

RESUMEN

Una de las mayores preocupaciones contemporáneas está en la ocupación del tiempo libre que le están dando los adolescentes y jóvenes de la sociedad, por ello, en virtud de la tecnología, la influencia de las amistades y demás espacios atractivos que maniobran el interés y prácticas de los a-j (adolescentes – jóvenes), han caído en el sedentarismo, ignorando las afecciones personales y de salud a las que puede conllevar. Por eso, en el primer capítulo se trata de los lineamientos, meta que se propone el estudio para ser desarrollados en su proceso. En el segundo capítulo constan las conceptualizaciones, definiciones y teorías que engloban los parámetros base del estudio, para que mediante su postulado, se pueda desarrollar la práctica. En el tercer capítulo, se traza el diseño metodológico que se sigue para el estudio investigativo y obtener los resultados de la población. En el cuarto capítulo se analizan los resultados obtenidos mediante la aplicación de la encuesta PAQ-A, a 149 estudiantes de la Unidad Educativa Darío Figuroa Larco (UEDFL), lo que da a conocer la situación de actividad física en la que se encuentran y poder ofrecerles una alternativa apropiada para su tiempo libre. En el quinto capítulo, exactamente se desarrolla la propuesta de intervención en respuesta a los resultados obtenidos, donde se pretende afianzar los conocimientos sobre deportes, se ofrece la posibilidad de un entrenamiento que desemboque en oportunidades de carácter institucional, local, barrial, cantonal, provincial, nacional e internacional, acorde sean estudiantes esforzados, de igual forma se vislumbra la inversión necesaria y las posibles fuentes de financiamiento, para quien desee implementar/poner en marcha esta propuesta. Por último se concluye y recomienda acorde a los resultados que han emergido a lo largo del estudio investigativo, donde prima la recomendación de poner por obra, la propuesta de intervención que ayudaría inmensamente para que los a-j de la institución y demás puedan ocupar de una manera eficiente su tiempo libre.