

EL TIEMPO LIBRE DE LOS ESTUDIANTES DE LA ESPE Y SUS ACTIVIDADES FÍSICO-RECREATIVAS.

Alexandra Gallardo¹, José Cervantes², Lupe Aguilar³

¹Departamento de Ciencias Humanas y Sociales, ESPE. Sangolquí, Ecuador.

²Director SEPAL, (Servicios de Educación Permanente para América Latina), México.

³Decana de Administración del Tiempo Libre, Universidad YMCA, México D.F.

magallardo@espe.edu.ec, jlcervantesg@yahoo.com.mx, lupeaguilar@hotmail.com

Resumen: En este artículo se exponen los principales resultados obtenidos en el desarrollo de la tesis de maestría titulada “*Empleo del tiempo libre y su relación con las actividades físico-recreativas que realizan los estudiantes de la carrera de Educación Infantil modalidad presencial del Campus Politécnico de la ESPE durante el semestre de marzo-agosto 2012*”. *Propuesta alternativa*. Sus objetivos se centraron, en establecer el grado de relación entre el empleo del tiempo libre y las actividades físico-recreativas de dichos estudiantes para poder elaborar una propuesta de actividades físico-recreativas que satisfaga sus necesidades, gustos y preferencias coadyuvando de esta manera a elevar su calidad de vida con eficiencia y eficacia. Dicha investigación fue un trabajo de campo el cual estuvo orientado por un diseño correlacional, tratando de responder al problema planteado *¿Cuál es la relación entre el empleo del tiempo libre y las actividades físico-recreativas, que realizan los estudiantes de la carrera de Educación Infantil modalidad presencial del Campus Politécnico de la ESPE durante el semestre de marzo-agosto 2012?* Dentro de los resultados más importantes obtenidos se pudo conocer de manera científica, que los estudiantes investigados dedican más tiempo del necesario a sus tareas cotidianas, poseen muy poco tiempo libre diario luego de cumplir sus ocupaciones en el día y que existe una marcada diferencia entre la disponibilidad del tiempo libre diario de que disfrutan con el tiempo libre de fin de semana, siendo las actividades físico-recreativas de su preferencia el caminar, jugar fútbol, bailar y practicar basquetbol lo que expresa que existe una relación positiva muy fuerte entre el empleo del tiempo libre y las actividades físico-recreativas que ellos realizan.

Palabras clave: tiempo libre, actividades físico-recreativas, estudiantes universitarios.

Abstract: This article presents the main results obtained in the development of the master's the disintitiled "*Employment of free time and its relationship to physical and recreational activities that the students of the Faculty of Education Child modality Polytechnic Campus ESPE semester during March to August 2012. Alternative proposal*". Its objectives were focused on establishing the degree of relationship between the use of leisure and recreational physical activities of such students to develop a proposal for physical and recreational activities that meets your needs, tastes and preferences of contributing this way to improve their quality of life with efficiency and effectiveness. This investigation was a field which was guided by a correlational design, trying to respond to the problem: *What is the relationship between the use of leisure and recreational physical activities, performing students Childhood Education Career modality Polytechnic Campus ESPE semester during March-August 2012?* Among the results obtained it was known scientifically, investigated students spend more time than necessary to their daily tasks, have very little free time daily after serving their occupations in the day and that there is a marked difference between the availability of daily free time enjoying the leisure weekend, being physical and

recreational activities of their choice to walk, play soccer, dance and basketball practice which states that there is a strong positive relation between the use of leisure and recreational physical activities they perform.

Keywords: leisure, recreational physical activities, college students.

I. Introducción.

Durante el 2012 se aplicó una encuesta con un cuestionario estructurado a una muestra de 270 jóvenes de ambos sexos de la carrera de Educación Infantil modalidad presencial del Campus Politécnico de la ESPE, de la misma, 261 (96,6%) fueron mujeres y 9 (3,4%) varones, cifras que se corresponden con la realidad de la matrícula. El apoyo teórico del estudio fue guiado por un enfoque crítico, que incluyó autores como Petrovich (1980), Munné (1980), Cervantes (2004), y otras investigaciones del estudio del arte como Romero (2010), Nuviala (2003), Rodríguez y Agulló (1999). Este artículo consta de tres aspectos fundamentales, los cuales fueron estructurados a partir de la metodología utilizada en la investigación, la evaluación y discusión de los resultados así como las principales conclusiones y propuestas ofrecidas.

II. Metodología.

La modalidad de la investigación fue de campo con un diseño correlacional, estableciéndose entre las variables una asociación directa a partir de la varianza de los valores de una con respecto a los valores de la otra y viceversa. La existencia y fuerza de esta co-variación se determinó estadísticamente por medio de coeficientes de correlación.

En dicho estudio, se trató de responder al problema planteado en forma de pregunta general y preguntas específicas. Para responder a los objetivos, se siguió los métodos deductivo, analítico y sintético basados en la formulación de una hipótesis. Con el diseño elaborado del plan, se pasó a establecer las variables y su correspondiente operacionalización, de las que salieron las dimensiones e indicadores dando la posibilidad de estructurar el cuestionario aplicado.

Luego de establecida la operacionalización de variables, se elaboraron los referentes teóricos y conceptuales relacionados con el sistema de conocimientos y teorías que ayudaron a comprender e interpretar la problemática planteada. Antes de este punto, se efectuó una búsqueda bibliográfica tanto impresa como digital, que ayudó a resumir las investigaciones más recientes sobre el tema y cuyos aportes se convirtieron en el estado del arte o del conocimiento, y que permitieron realizar la comparación de los resultados alcanzados en este trabajo.

III. Evaluación de resultados y discusión.

Se decidió seccionar el trabajo en tres momentos fundamentales; el primero vinculado con el análisis y la interpretación descriptiva de los ítems vinculados a las variables tiempo libre y actividades físico-recreativas; en el segundo se efectuaron los análisis e interpretaciones correlativas correspondientes mientras que en el tercero, se hizo la discusión general, interpretación y comprobación de la hipótesis planteada.

A) 1er momento. Análisis e interpretación descriptiva.

Gráfico No. 1: Descripción estadística de la variable tiempo libre: dimensión empleo (Actividades físico-recreativas).



Fuente: Cuadro No. 6

El gráfico anterior muestra que las actividades físico-recreativas que practican en su tiempo libre diario, se distribuye en el 23,0% para caminar, el 12,0% para practicar fútbol, el 12,0% en bailar, el 10,5% para practicar básquet y un 21,0% que fue resumido en “otras” las cuales, por ser tantas y tan variadas no ameritó especificar, el otro 21,0% señaló “ninguna” como actividad que realiza.

El empleo del tiempo libre de fin de semana se pudo conocer que se distribuye en el 24,5% para caminar, el 13,5% para fútbol, el 13,5% en bailar, el 10,0% para el básquet, un 21,0% que fue resumido en “otras” y un 17,5% que señaló “ninguna”.

Los datos anteriores reflejan que tanto en el tiempo libre diario como en el de fin de semana, las actividades enumeradas son las mismas, con una mínima diferencia en el porcentaje concluyéndose que las actividades señaladas son las de su preferencia y deberían ser incluidas en la propuesta programática a diseñar hasta que el interés y gusto por ellas se mantenga.

B) 2do momento. Análisis e interpretación correlativa.

Tabla No. 1: Cantidad de tiempo que se dedica a las actividades físico-recreativas en el Tiempo libre Diario y de Fin de Semana.

Tiempo Libre	Actividades Físico-Recreativas			
Diario	Caminar	Fútbol	Bailar	Básquet
0 a 45 minutos	74,2%	38,7%	38,7%	33,9%
Fin de semana	Actividades Físico-Recreativas			
0 a 4 horas	41,50%	22,90%	22,90%	16,90%

Fuente: Investigación de campo

La correlación de cifras en la tabla anterior del tiempo libre diario con las actividades a que se dedican los encuestados, ofrece dentro del marco de 0 a 45 minutos un 74,2% para la actividad caminar, un 38,7% para el fútbol y el bailar respectivamente y un 33,9% para el básquet. Así mismo para el tiempo libre de fin de semana las actividades a que se dedican los encuestados, ofrece dentro del marco de 0 a 4 horas un 41,5% para la actividad caminar, un 22,9% para el fútbol y el bailar respectivamente y un 16,9% para el básquet. En el rango de 4 horas en adelante, es bastante señalado cómo los estudiantes manifiestan en amplia mayoría el valor de 0 a 4 horas coincidiendo además, en las actividades relacionadas como preferentes en su tiempo libre diario, por lo que se concluyó que este rango de tiempo y estas actividades deberían ser tomadas en cuenta para el diseño de la propuesta.

C) 3er momento. Discusión general y confirmación de la Hipótesis.

Para facilitar la discusión de los resultados, los porcentajes analizados se relacionaron con las variables seleccionadas, para ello, fueron convertidos a una escala unitaria (Max. 1,00) (Mín. -1,00) y mediante una regla de tres, según Hernández y otros (2003, 532).

Luego de realizado el análisis estadístico y matemático correspondiente, los resultaron arrojaron el valor de (0,99) siendo la conclusión de que si existe una correlación entre el empleo del tiempo libre y la práctica de actividades físico-recreativas, en este caso “positiva muy fuerte” confirmándose de esa manera la hipótesis anteriormente planteada en el diseño de la investigación.

A partir de los resultados de dicho diagnóstico, se diseñó y una propuesta organizacional, que incluye aspectos administrativos básicos como son: la misión, la visión, objetivos, estructura dentro de la institución (organigrama), así como el respectivo reglamento orientado a darle funcionalidad al área de recreación.

V. Conclusiones y trabajo futuro.

Como conclusión importante de la investigación referida, además de la existencia de una correlación positiva muy fuerte entre el empleo del tiempo libre y la práctica de actividades físico-recreativas de los estudiantes de la carrera de Educación Infantil modalidad presencial del Campus Politécnico de la ESPE, estuvo la necesidad de elaborar y presentar una propuesta de actividades físico-recreativas para que dichos estudiantes puedan ejercitar en su tiempo libre diario y de fin de semana, pudiendo servir como una guía a tener en cuenta en el resto de las carreras de la institución y otros centros universitarios del país.

Otra posibilidad que ofrecen las conclusiones obtenidas en dicho trabajo, es que el mismo puede ser tomado como referencia para nuevas líneas investigativas a seguir por futuros investigaciones y proyectos de tesis.

Agradecimientos

Ante todo y muy merecidamente, al Tutor Dr. José Cervantes, la Dra. Lupe Aguilar quien fungió como oponente y a la Coordinadora de la Maestría, la Dra. Carmita Quizhpe.

Referencias Bibliográficas

Documentos electrónicos.

- Águila, C. (2005). *El ocio en el marco socio-cultural de la posmodernidad. Una aproximación desde las prácticas de los jóvenes universitarios*. Apuntes: Educación Física y Deportes, 81-105. Recuperado de:
<http://books.google.com.ec/books?hl=es&lr=&id=vhlacdrxxqac&oi=fnd&pg=pr19&dq=ejercicio+fisico+definicion>
- Aznar, P. y De Websters, B. (2006). *Actividad física, deporte y salud: factores motivacionales y axiológicos*. Apuntes: Educación Física y Deportes, <http://books.google.com.ec/books?hl=es&lr=&id=vhlacdrxxqac&oi=fnd&pg=pr19&dq=ejercicio+fisico+definicion>
- Bourdieu, R (1991). *Sociología y cultura, sus razones prácticas*. Barcelona, Editorial Anagrama. Recuperado de:
<http://books.google.com.ec/books?hl=es&lr=&id=vhlacdrxxqac&oi=fnd&pg=pr19&dq=ejercicio+fisico+definicion>
- Butler, G. (2001). *Principios y métodos de recreación para la comunidad*. Buenos Aires: Editorial Gráfica Omeba. Recuperado de:
<http://books.google.com.ec/books?hl=es&lr=&id=vhlacdrxxqac&oi=fnd&pg=pr19&dq=ejercicio+fisico+definicion>
- Cervantes Guzmán, José Luis (2004). *El tiempo que te quede libre, dedícalo a la recreación*. México: Universidad Pedagógica Nacional. Recuperado de:
<http://books.google.com.ec/books?hl=es&lr=&id=vhlacdrxxqac&oi=fnd&pg=pr19&dq=ejercicio+fisico+definicion>
- Dumazedier J. (1988). *Revolution culturelle du tempslibr*. MeridiensKlincksieck. (versión al inglés y español). Recuperado de:
<http://books.google.com.ec/books?hl=es&lr=&id=vhlacdrxxqac&oi=fnd&pg=pr19&dq=ejercicio+fisico+definicion>
- Fuentes Núñez, R. (2001). *Tiempo libre*. España: Revista digital Educación Física y Deportes. Recuperado de:
<http://books.google.com.ec/books?hl=es&lr=&id=vhlacdrxxqac&oi=fnd&pg=pr19&dq=ejercicio+fisico+definicion>
- García, M., Hernández, A. Y Santana, O. (1982) “*Los estudios del presupuesto de tiempo de la población y sus aplicaciones*”. En Investigaciones científicas de la demanda en Cuba. La Habana: Editorial Orbe. Recuperado de:
<http://books.google.com.ec/books?hl=es&lr=&id=vhlacdrxxqac&oi=fnd&pg=pr19&dq=ejercicio+fisico+definicion>
- Guillén Ferrando, M. (1997). *Tiempo libre y actividades deportivas de la juventud en España*. Madrid: Ministerio de Asuntos Sociales. Instituto de la Juventud. Recuperado de:
<http://books.google.com.ec/books?hl=es&lr=&id=vhlacdrxxqac&oi=fnd&pg=pr19&dq=ejercicio+fisico+definicion>
- Hernández Vázquez, M. Y Gallardo L. (1994). *Marco conceptual: Las Actividades deportivo-recreativas*. En Apuntes 'Educación Física. 37: 58-67 Barcelona: INEFC. Recuperado de:
<http://books.google.com.ec/books?hl=es&lr=&id=vhlacdrxxqac&oi=fnd&pg=pr19&dq=ejercicio+fisico+definicion>
- Hernández, M. y Gallardo, L. (1994). *Marco conceptual: Las actividades deportivo-recreativas*. Apuntes: Educación Física y Deporte. Recuperado de:

- <http://books.google.com.ec/books?hl=es&lr=&id=vhlaodrxxqac&oi=fnd&pg=pr19&dq=ejercicio+fisico+definicion>
- Munné F. (1980). *Psicosociología del tiempo libre. Un enfoque crítico*. México: Trillas. Recuperado de:
<http://books.google.com.ec/books?hl=es&lr=&id=vhlaodrxxqac&oi=fnd&pg=pr19&dq=ejercicio+fisico+definicion>
- Pérez Sánchez, Aldo y Colaboradores (1980). *Recreación. Fundamentos teórico-metodológicos*. La Habana: Editorial Deportes. Recuperado de:
<http://books.google.com.ec/books?hl=es&lr=&id=vhlaodrxxqac&oi=fnd&pg=pr19&dq=ejercicio+fisico+definicion>
- Pedró, P. (1984). *Ocio y tiempo libre*. Barcelona. Humanitas. Recuperado de:
<http://books.google.com.ec/books?hl=es&lr=&id=vhlaodrxxqac&oi=fnd&pg=pr19&dq=ejercicio+fisico+definicion>
- Puig Rovira J. M. y Trilla, J. (1995). *La pedagogía del ocio*. Barcelona: CEAC. Recuperado de:
<http://books.google.com.ec/books?hl=es&lr=&id=vhlaodrxxqac&oi=fnd&pg=pr19&dq=ejercicio+fisico+definicion>
- Rodríguez Suárez Julio y Agulló Tomás Esteban (1999). *Estilos de vida, Cultura, Ocio y Tiempo Libre de los estudiantes universitarios*. Psicothema, Vol. 11, n° 2, pp. 247-259. ISSN 0214 - 9915 CodenPsoteg. Recuperado de:
<http://books.google.com.ec/books?hl=es&lr=&id=vhlaodrxxqac&oi=fnd&pg=pr19&dq=ejercicio+fisico+definicion>
- Romero Barquero Cecilia Enith (2010). *Propuesta organizacional del área de recreación para la Universidad Estatal a Distancia*. Escuela de Educación Física y Deportes Universidad de Costa Rica. San José, Costa Rica. Recuperado de:
<http://books.google.com.ec/books?hl=es&lr=&id=vhlaodrxxqac&oi=fnd&pg=pr19&dq=ejercicio+fisico+definicion>
- Ruiz Olabuenaga, J.I., Kaiero Uría, San Martín, J.E., Zamora Acosta, E., San José, Costa Rica. Recuperado de:
- Suárez, S. (2002). *La formación universitaria para el tiempo libre*. Caso de la Facultad de Turismo de la universidad Nacional de Comahue (Argentina). Recuperado de:
<http://books.google.com.ec/books?hl=es&lr=&id=vhlaodrxxqac&oi=fnd&pg=pr19&dq=ejercicio+fisico+definicion>
- Totti Gianni (2001). *Tiempo libre y explotación capitalista*. Editorial Fondo de cultura económica. Recuperado de:
<http://books.google.com.ec/books?hl=es&lr=&id=vhlaodrxxqac&oi=fnd&pg=pr19&dq=ejercicio+fisico+definicion>
- Trilla Jaume (1989). *Tiempo libre y educación infantil. Enciclopedia práctica de la pedagogía*. Madrid: Planeta. Recuperado de:
<http://books.google.com.ec/books?hl=es&lr=&id=vhlaodrxxqac&oi=fnd&pg=pr19&dq=ejercicio+fisico+definicion>
- Waichman P. (1993). *Tiempo Libre y Recreación. Un enfoque pedagógico*. Buenos Aires: Editorial PW. Recuperado de:
<http://books.google.com.ec/books?hl=es&lr=&id=vhlaodrxxqac&oi=fnd&pg=pr19&dq=ejercicio+fisico+definicion>