentales”²³.

La Calidad de Vida es un estilo de vida en las personas, presupone una relación adecuada en la utilización del Tiempo Libre, la salud mental y física de cada persona, ya que por un lado la realización de adecuadas actividades recreativas y físicas, fortalecen la salud y lo prepara para el pleno disfrute de la vida, por otro lado, una buena salud posibilita un mayor y mejor aprovechamiento del Tiempo Libre y la Recreación.

²¹ PRADO, Carlos. De Noruega a Sierra Leona Índices de calidad de vida. Noruega: Universidad Nacional Federico Villareal. 30 de diciembre de 2002[artículo de internet]. <http://www.borriones.net/economia/calidadvida.pdf>

²² [Artículo de internet] <http://www.slideshare.net/tango67/calidad-de-vida-1480628>.

²³ PEREZ SANCHEZ, Aldo. Funlibre. tiempo, tiempo libre y recreación y su relación con la calidad de vida y el desarrollo individual.

4.3.8 Cultura del Tiempo Libre y Ocio en Universitarios

Para Hendry (1992) “Es necesario conocer en qué prefieren ocupar su tiempo libre los jóvenes universitarios, ya que como todos sabemos, cada vez existe mayor disponibilidad de tiempo libre en la población en general, y en especial en nuestra juventud. Al mismo tiempo disponemos de mayor diversidad de nuevas alternativas para ocupar ese tiempo libre. Si somos capaces de conocer las preferencias de ocupación de este sector de la población, podremos mejorar y adaptar la oferta físico-deportiva, consiguiendo así, una práctica continuada, un estilo de vida activo y consecuentemente, una mejora de su estado de salud y calidad de vida, intentando también que este estilo asumido, lo prolonguen a lo largo de toda su vida, ya que la adolescencia es una etapa decisiva en la adquisición y consolidación de los estilos de vida, estimulando patrones maduros de funcionamiento y desarrollando una identidad personal y social claramente definida”²⁴.

Con base en la cita anterior, es importante tener en cuenta que la juventud de hoy y más aquellos que cuentan con mayor cantidad de tiempo libre, encuentran diferentes oportunidades en las cuales ocuparse, ya que sólo piensan en el presente y no en aprovecharlo, pues ese presente es tal vez el malgastarlo de una forma en la cual intervienen como partícipes de actividades de distracción momentánea sin darle el verdadero valor a que hace referencia esta concepción (Tiempo Libre), olvidando así, que éste es una necesidad básica del ser humano y por lo tanto se le debe dar la importancia necesaria para una óptima formación integral y mejoramiento en la calidad de vida.

4.3.9 Políticas para El Uso del Tiempo Libre en la Usco

La Universidad Surcolombiana cuenta con un bienestar universitario que es el encargado de velar como su mismo nombre lo indica por el bienestar de los estudiantes; y que a su vez cuenta con distintas áreas operativas, que son:

- Salud.
- Salud Ocupacional.
- Coordinación de Deportes.
- Extensión Cultural.

²⁴ HENDRY, L. B. (1992). Deporte, recreación y desarrollo de los estilos de vida de los adolescentes. En *Congreso Científico Olímpico*. Instituto Andaluz del Deporte. Junta de Andalucía.

De los cuales la Coordinación de Deportes y Extensión Cultural, junto con el Programa de Educación Física son las que más promueven actividades para el uso del Tiempo Libre. Cabe anotar que la dependencia de Extensión Cultural, aparentemente no tiene sus actividades programadas. Por lo tanto no se pudo tener acceso a dicha programación.

Estas son algunas políticas manejadas en la Universidad Surcolombiana tomadas de las anteriores dependencias.

4.3.9.1 Coordinación de Deportes

La Coordinación de Deportes es una dependencia de la División de Bienestar Universitario, encargada del área de Deportes y Recreación de la Universidad Surcolombiana. El responsable es el coordinador de Deportes, cargo 112, área Deportes, contemplado en el “manual específico de funciones y requisitos para los empleos de la planta personal”²⁵.

➤ Misión

La Coordinación de Deportes de la Universidad Surcolombiana, tiene como misión dirigir, orientar, y fomentar el conocimiento y la práctica ordenada del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre que contribuya a la formación integral de estudiantes, docentes y administrativos a través de su desarrollo físico-biológico, propiciando espacios para su ejercicio dentro de un ambiente de solidaridad y dignidad humana.

➤ Visión

En las dos primeras décadas del siglo XXI, la Coordinación de Deportes será una dependencia líder en la contribución de la formación integral de ciudadanos profesionales, dinamizadora de los procesos académicos y de consolidación de comunidad universitaria a través del deporte y la recreación. La Coordinación de Deportes será una verdadera fortaleza de la Universidad en el área deportiva-recreativa y afianzamiento del bienestar universitario de la

²⁵ Manual de procedimientos Universidad Surcolombiana. Art. 1, Acuerdo 042 de 1996 Consejo superior universitario. Pág. 7

comunidad educativa, logrando que las personas alcancen niveles superiores de calidad de vida.

4.3.9.2 Programa de Educación Física

El Programa de Educación Física, ofrece dentro de su cronograma de actividades para el uso del Tiempo Libre en el periodo 2009-B, el Gimnasio de Fuerza para toda la comunidad universitaria (estudiantes, docentes, administrativos), al igual que personas externas a la Universidad (trabajos personalizados). Los estudiantes que utilizan dicho servicio son 514, de ellos, 54 son del Programa de Licenciatura en Educación Básica con Énfasis en Educación Física, Recreación y Deporte.

4.4 ASPECTOS LEGALES

4.4.1 Ley General del Deporte

El congreso de Colombia mediante la construcción de la Ley 181 de enero de 1995 o Ley General del Deporte, conceptualiza que “el aprovechamiento del tiempo libre es el uso constructivo que el ser humano hace de él, en beneficio de su crecimiento personal y el disfrute de la vida en forma individual o colectiva”²⁶, la cual tiene como funciones básicas el descanso, la diversión, la creatividad, el desarrollo personal, la liberación del trabajo y la recuperación psicobiológica.

En nuestra sociedad el tiempo libre, en muchos casos, es entendido como un espacio para fortalecer el sedentarismo. Es importante entonces, que tanto el Estado, como la comunidad en general, promuevan el deporte, las actividades lúdicas, recreativas; a fin de encontrar en ellos un espacio o ayuda para fomentar el descanso y relajamiento después de haber cumplido con todas sus actividades diarias. El Estado debe incentivar a empresas, instituciones educativas públicas y privadas, como demás establecimientos al aprovechamiento productivo del tiempo libre.

4.4.2 La recreación y la Constitución Política de Colombia de 1991

²⁶ Colombia, Congreso, Ley 181 de Enero 18 de 1995, artículo 5, título II, por el cual se dictan disposiciones para el fomento del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la Educación Física y se crea el Sistema Nacional del Deporte, Congreso, Bogotá, 1995.

Desde la perspectiva nacional, la Constitución Política de Colombia de 1991 precisa que es un derecho de todas las personas tener espacios para la recreación; por ende se debe establecer para los niños el derecho fundamental al desarrollo de ésta, asimismo, establece como derecho fundamental la recreación para todas las personas, sin distingo alguno, comprometiendo al Estado a fomentar esta actividad.

Otro artículo precisa que “el ejercicio del deporte, sus manifestaciones recreativas competitivas y autóctonas, tiene como función integral de las personas, preservar y desarrollar una mejor salud en el ser humano”²⁷. Podemos decir que el deporte y la recreación hacen parte de un proceso en el desarrollo integral de cada ser humano, donde se encuentran las actividades lúdicas y recreativas como una salida a los problemas laborales, familiares y otros que se presentan en nuestra sociedad.

4.4.3 La Recreación y el Derecho Internacional

Para hacer un preámbulo es necesario partir de la siguiente afirmación: “toda persona tiene derecho al descanso y el disfrute del tiempo libre, a una limitación razonable del trabajo y a vacaciones periódicas pagadas”²⁸.

Creemos que es la forma justa y sensata como se debe vivir en este mundo donde el descanso sea una fuente de recreación y no un espacio abierto al sedentarismo. De igual manera, “Todo hombre tiene el derecho de conocer y participar en todo tipo de recreación durante su tiempo libre, tales como: deportes, juegos, vida al aire libre, viajes, teatro, baile, arte visual, música, ciencia y manualidades, sin distinción de edad, sexo o nivel de educación”²⁹. Proporcionándole un poco más de importancia a la recreación como factor de desarrollo integral, declaró la

²⁷ Colombia, Congreso, Constitución política de Colombia 1991, artículo 52, con el fin de fortalecer la unidad de la Nación y asegurar a sus integrantes la vida, la convivencia, el trabajo, la justicia, la igualdad, el conocimiento, la libertad y la paz, Congreso, Bogotá, 1991.

²⁸ Asamblea General de Naciones Unidas, Declaración Universal de los Derechos Humanos, 10 de Diciembre 1948, artículo 24. [artículo de internet] <http://www.google.com> [Citado en 3 Mayo de 2008]

²⁹ Derechos Humanos, Ámbito específico de los Derechos Humanos, 1 de Junio de 1970, artículo 04. [artículo de internet] <http://www.google.com> [Citado en 3 Mayo de 2008]

Asamblea General de las Naciones Unidas en un acto de gran importancia en el sector recreativo.

Evidentemente los anteriores pronunciamientos reconocen la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre como derecho fundamental y una necesidad básica del ser humano. Es allí donde cabe señalar que para mantener este derecho como una necesidad y como derecho fundamental se debe exigir el respeto y cumplimiento ante el Estado y la sociedad misma.

También fundamentamos desde el punto de vista biológico, que el ser humano debe tener un tiempo libre para el descanso, el cual ayuda a recuperar las energías necesarias para reponer lo perdido, un tiempo para compartir en familia y demás personas allegadas a nuestra vida social, estas actividades recreativas deben ser parte de nuestro desarrollo físico y mental, ya que podemos encontrar un espacio para pensar y reflexionar sobre nuestras actividades diarias y así ser personas más íntegras con más posibilidades de crear nuevas ideas que aporten a un mejor desempeño laboral en nuestra sociedad.

4.4.4 El Decreto 2566 de 2003

ARTÍCULO 18. Créditos académicos. – “El tiempo estimado de actividad académica del estudiante en función de las competencias académicas que se espera el programa desarrolle, se expresará en unidades denominadas Créditos Académicos. Un crédito equivale a 48 horas de trabajo académico del estudiante, que comprende las horas de acompañamiento directo del docente y demás horas que el estudiante deba emplear en actividades independientes de estudio, prácticas, u otras que sean necesarias para alcanzar las metas de aprendizaje, sin incluir las destinadas a la presentación de las pruebas finales de evaluación”³⁰.

³⁰ CONSTITUCION POLITICA, Artículo 189 numeral 11, título II De los Créditos Académicos.

5. DISEÑO METODOLOGICO

5.1 NATURALEZA DE LA INVESTIGACIÓN

El presente proyecto se fundamentó en la investigación cuantitativa de tipo descriptivo, donde se describieron las situaciones y eventos que realizan los estudiantes de Educación Física de la Universidad Surcolombiana en su Tiempo Libre, por medio del cual se hizo un seguimiento, una observación y determinación acerca del interés por parte de los estudiantes para darle buen uso al mismo.

Según Roberto Hernández Sampieri “El propósito de la investigación descriptiva es describir situaciones y eventos. Esto es, decir como es y cómo se manifiesta determinado fenómeno”³¹.

Para su ejecución se aplicaron diferentes técnicas e instrumentos.

5.2 POBLACIÓN Y MUESTRA

5.2.1 Población

La población de la presente investigación la constituyeron los 339 estudiantes de Educación Física de la Universidad Surcolombiana, matriculados en el periodo 2009-B, de los cuales 290 son hombres y 49 son mujeres.

Tabla 1. Número de estudiantes por código de la población.

Código	2001	2002	2003	2004	2005	2006	2007	2008	2009
Estudiantes	3	3	6	19	48	49	60	73	78

³¹ HERNÁNDEZ SAMPIERI, Roberto. Metodología de la Investigación. citado por MS.C: Arsenio Celorrio Sánchez M. En C. México:/5.n/, 1997.---505p

Tabla 2. Distribución de la población total de los estudiantes de Lic. Educación Física matriculados por estrato socioeconómico.

ESTRATO SOCIOECONOMICO	CANTIDAD
1	103
2	198
3	37
4	1
Total	339

Tabla 3. Distribución hombres

ESTRATO SOCIOECONOMICO	CANTIDAD
1	92
2	162
3	35
4	1
Total	290

Tabla 4. Distribución mujeres

ESTRATO SOCIOECONOMICO	CANTIDAD
1	11
2	36
3	2
4	0
Total	49

5.2.2 Muestra

Roberto Hernández Sampieri denomina la muestra como “Subgrupo de la población de la cual se recolectan los datos y debe ser representativo de dicha población”³².

Para la selección de la muestra se recurrió al procedimiento de muestreo probabilístico, ya que éste nos aseguró la representatividad de la muestra y nos permitió el cálculo de la estimación de los errores que se cometen. Como lo menciona Roberto Hernández Sampieri (2003), el nivel de confiabilidad aceptado en las ciencias sociales es del 95% y el margen de error del 5%. Además, contamos con la facilidad del acceso a la muestra, puesto que se encontraban dentro de la Universidad Surcolombiana, más precisamente en el Programa de Educación Física.

Tabla 5. Número de estudiantes de la muestra por código.

Código	2001	2002	2003	2004	2005	2006	2007	2008	2009
Estudiantes	1	1	2	6	15	15	11	16	18

Para la selección de la muestra se acudió al siguiente tipo de muestreo:

Se utilizó el muestreo estratificado para dividir la población en clases o estratos, se escogió aleatoriamente, un número de individuos de cada estrato proporcional al número de componentes de cada estrato. Para el caso, el grupo de investigación utilizó el método Random para la selección al azar.

5.2.3 Procedimiento de muestreo

El tamaño de la muestra que se tomó fué de 85 estudiantes de Educación Física de la Universidad Surcolombiana, el cual cuenta con un total de 339 alumnos. (Ver tabla 5)

³² HERNÁNDEZ SAMPIERI, Roberto, FERNANDEZ COLLADO, Carlos y BAPTISTA LUCIO, Pilar. Metodología de la Investigación. México 3 ed. Editorial McGraw-Hill Interamericana. 2003. Pág. 302.

Para efectos del tipo de muestra (estratificados), se dividió el número total de estudiantes por estrato socioeconómico y por género.

Total de hombres: 290

Total de mujeres: 49

Para la muestra 73 hombres y 12 mujeres, para un total de 85 estudiantes.

Esta muestra fué tomada de la siguiente forma:

Para tomar la muestra por estrato, se utilizó el método estadístico recomendado por Roberto Hernández Sampieri (2003)³³ (muestra probabilística estratificada).

Para el caso de los hombres, se tomaron veintitrés (23) de estrato socioeconómico 1, cuarenta y uno (41) de estrato socioeconómico 2 y nueve (9) de estrato socioeconómico 3, para un total de 73 estudiantes. (Ver tabla 7)

Para el caso de las mujeres, se tomaron tres (3) de estrato1, nueve (9) de estrato 2, para un total de 12 estudiantes. (Ver tabla 8)

Tabla 6. Distribución de la muestra de los estudiantes de Lic. Educación Física matriculados por estrato socioeconómico.

ESTRATO SOCIOECONOMICO	CANTIDAD
1	26
2	50
3	9
4	0
Total	85

Tabla 7. Distribución hombres

ESTRATO SOCIOECONOMICO	CANTIDAD
1	23
2	41
3	9
4	0
Total	73

³³ Ibid. Pág. 310,311

Tabla 8. Distribución mujeres

ESTRATO SOCIOECONOMICO	CANTIDAD
1	3
2	9
3	0
4	0
Total	12

Tabla 9. LISTADO DE MUJERES SELECCIONADAS PARA LA MUESTRA

No.	NOMBRES	ESTRATO
1	Diana Paola Figueroa Polania	1
2	Aura Lilibeth Espinosa Martínez	1
3	Leidy Katherine Falla Ninco	1
4	Diana Paola Quintero Molina	2
5	Diana Lorena Vargas Tapia	2
6	Rosa Elizabeth Vera Plazas	2
7	Ángela Mariana Díaz	2
8	Alexandra González Vega	2
9	Jazmín Andrea Olaya Muñoz	2
10	María Camila Garzón Álvarez	2
11	Diana Marcela Arias Sanín	2
12	Jesica Natalia Gonzales Gutiérrez	2

Tabla 10. LISTADO DE HOMBRES SELECCIONADOS PARA LA MUESTRA

No.	NOMBRES	ESTRATO
1	Álvaro Trujillo Sierra	1
2	Javier Andrés Tovar Trujillo	1
3	Alejandro Salazar Bernal	1
4	Jamer Eduardo Tovar Ramírez	1
5	Juan Manuel Losada Rincón	1
6	John Fredy Ojeda Peñaloza	1
7	Jóse Hernando Roa	1
8	Estiwar Leandro Pascuas Cachaya	1
9	Boris Ferney Losada Cabrera	1
10	Wilson Escobar Toledo	1

11	Luis Enrique Tobar Guzmán	1
12	Richard Fabian Peñafiel Rosero	1
13	Javier Yesid Ramírez Saavedra	1
14	Yerson Aldahir Castañeda Quinayas	1
15	Herminzul Jamioy Realpe	1
16	Omar Rodrigo Pérez Muños	1
17	Richard Ferney Díaz Mora	1
18	Willinton Samboni Jamioy	1
19	Alexander Ortiz García	1
20	Holman Andrés Charry Díaz	1
21	Oscar Iván Trujillo Ocampo	1
22	Yoger Alexander Lazo Vargas	1
23	Ander Yesid Rodríguez Solarte	1
24	Luis Yeris Celis Toledo	2
25	Yair Vargas Bobadilla	2
26	Jaroll Alveiro Paladines Córdoba	2
27	Jairo Enrique Vargas Valencia	2
28	Wilmar Centeno Tapiero	2
29	Oscar Daniel Beltrán Torres	2
30	Julián Andrés Tafur Urbano	2
31	John Alexander Hernández Losada	2
32	John Fredy Sánchez Ortiz	2
33	Sergio Andrés Cárdenas Longas	2
34	Héctor Fabio Guerra Anaya	2
35	Javier Alberto Polania López	2
36	Alexander Ibáñez Gutiérrez	2
37	Yohan Ernesto Valverde Ossa	2
38	Cristhian Camilo Hachito Penágos	2
39	Jorge Mauricio Villareal Urrea	2
40	Esneider Carrillo Vega	2
41	José Elías González Ramírez	2
42	Jhonnatan Céspedes Menza	2
43	Juan José Rodríguez Grijalba	2
44	Daniel Peña Gómez	2
45	Álvaro Andrés Vargas Sánchez	2
46	Cristian Leonardo Sánchez Martínez	2
47	Herminson Raúl Valenzuela González	2
48	Andrés Mauricio Roa Escobar	2
49	Oscar Gentil Leiva Chala	2
50	Rhandy Stwars De Jesús Mejía Carrillo	2
51	Norberto Gómez Núñez	2

52	José Luis Polania Méndez	2
53	Cristian Leonardo Trujillo Garza	2
54	Yair Moreno Vásquez	2
55	Yean Mauricio Díaz Avilan	2
56	Miguel Antonio Bahamón Montealegre	2
57	José Eduard Salazar Murcia	2
58	Leonardo Guevara Espinosa	2
59	Ricardo Alberto Córdoba Vargas	2
60	Jhonatan Andrés Hidalgo Adarve	2
61	Nicolay Sneider Tovar Tirado	2
62	Wilder Alberto Romero Parra	2
63	Diego Armando Trujillo Burgos	2
64	Esper Eduardo Monje Villareal	2
65	Juan Manuel Ortiz Olaya	3
66	Víctor Alfonso Álvarez Sánchez	3
67	Mario Cesar Cortez Núñez	3
68	Miguel Ángel Tovar Cuellar	3
69	Carlos Andrés Arias Sanín	3
70	José Luis Rodríguez Gómez	3
71	Mauro Sebastián Charry Pérez	3
72	Cristian Camilo Cerquera	3
73	Diego Arnoldo Paredes Nocua	3

5.3 INSTRUMENTOS PARA LA RECOLECCIÓN DE LA INFORMACIÓN

Dentro de la presente investigación se aplicó como instrumento de recolección, la encuesta; la cual, es un conjunto de preguntas normalizadas dirigidas a una muestra representativa de la población o instituciones con el fin de conocer estados de opinión o hechos específicos, ya que se ajusta al tipo de investigación cuantitativa del grupo por su alto grado de confiabilidad.

Dicha encuesta se mostrará como anexo.

5.4 PROCESO DE RECOLECCIÓN DE LA INFORMACIÓN

Después de recolectar la información, se sistematizaron los datos obtenidos por medio de la encuesta. Dicha técnica se aplicó a los estudiantes seleccionados dentro de la muestra, pertenecientes a la Licenciatura en Educación Básica con

Énfasis en Educación Física, Recreación y Deporte de la Universidad Surcolombiana.

5.5 PROCESAMIENTO Y ANALISIS DE LA INFORMACIÓN

Para efectuar el procesamiento de la información, el grupo de investigación recogió las encuestas y el análisis de los resultados se llevó a cabo mediante el paquete estadístico SPSS.

Definiéndolo como *“SPSS (Statistical Package for Social Sciencies) es un paquete estadístico diseñado para el análisis, manejo y presentación de información. Este paquete permite usar varios tipos de datos contenidos en archivos, para producir información significativa tales como reportes en tablas, distribución de datos en gráficas y presentación de resultados en una variedad de procesos estadísticos”*³⁴.

El grupo de investigación, con la información recolectada realizó los siguientes cruces de variables.

- ✓ Tabla 11. Género con prácticas y uso del tiempo libre

GÉNERO	ACTIVIDADES EN EL TIEMPO LIBRE
Hombre	
Mujer	

- ✓ Tabla 12. Estudiantes que son padres y madres de familia

ESTUDIANTES PADRES Y MADRES	USO DEL TIEMPO LIBRE
Hombre	
Mujer	

³⁴ Universidad de Puerto Rico, Paquete Estadístico SPSS en Sistemas VAX/VMS. <http://www.uprm.edu./cti/docs/manuales/manualesSpss.pdf>.

✓ Tabla 13. Estudiantes que no son padres de familia

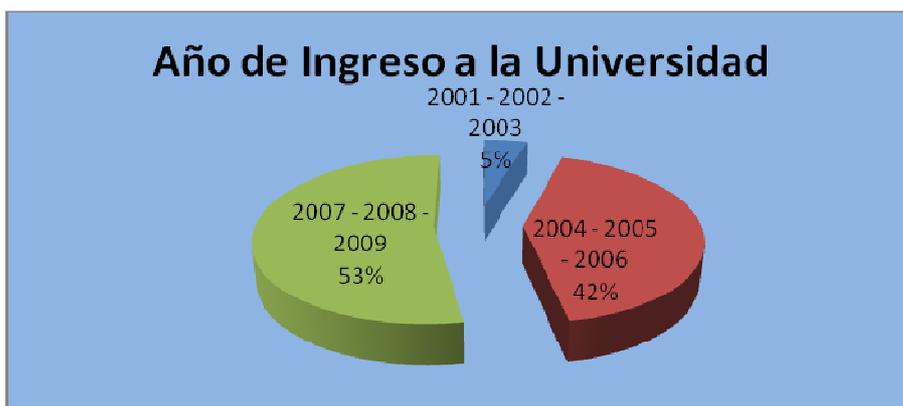
NO TIENEN HIJOS	TIPO DE ACTIVIDAD EN SU TIEMPO LIBRE
Hombre	
Mujer	

5.6 ALCANCES DE LA INVESTIGACIÓN

Lo esperado con el presente estudio investigativo, es facilitar una información valiosa a las diferentes coordinaciones de Bienestar Universitario sobre las actividades que se debieran programar para la utilización del Tiempo Libre por parte de un programa académico de la Universidad Surcolombiana; actividades escogidas por los mismos estudiantes. De la misma manera para las directivas del programa de Educación Física es una información importante sobre el quehacer universitario por parte de sus estudiantes.

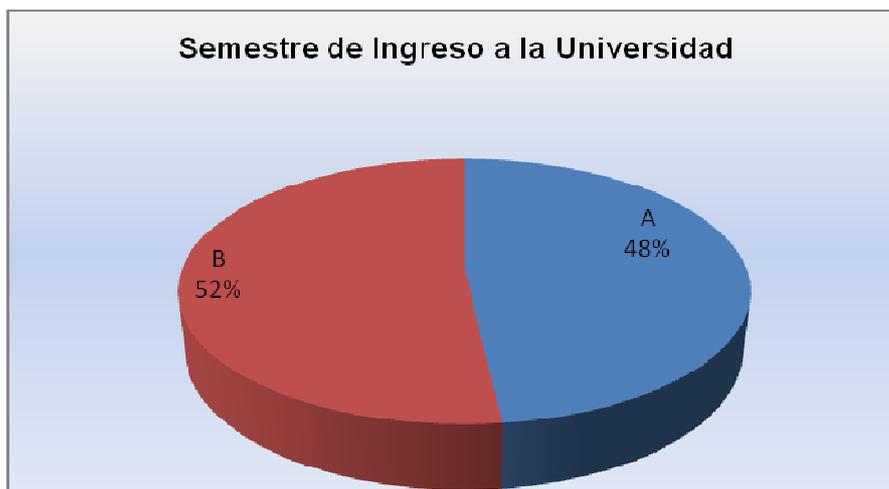
6. RESULTADOS

Gráfica 1. Año de ingreso a la universidad



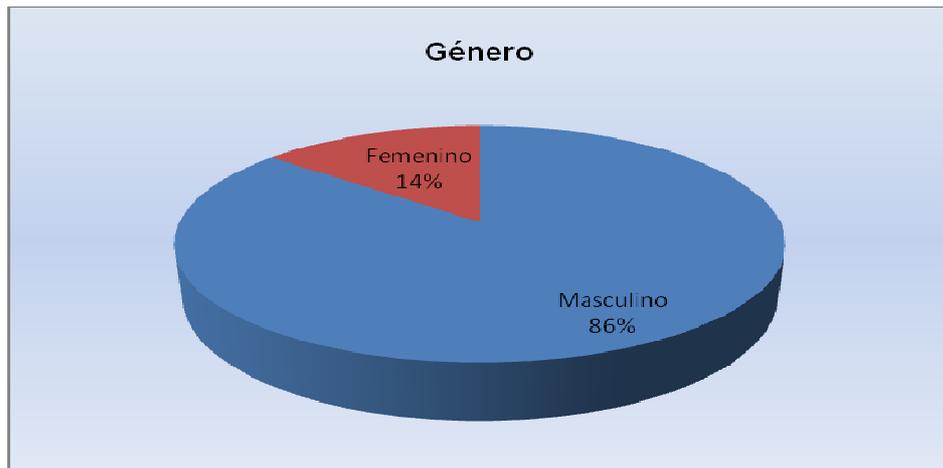
En cuanto al año de ingreso a la Universidad, como era de esperarse, el porcentaje más amplio se encuentra en el grupo del 2007 al 2009 con un 53%, seguido del grupo del 2004 al 2006 con un 42%. Ver gráfica 1.

Gráfica 2. Semestre de ingreso a la Universidad



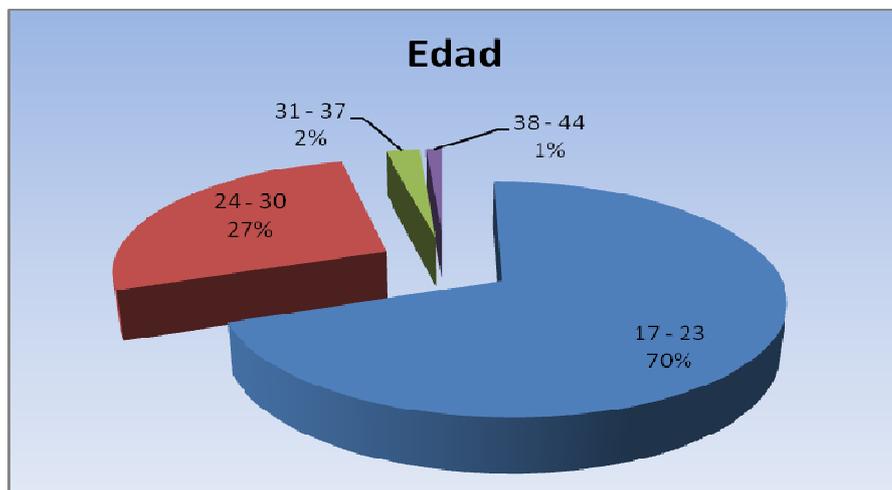
Acerca del semestre de ingreso a la Universidad, hay una semejanza entre los dos periodos, con un 52% para el B y un 48% para el A. Ver gráfica 2.

Gráfica 3. Distribución de la población por género



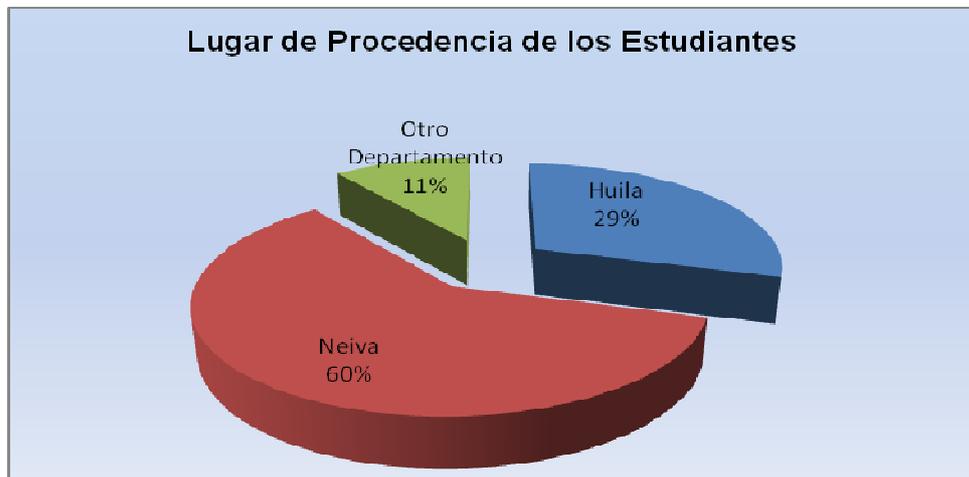
Respecto a la distribución de la población por género, existe una gran diferencia, siendo 86% el mayor porcentaje para Masculino y un 14% para Femenino. Ver gráfica 3.

Gráfica 4. Distribución por edad



En la gráfica que corresponde a la edad de los estudiantes, se observa que el porcentaje más alto se encuentra en el grupo más joven (17 – 23 años), con un 70%. Seguido a éste, pero con una diferencia notoria, se encuentra el grupo que comprende las edades de 24 a 30 años con un 27%. Ver gráfica 4.

Gráfica 5. Lugar de procedencia de los estudiantes



Al indagar acerca del lugar de procedencia de los estudiantes, se observa que la gran mayoría de éstos, pertenece a la ciudad de Neiva con un 60%, seguido de un 29% el cual corresponde a los alumnos provenientes de los municipios del Huila y un pequeño 11% equivalente a otros Departamentos. Ver gráfica 5.

Gráfica 6. Estrato socioeconómico de los estudiantes



Según el estrato socioeconómico de los estudiantes, el mayor porcentaje de estudiantes reside en el estrato 2 con un 59%, seguido el estrato 1 con un 31% y un 10% para el estrato 3; corroborando que los estratos medios/bajos son los de mayor acceso a la Universidad pública. Ver gráfica 6.

Gráfica 7. Estado civil de los estudiantes



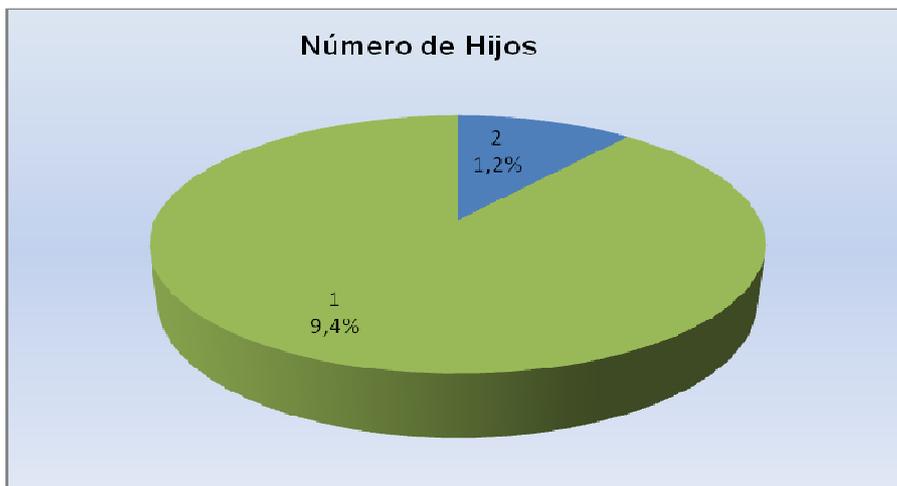
De acuerdo al estado civil de los estudiantes, el mayor porcentaje de ellos son solteros con un 96% y el 4% restante viven en unión libre. Ver gráfica 7.

Gráfica 8. ¿Tienen hijos?



Referente a si los estudiantes ¿Tienen hijos?, el 89,4% de ellos respondió que No y el 10,6% dijo que Sí tienen hijos. Ver gráfica 8.

Gráfica 9. Número de hijos



Con base en el 10,6% de los estudiantes que tienen hijos, el 9,4% de ellos tiene un hijo y el 1,2% tiene 2. Ver gráfica 9.

Gráfica 10. ¿Para qué es importante el Tiempo Libre?



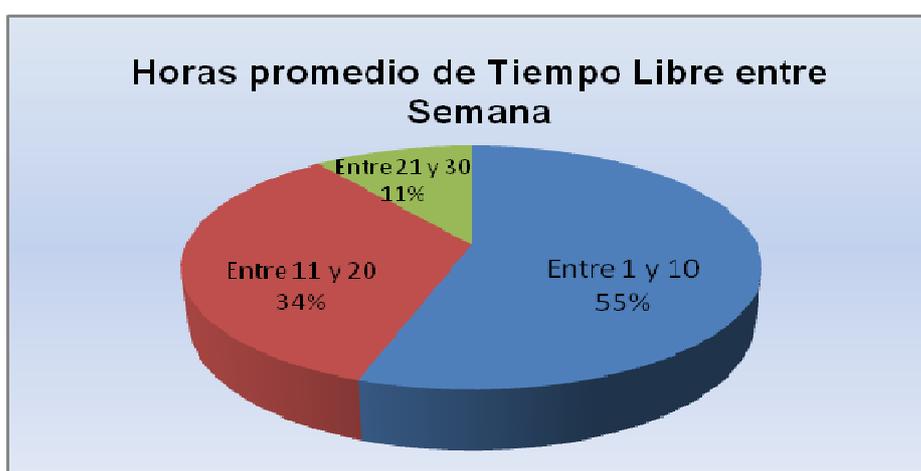
Acerca de ¿Para qué es importante el Tiempo Libre?, el mayor porcentaje de estudiantes considera que ayuda al mejoramiento de su calidad de vida con un 38%, seguido el 24% que hace referencia a descansar de las actividades diarias, el 22% perteneciente al desarrollo de capacidades creativas y por último un 16% referente a satisfacer necesidades. Ver gráfica 10.

Gráfica 11. Actividades que realizan los estudiantes en el Tiempo Libre



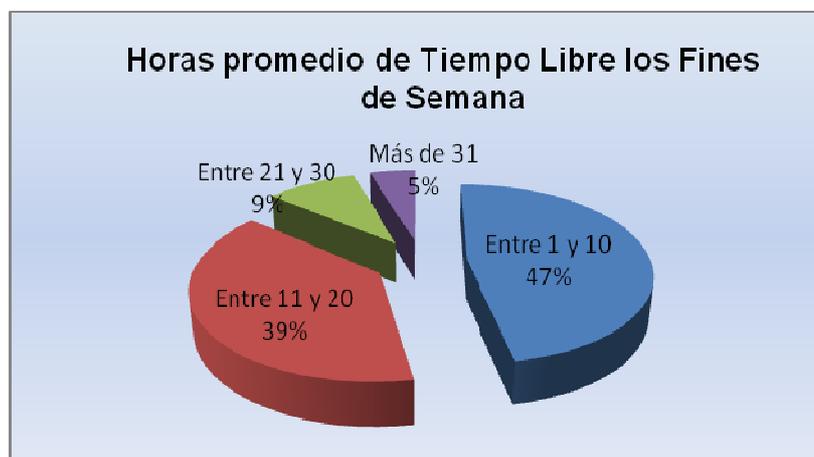
De acuerdo a las actividades que realizan los estudiantes en el Tiempo Libre, predomina la práctica de deportes o actividad física con un 63.5%, como segunda opción, el 12.9% prefiere navegar en internet y la tercera opción con un 9.4% hace referencia a las actividades personales. Ver gráfica 11.

Gráfica 12. Horas promedio de Tiempo Libre entre semana



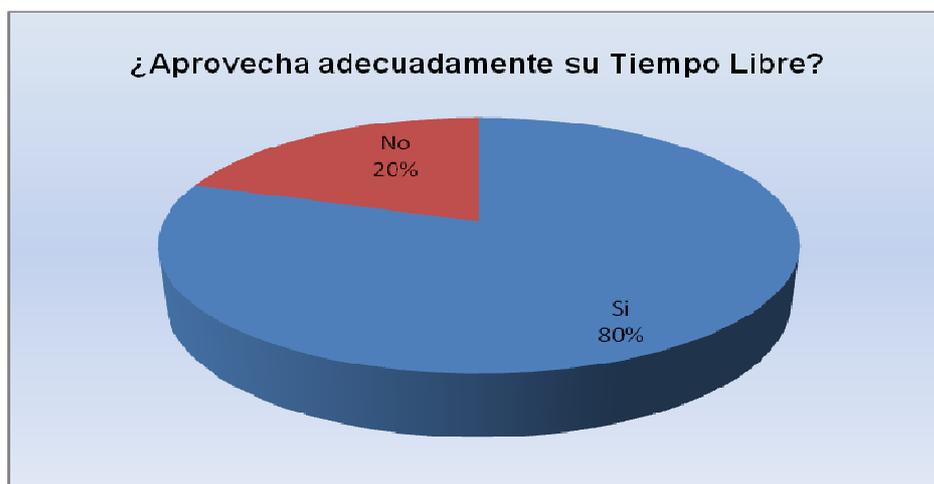
Al preguntar sobre cuántas horas en promedio tienen de Tiempo Libre entre semana los estudiantes, se puede notar que sobresale el grupo de alumnos que tienen entre 1 y 10 horas con un 55%, seguido del grupo de 11 y 20 horas de Tiempo Libre con un 34%. Ver gráfica 12.

Gráfica 13. Horas promedio de Tiempo Libre los fines de semana



En cuanto a las horas en promedio que tienen de Tiempo Libre los fines de semana, se mantiene el grupo de 1 y 10 horas pero en menor porcentaje, con un 47% y como segundo grupo esta el de los estudiantes que tienen entre 11 y 20 horas de Tiempo Libre con un 39%. Ver gráfica 13.

Gráfica 14. ¿Aprovecha adecuadamente su Tiempo Libre?



Con respecto al aprovechamiento adecuado del Tiempo Libre, el mayor porcentaje de la muestra considera que Si, con un 80%, mientras que el 20% dijo que No hacen uso adecuado de éste. Ver gráfica 14.

Gráfica 15. Participación en grupos sociales



Acerca de la participación en algún grupo social, el mayor porcentaje de estudiantes hace parte de grupos deportivos con un 47%, lo sigue a éste un considerable 32% que hace referencia a ninguno, es decir, que no participan de ningún grupo social. Ver gráfica 15.

Gráfica 16. Programas que brinda la Universidad para el uso del Tiempo Libre



Analizando los programas que brinda la Universidad para el uso del Tiempo Libre, se destacan los campeonatos deportivos con un 40% de participación, le siguen quienes hacen parte del gimnasio con un 34,1%, siendo las actividades físicas en su gran mayoría, las más atractivas para los estudiantes. Ver gráfica 16.

Gráfica 17. ¿Practica algún deporte?



Acerca de la práctica de algún deporte, el 80% de los estudiantes respondió que sí, mientras que un amplio 20% de ellos dijo que no; éste 20% es algo preocupante, teniendo en cuenta la estrecha relación de la carrera con las actividades deportivas. Ver gráfica 17.

Gráfica 18. Deporte que practica en el Tiempo Libre



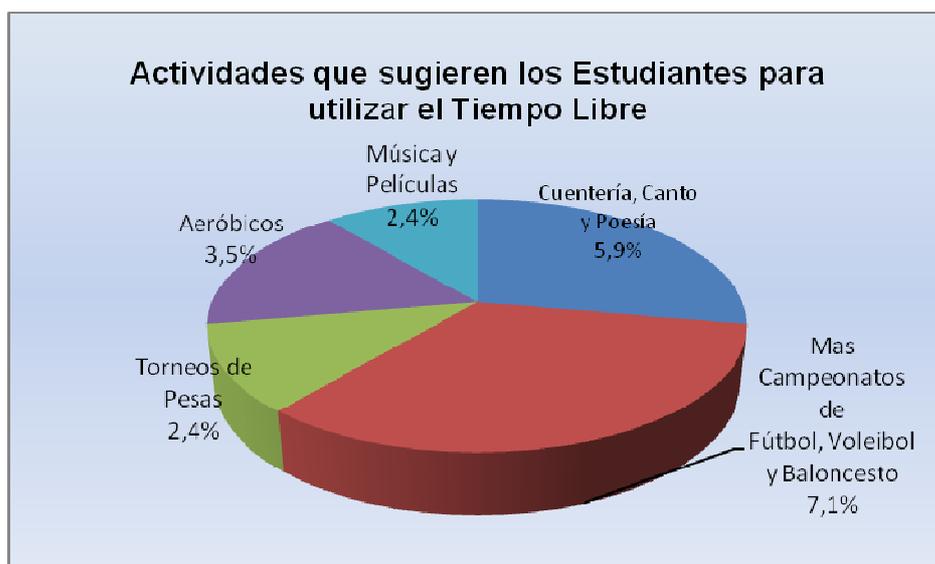
Con base al deporte que practican los estudiantes en su Tiempo Libre, el fútbol tiene mayor acogida con un porcentaje de 37,6%, seguido por un 23,5% que respondió otro, el cual hace referencia al fútbol de salón, porrismo y halterofilia. Ver gráfica 18.

Gráfica 19. Aceptación con las actividades que brinda la Universidad para utilizar el Tiempo Libre



Referente a la aceptación de los estudiantes frente a las actividades que brinda la Universidad para utilizar el Tiempo Libre, el 79% de la muestra dijo estar conforme, mientras que el 21% respondió lo contrario. Ver gráfica 19.

Gráfica 20. Actividades que sugieren los estudiantes para utilizar el Tiempo Libre



Con base en el 21% que dijo no estar conforme con las actividades que brinda la Universidad, estos estudiantes sugieren otro tipo de actividades para hacer uso de

éste. En estas actividades predomina la realización de más campeonatos de fútbol, voleibol y baloncesto con un 7,1%, lo sigue el grupo referente a cuentería, canto y poesía con un 5,9% y en una tercera opción se encuentra el grupo de aeróbicos con un 3,5%. Ver gráfica 20.

6.1 CRUCE DE VARIABLES

Tabla 14. Horas promedio de Tiempo Libre entre semana según el género

Género	Horas promedio entre Semana			Total
	Entre 1 y 10	Entre 11 y 20	Entre 21 y 30	
Masculino	51%	37%	12%	73
Femenino	83%	17%	0	12
Total Estudiantes	47	29	9	85

Referente a las horas promedio de Tiempo Libre que tienen los estudiantes entre semana según el género, tanto el grupo Masculino como el Femenino cuentan con el mayor porcentaje teniendo un promedio de 1 a 10 horas. De este grupo el género Femenino es quien tiene más tiempo con un 83% frente a un 51% del género Masculino. Ver tabla 14.

Tabla 15. Horas promedio de Tiempo Libre los fines de semana según el Género

Género	Horas promedio los Fines de Semana				Total
	Entre 1 y 10	Entre 11 y 20	Entre 21 y 30	Más de 31	
Masculino	45%	40%	10%	5%	73
Femenino	59%	33%	8%	0	12
Total Estudiantes	40	33	8	4	85

En cuanto a las horas promedio de Tiempo Libre que tienen los estudiantes los fines de semana según el género, los dos siguen perteneciendo al grupo de 1 a 10 horas pero en menor porcentaje; el género Femenino sigue sobresaliendo con un 59% frente a un 45% del género Masculino. Ver tabla 15.

Tabla 16. Actividades que realizan los estudiantes en el Tiempo Libre según el género

Actividades que realizan los Estudiantes en el Tiempo Libre	Género		Total
	Masculino	Femenino	
Practicar Deportes o Actividad Física	60%	84%	54
Actividades Personales (visitar a la novia, familia, salir con amigos)	10%	8%	8
Ir a Discotecas, Bares	3%	0	2
Escuchar Música	5%	0	4
Ver Televisión / Video	4%	0	3
Navegar en Internet	15%	0	11
Leer Libros	3%	8%	3
Total Estudiantes	73	12	85

Respecto a las actividades que realizan los estudiantes en el Tiempo Libre según el género, predomina la práctica de deportes o actividad física en ambos géneros, siendo el género Femenino el de mayor porcentaje con un 84% frente a un 60% del género Masculino. Ver tabla 16.

Tabla 17. Actividades que realizan los estudiantes en el Tiempo Libre según la edad

Actividades que realizan los Estudiantes en el Tiempo Libre	Edad				Total
	17 - 23	24 - 30	31 - 37	38 - 44	
Practicar Deportes o Actividad Física	70%	57%	0	0	54
Actividades Personales (visitar a la novia, familia, salir con amigos)	10%	9	0	0	8
Ir a Discotecas, Bares	3%	0	0	0	2
Escuchar Música	2%	4%	50%	100%	4
Ver Televisión / Video	3%	4%	0	0	3
Navegar en Internet	9%	26%	0	0	11
Leer Libros	3%	0	50%	0	3
Total Estudiantes	59	23	2	1	85

Acerca de las Actividades que realizan los estudiantes en el Tiempo Libre según la edad, prevalece la práctica de deportes o actividad física en los estudiantes de menor edad (17 a 23 años) con un 70%, seguido este, por el grupo que comprende las edades de 24 a 30 años con un porcentaje de 57%. Ver tabla 17.

Tabla 18. Actividades que realizan los estudiantes en el Tiempo Libre según el estrato socioeconómico

Actividades que realizan los Estudiantes en el Tiempo Libre	Estrato Socioeconómico de los Estudiantes			Total
	1	2	3	
Practicar Deportes o Actividad Física	65%	66%	45%	54
Actividades Personales (visitar a la novia, familia, salir con amigos)	11%	8%	11%	8
Ir a Discotecas, Bares	0	4%	0	2
Escuchar Música	8%	2%	11%	4
Ver Televisión / Video	4%	4%	0	3
Navegar en Internet	8%	14%	22%	11
Leer Libros	4%	2%	11%	3
Total Estudiantes	26	50	9	85

Con base en las actividades que realizan los estudiantes en el Tiempo Libre según el estrato socioeconómico, sobresale la práctica de deportes o actividad física en los tres (1 – 2 – 3) con porcentajes cercanos, siendo el estrato 2 el de mayor porcentaje con un 66%, seguido del estrato 1 con un 65% y un 45% para el estrato 3. Ver tabla 18.

Tabla 19. Actividades que realizan los estudiantes en el Tiempo Libre según el Lugar de Procedencia

Actividades que realizan los Estudiantes en el Tiempo Libre	Lugar de Procedencia de los Estudiantes			Total
	Huila	Neiva	Otro Departamento	
Practicar Deportes o Actividad Física	64%	60%	78%	54
Actividades Personales (visitar a la novia, familia, salir con amigos)	8%	10%	11%	8
Ir a Discotecas, Bares	0	2%	11%	2
Escuchar Música	4%	6%	0	4
Ver Televisión / Video	0	6%	0	3
Navegar en Internet	16%	14%	0	11
Leer Libros	8%	2%	0	3
Total Estudiantes	25	51	9	85

De acuerdo a las actividades que realizan en el Tiempo Libre según el Lugar de procedencia, al igual que en los anteriores análisis, se mantiene la preferencia por la práctica de deportes o actividad física con porcentajes semejantes, siendo los de otro departamento quienes resaltan con un 78%, seguido de los provenientes de municipios del Huila con un 64% y por último los pertenecientes a la ciudad de Neiva con un 60%. Ver tabla 19.

Tabla 20. Deporte que practica en el Tiempo Libre según el Género

Deporte que practica en el Tiempo Libre	Género		Total
	Masculino	Femenino	
Baloncesto	5%	20%	5
Voleibol	10%	20%	8
Natación	2%	0	1
Ultimate	2%	10%	2
Fútbol	52%	20%	32
Otro	29%	30%	20
Total Estudiantes	58	10	68

Analizando el deporte que practican los estudiantes en el Tiempo Libre con respecto al género, el fútbol predomina en el género Masculino con un 52% y otros deportes en el género Femenino con un 30%. Ver tabla 20.

Tabla 21. Programas que brinda la Universidad para el uso del Tiempo Libre según el Estrato Socioeconómico

Programas que brinda la Universidad para el uso del Tiempo Libre	Estrato Socioeconómico de los Estudiantes			Total
	1	2	3	
Campeonatos Deportivos	31%	44%	45%	34
Festivales Recreativos	12%	8%	11%	8
Grupos Deportivos	15%	8%	22%	10
Trabajos Sociales	0	2%	0	1
Desarrollo Artístico y Cultural	0	2%	0	1
Salud Estudiantil	4%	2%	0	2
Gimnasio	38%	34%	22%	29
Total Estudiantes	26	50	9	85

Referente a los programas que brinda la Universidad para el uso del Tiempo Libre según el estrato socioeconómico, los de mayor afluencia han sido la participación en campeonatos deportivos con un 45% perteneciente al estrato 3 y un 44% de estrato 2 indica que tienen participación en campeonatos y por último, asiste al gimnasio con un 38% para los estrato 1. Ver tabla 21.

7. CONCLUSIÓN

Al Determinar el Tiempo Libre con el que cuentan los Estudiantes de Licenciatura en Educación Básica con Énfasis en Educación Física, Recreación Y Deporte de la Universidad Surcolombiana y cómo hacen uso de éste, se puede definir que cuentan con un promedio de 20 horas de Tiempo Libre entre semana, el cual utilizan en un amplio porcentaje a la práctica de deportes o actividad física. Otras actividades que sobresalen son: la participación en campeonatos deportivos, gimnasio de fuerza, grupos deportivos, navegar en internet y actividades personales. Por otra parte las actividades en las que menos utilizan el Tiempo Libre son: ir a discotecas o bares, ver televisión, leer libros e ir al cine.

En cuanto a las actividades brindadas por la Universidad para la utilización del Tiempo Libre, las de mayor acogida son los campeonatos deportivos y el gimnasio de fuerza con un 74,1%.

Respecto a la diferencia de género frente al uso del Tiempo Libre se concluye que en la práctica de deportes o actividad física predomina el género femenino con un 84% frente a un 60% del género masculino.

Las actividades en las que sobresale el género femenino con respecto al uso del Tiempo Libre, son: la práctica de deportes, actividades personales y leer libros; y las actividades que se destacan en el género masculino son: la práctica de deportes, navegar en internet, actividades personales y escuchar música.

8. DISCUSIÓN

Durante la investigación se identificaron actividades favorables y desfavorables para el desarrollo personal en cuanto al uso del Tiempo Libre, dentro de las favorables tenemos las prácticas deportivas y de actividad física con un alto porcentaje, mientras que la lectura, siendo favorable para el desarrollo intelectual no es importante para ellos, reflejando así el poco interés por esta actividad cultural que existe en el programa de Educación Física. Por otra parte los estudiantes ocupan su Tiempo Libre en actividades sedentarias tales como Internet y ver televisión; no beneficiosas para la salud.

Teniendo en cuenta la información y el análisis recolectado, se notó que un pequeño grupo de estudiantes no participa de ningún deporte, caso un poco sorprendente debido a la carrera que estudian, entonces, ¿Es realmente la carrera que querían tomar?, ¿No les alcanzó el promedio para otra?, ¿Están allí por petición de sus padres, amigos, entre otros?, ¿O les interesa más la teoría de la Educación Física? Serán preguntas que sólo ellos sabrán responder.

9. RECOMENDACIONES

Concientizar a toda la comunidad universitaria de la importancia que tiene el tiempo libre para los seres humanos, utilizándolo de manera adecuada en actividades deportivas, físicas, creativas, recreativas, intelectuales entre otras.

Dar facilidad al acceso de los cronogramas de actividades para la utilización del tiempo libre por parte de Bienestar Universitario, ya que durante el desarrollo de la investigación no fue posible la asequibilidad a esta información; aparentemente no las tienen programadas.

Buscar alternativas de solución respecto a la falta de información en cuanto a las actividades de tiempo libre que realiza la Universidad, debido a que muchas de ellas pasan desapercibidas para la comunidad estudiantil.

Tener en cuenta la opinión de los estudiantes para el desarrollo de otras actividades que sean de mayor satisfacción para el uso del tiempo libre. Ya que parte de los estudiantes de Educación Física encuestados, no estuvieron de acuerdo con las actividades que brinda la Universidad y propusieron diversos tipos de actividades tales como: campeonatos deportivos de fútbol, voleibol y baloncesto, algunos propusieron actividades culturales, entre las que se mencionan la cuentería, canto y poesía, otro grupo esta de acuerdo en que se realicen películas y música y una franja minoritaria quiere aeróbicos y torneos de pesas.

BIBLIOGRAFIA

- Asamblea General de Naciones Unidas, Declaración Universal de los Derechos Humanos, 10 de Diciembre 1948, artículo 24. [artículo de internet] <http://www.google.com> [Citado en 3 Mayo de 2008]
- BERNAL ZAPATA, Rebeca. Juego, ocio y recreación. Santa Fé de Bogotá D.C. Búho Ltda. 1994, Pág. 83
- CAMERINO, (2000). Ocio y recreación para el uso del tiempo libre. [Artículo de internet]
- Colombia, Congreso, Ley 181 de Enero 18 de 1995, artículo 5, título II, por el cual se dictan disposiciones para el fomento del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la Educación Física y se crea el Sistema Nacional del Deporte, Congreso, Bogotá, 1995.
- Colombia, Congreso, Constitución política de Colombia 1991, artículo 52, con el fin de fortalecer la unidad de la Nación y asegurar a sus integrantes la vida, la convivencia, el trabajo, la justicia, la igualdad, el conocimiento, la libertad y la paz, Congreso, Bogotá, 1991.
- COLOMBIA MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL. Tiempo para la creatividad. Bogotá: CEDA, 1987, pág. 57.
- CONSTITUCION POLITICA DE COLOMBIA 1991, Artículo 189 numeral 11, titulo II De los Créditos Académicos.
- Derechos Humanos, Ámbito específico de los Derechos Humanos, 1 de Junio de 1970, artículo 04. [artículo de internet] <http://www.google.com> [Citado en 3 Mayo de 2008].

- DEMETRIO V, Alfaro. Tiempo libre y modo de vida: algunas perspectivas para el siglo XXI [Artículo de internet]
<http://www.redcreacion.org/relareti/documentos/modovida.html>.
- DUMAZEDIER, J. (1964). Hacia una civilización del ocio. Barcelona; Ed. Estala (1975). Sociología empírica del ocio. Madrid; ed Nacional.
- FERNÁNDEZ ORTEGA, Jairo. Estudio transversal de la ocupación del tiempo libre y determinación de patrones de comportamiento frente a la actividad física de los escolares. [Artículo de Internet].
<http://www.redcreacion.org/documentos/simposio2if/JFernandez.htm> [citado en septiembre de 2001].
- GARCÍA MARTÍN, Miguel Ángel. La actividad y el ocio como fuente de bienestar durante el envejecimiento. [Artículo de internet].
<http://www.efdeportes.com/efd47/bien.htm>. Abril de 2002.
- GERLERO, Julia. (2005) Diferencias entre ocio, tiempo libre y recreación, lineamientos preliminares para el estudio de la recreación.
- HENDRY, L. B. (1992). Deporte, recreación y desarrollo de los estilos de vida de los adolescentes. En Congreso Científico Olímpico. Instituto Andaluz del Deporte. Junta de Andalucía.
- LEMP PAREDES, Marta y BEHN THEUNE, Verónica. Utilización del tiempo libre de los estudiantes de la Institución de Educación Superior Sant Tomás en Talca. [Artículo de Internet]. <http://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0717-95532008001007&script=arttext>. [citado en junio de 2006].
- LOPATEGUI CORSINO, Edgar (2000). Recreación. [Artículo de internet]
www.saludmed.com/Bienestar/Cap6/Recrear.html.
- PHAI FANGER, Elsie Mc. (1999). El tiempo libre y la autonomía: una propuesta. [Artículo de internet]

<http://www.publicaciones.cucsh.udg.mx/ppperiod/laventan/Ventana9/ventana9-4.pdf>. Pág. 84.

- PEREZ S. Aldo. Funlibre tiempo, tiempo libre y recreación y su relación con la calidad de vida y el desarrollo individual.
- Hendry, L. B. (1992). Deporte, recreación y desarrollo de los estilos de vida de los adolescentes. En Congreso Científico Olímpico.
- SAMPIERI, HERNANDEZ Roberto y otros. Metodología de la investigación. Ed Mc Graw Hill. Tercera edición. 2003.
- Ley 181 Ley del Deporte.
- Ley 115 General de Educación de 1994.
- <http://www.funlibre.com.co>
- Manual de procedimientos Universidad Surcolombiana. Art. 1, Acuerdo 042 de 1996 Consejo Superior Universitario. Pág. 7
- POLANIA, Maribel y otros. trabajo de grado. Uso del Tiempo Libre y Ocio en los Docentes de la Facultad de Ingeniería de la Universidad Surcolombiana. Diciembre de 2008.
- X Congreso Nacional de Recreación Coldeportes / FUNLIBRE, Bogotá, D.C., Colombia del 10 al 12 de Julio de 2008.
- <http://www.uprm.edu./cti/docs/manuales/manualesSpss.pdf>.

ANEXO

ENCUESTA

“DETERMINAR EL TIEMPO LIBRE CON EL QUE CUENTAN LOS ESTUDIANTES DE LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTE DE LA UNIVERSIDAD SURCOLOMBIANA Y CÓMO HACEN USO DE ÉSTE”

OBJETIVO:

Recolectar, analizar y determinar el uso de Tiempo Libre de los estudiantes de Licenciatura en educación básica con énfasis en Educación Física, Recreación y Deporte.

Favor responder las preguntas que se presentan a continuación:

La presente encuesta es de carácter confidencial, por lo tanto el grupo de investigación garantiza absoluta reserva.

Marque las respuestas con una X.

I. INFORMACIÓN GENERAL

1. ¿En qué año ingresó a la Universidad Surcolombiana? _____

2. ¿En qué semestre? A____ B____

3. Género: M____ F____ Edad: _____

4. ¿Cuál es su lugar de Origen?

- A) Huila – Municipio: _____
 B) Neiva – Barrio: _____
 C) Otro Dpto. Ciudad: _____

5. ¿A qué estrato socioeconómico pertenece usted?

Estrato: 1____ 2____ 3____ 4____

6. Estado civil:

Soltero____ Casado____ Unión libre____ Divorciado____

7. ¿Tiene hijos?

Si____ No____ Cuántos: 1__ 2__ 3__ 4__

II. CONOCIMIENTO SOBRE TIEMPO LIBRE

Marque con una X el concepto que usted considera más acorde a su respuesta.

8. Tiempo Libre es el periodo o lapso de tiempo que queda después de haber cumplido todas nuestras obligaciones diarias. ¿Para qué es importante el Tiempo Libre?

A.	Para desarrollar capacidades creativas	
B.	Para satisfacer nuestras necesidades	
C.	Para descansar de las actividades diarias	
D.	Para mejorar la calidad de vida	

III. UTILIZACIÓN DEL TIEMPO LIBRE

9. ¿A cuál de las siguientes actividades dedica usted el Tiempo Libre? Escoja 1 de ellas.

A.	Practicar Deportes o Actividad Física.	
B.	Actividades personales (visitar a la novia, familia, salir con amigos)	
C.	Ir a Discotecas/ Bares	
D.	Escuchar música	
E.	Participar en Juegos de mesa	
F.	Ver televisión / Video Juegos	
G.	Navegar en Internet	
H.	Leer Libros	
I.	Ir al Cine	

10. ¿Cuántas horas en promedio tiene de Tiempo Libre entre semana? (lunes a viernes) (Marque sólo una opción)

A.	Entre 1 y 10	
B.	Entre 11 y 20	
C.	Entre 21 y 30	
D.	Más de 31	

11. ¿Cuántas horas en promedio tiene de Tiempo Libre los fines de semana? (sábado y domingo) (Marque sólo una opción)

A.	Entre 1 y 10	
B.	Entre 11 y 20	
C.	Entre 21 y 30	
D.	Más de 31	

12. ¿Considera que aprovecha adecuadamente su Tiempo Libre?

A.	Si	
B.	No	

13. ¿Pertenece a algún grupo social? ¿Cuál?

A.	Estudiantil	
B.	Deportivo	
C.	Político	
D.	Religioso	
E.	Ninguno	
F.	Otro. ¿Cuál?	

IV. CONOCIMIENTO DE LAS ACTIVIDADES QUE BRINDA LA UNIVERSIDAD, (BIENESTAR UNIVERSITARIO Y PROGRAMA DE EDUCACIÓN FÍSICA) PARA EL USO DEL TIEMPO LIBRE

14. De los siguientes programas que la Universidad brinda para el uso del Tiempo Libre; diga, en cuál participa.

A.	Campeonatos deportivos	
B.	Festivales recreativos	
C.	Grupos deportivos	
D.	Trabajos sociales	
E.	Desarrollo artístico y cultural	
F.	Salud estudiantil	
G.	Gimnasio	
I.	Ninguno	

15. ¿En su Tiempo Libre practica algún deporte?

A.	Si	
B.	No	

16. En caso de ser afirmativa la pregunta anterior, responda cuál de los siguientes deportes practica en su Tiempo Libre.

A.	Baloncesto	
B.	Voleibol	
C.	Rugby	
D.	Natación	
E.	Ultimate	
F.	Fútbol	
H.	Otro. ¿Cuál? _____	
G.	Ninguno	

17. ¿Está conforme con las actividades que la Universidad programa para utilizar el Tiempo Libre?

A.	Si	
B.	No	

18. Si la respuesta anterior es negativa, diga, ¿Cuál de las siguientes actividades le gustaría que la Universidad programara para la utilización del Tiempo Libre?

A.	Cuentería, Canto y Poesía	
B.	Más Campeonatos de Futbol, Voleibol y Baloncesto.	
C.	Torneos de Pesas	
D.	Aeróbicos	
E.	Música y Películas	