

RESUMEN

En la República del Ecuador, la recreación la conforman una matizada gama de actividades que se ejecutan en el tiempo libre, de las cuales el individuo puede optar en razón de sus intereses, expresados individualmente, y a si se fije de acuerdo a las capacidades y habilidades del mismo. Esto lleva implícito en sus objetivos, que los intereses individuales se correspondan con las necesidades del desarrollo socioeconómico. En las condiciones reales de la sociedad ecuatoriana, la recreación y el tiempo libre deviene un problema práctico concreto, se le da una satisfacción a las necesidades recreativas de la población y en un sentido más general al relevante papel social y la que el estado conceden al correcto empleo del tiempo libre como elemento importante en la formación integral. Después de analizado lo anteriormente expuesto y percatarnos que el Colegio de Atahualpa, del Cantón Machala, no contaba con una oferta de actividades físicas recreativas para la población, decidimos realizar un plan de actividades deportivo- recreativo teniendo en cuenta los gustos y preferencias de los ciudadanos que allí trabajan y estudian, para que los mismos pudieran utilizar su tiempo libre de una forma sana y saludable. Para la realización de dicha investigación se utilizó una muestra de 100 pobladores, de ellos 50 del sexo masculino y 50 del sexo femenino, a los cuales se le aplicaron técnicas investigativas como: observación, encuesta y entrevista, lo que nos permitió obtener los resultados de dicha investigación, pudiendo arribar a conclusiones significativas para la misma

PALABRAS CLAVES.

- **LA RECREACIÓN**
- **EL TIEMPO LIBRE**
- **CAPACIDADES**
- **HABILIDADES**
- **FORMACIÓN INTEGRAL**