

EL TIEMPO LIBRE EN EL BIENESTAR UNIVERSITARIO FRENTE AL PLAN  
NACIONAL DE RECREACIÓN 2013-2019

EL TIEMPO LIBRE EN EL BIENESTAR UNIVERSITARIO FRENTE AL PLAN  
NACIONAL DE RECREACIÓN 2013-2019

Sandra Patricia González Agudelo

Paola Milena Gutiérrez Briñez

Corporación Universitaria Minuto de Dios- Uniminuto

Facultad de Educación

Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deporte

Bogotá D.C. Diciembre 2014

EL TIEMPO LIBRE EN EL BIENESTAR UNIVERSITARIO FRENTE AL PLAN  
NACIONAL DE RECREACIÓN 2013-2019

EL TIEMPO LIBRE EN EL BIENESTAR UNIVERSITARIO FRENTE AL PLAN  
NACIONAL DE RECREACIÓN 2013-2019

Sandra Patricia González Agudelo

Paola Milena Gutiérrez Briñez

Asesor

Mg. John Jairo García Díaz

Corporación Universitaria Minuto de Dios- Uniminuto

Facultad de Educación

Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deporte

Bogotá D.C. Diciembre 2014

**El tiempo libre en el bienestar universitario frente al plan nacional de recreación  
2013-2019**

**Nota de aceptación:**

---

---

---

---

---

---

---

---

**Firma del presidente del jurado**

---

**Firma del jurado**

---

**Firma del jurado**

**Bogotá, 21 de Noviembre del 2014**

## AGRADECIMIENTOS

Este trabajo no habría sido posible sin la influencia directa o indirecta de muchas personas a las cuales agradecemos profundamente por estar presentes en las distintas etapas de su elaboración, así como en el resto de nuestra vida.

Ante todo queremos agradecer a Dios porque ha estado con nosotras a cada paso que damos, cuidándonos y dándonos la fortaleza para continuar día a día y convertirnos en profesionales.

A nuestros padres, quienes a lo largo de nuestra vida han velado por nuestro bienestar y educación siendo nuestro apoyo en todo momento. Depositando su entera confianza en cada reto que se nos presenta sin dudar ni un solo momento en nuestra inteligencia y capacidad.

Le agradecemos al profesor John García, por manifestar su interés en dirigir nuestro trabajo de grado, por su confianza, colaboración y apoyo en nuestro proceso de realización de la monografía.

A todos los docentes de la Corporación Universitaria Minuto de Dios- Uniminuto, que compartieron sus conocimientos, dentro y fuera de clase, haciendo posible que nuestra formación profesional se resumiera en satisfacciones académicas.

Por último agradecemos a nuestros amigos y compañeros. A quienes trabajaron con nosotras hombro a hombro durante cuatro años, poniendo lo mejor de su energía y empeño por el bien de nuestra formación profesional, a quienes compartieron su confianza, tiempo, y los mejores momentos que vivimos durante esta etapa como estudiantes de pregrado, dentro y fuera del campus.

### DEDICATORIA

Este proyecto lo dedicamos primeramente a Dios por permitirnos el suficiente entendimiento para llegar hasta esta etapa de nuestras vidas y por guiarnos en un camino de felicidad y Bendiciones; En segundo lugar a nuestros padres y hermanos, pilares fundamentales en nuestra vida. Sin ellos, jamás hubiésemos podido conseguir lo que hasta ahora. Su tenacidad y lucha insaciable han hecho de ellos el gran ejemplo a seguir y destacar, no solo para cada una de nosotras, sino para nuestros hermanos y familia en general. También dedicamos este proyecto a nuestras parejas, compañeros inseparables de cada jornada. Ellos representan el gran esfuerzo y tesón en momentos de decline y cansancio. A cada uno de ellos este proyecto, que sin en el apoyo de cada uno no hubiese podido ser.

## TABLA DE CONTENIDO

INTRODUCCION	8
<b>1. Contextualización (ver)</b>	
1.1 Macro Contexto	11
1.2 Micro Contexto	14
<b>2. Problemática (ver)</b>	
2.1 Descripción del problema	20
2.2 Formulación del problema	21
2.3 Justificación	21
2.4 Objetivos	23
2.4.1 Objetivo general	23
2.4.2 Objetivos Específicos	23
<b>3. Marco Referencial (juzgar)</b>	
3.1 Marco de Antecedentes	24
3.2 Marco Teórico	27
3.2.1 Recreación	29
3.2.2 Ocio	34
3.2.3 Tiempo Libre	37
3.2.5 Bienestar Universitario.	45
3.2.5 Plan Nacional de Recreación 2013-2019	46
3.3 Marco Legal	47
3.2.6 Ley 181 de 1995 (Ley del Deporte)	47
3.2.7 Educación y Bienestar	50
<b>4 Diseño metodológico (Actuar)</b>	
4.2 Tipo de investigación	52
4.1.1. Método Cualitativo	52
4.3 Método de investigación	52
4.2.1. Análisis Documental	52
4.4 Fases de la investigación	53
4.5 Población y muestra	54
4.6 Instrumentos de recolección de datos	55
<b>5 Resultados (Devolución Creativa)</b>	
5.2 Técnica de análisis de resultado	56
5.1.1. Concepto de Tiempo Libre de cada una de las Universidades.	63

<b>5.1.2.</b> Comparación del concepto de Tiempo Libre de las universidades, frente al concepto Del Plan Nacional de Recreación 2013-2019.	<b>65</b>
<b>5.1.3.</b> Concepto confrontado con el Marco Teórico	<b>66</b>
<b>5.3</b> Interpretación de resultados	<b>64</b>
<b>6. Conclusiones (Devolución creativa)</b>	<b>69</b>
<b>7. Prospectiva (Devolución creativa)</b>	<b>70</b>
<b>Referencias</b>	<b>71</b>

EL TIEMPO LIBRE EN EL BIENESTAR UNIVERSITARIO FRENTE AL PLAN  
NACIONAL DE RECREACIÓN 2013-2019

## INTRODUCCIÓN

Este documento, observa desde la recreación el uso del concepto de Tiempo Libre en la educación superior a partir del bienestar universitario dentro de las universidades privadas que brindan programas educativos afines a la recreación, y el uso de este término, bajo ciertos lineamientos que el Plan Nacional de Recreación 2013-2019 estipula.

Se quiere mostrar como las universidades privadas de Bogotá manejan el Tiempo Libre y bajo que políticas, y que emplean ellos para que el bienestar universitario funcione.

Como objetivo se quiere expresar como las universidades con programas a fines en formación en recreación especialmente privadas, y estas como se vinculan al Plan Nacional de Recreación 2013-2019, además el bienestar universitario de dichas universidades establecen concepciones referentes al concepto de Tiempo Libre, para y observar como lo ejecutan.

Este trabajo se compone de los siguientes apartes: Marco Teórico, donde se realiza una revisión de la evolución del estudio del Consumo Cultural en Latinoamérica, así como la precisión de algunos conceptos claves para su entendimiento. Acto seguido encontramos la descripción metodológica de la investigación que se centra en las etapas del diseño, aplicación y recolección de los datos de la encuesta. Seguido a esto con la presentación de los resultados de la encuesta, tanto en las mediciones como en las estadísticas básicas de los elementos en ella contenidos. Por último presentamos las conclusiones y recomendaciones del estudio que serán socializadas con los miembros de la comunidad universitaria, para hacer propuestas que

contribuyan con el mejoramiento de la calidad de vida de los estudiantes. Duran, Guevara & Valencia (2010)

Esta investigación se realizara utilizando un tipo de investigación cualitativo, la cual aspira a buscar el concepto de Tiempo Libre, y estos como se asemejan a una realidad, para llegar a este tipo de investigación utilizando un método investigativo de análisis documental el cual está organizado en cuatro momentos.

El primero consistió en la indagación del modo en que universidades privadas tienen como programas de pregrado el área de recreación y solicitar y analizar los pensum de dicho proceso académicos, después indagar documentación de bienestar universitario y su conformación política, como tercer momento, se revisaron y analizaron los documento indagando como se define el Tiempo Libre en el bienestar universitario de dichas universidades, y se finalizó confrontando el Plan Nacional de Recreación 2013-2019, con los conceptos de Tiempo Libre y sus usos.

Los resultados se muestran en una matriz de análisis, dando primordialmente un componente investigativo indicando producción, apropiación y circulación de conocimientos, otro factor es el formativo que genera conocimientos y cualifica, el tercer ítem es vivencial generando prácticas, y finaliza con un tipo de gestión que elabora y produce relaciones institucionales.

Para realizar este documento se ejecuta un Marco Legal, un Marco Teórico unos antecedentes de tesis en relación con nuestro documento que guiaron este proceso, además de esto fue fundamental poner en criterios teóricos y argumentativos el Plan Nacional de Recreación 2013-2019, con los documentos adquiridos por estas universidades.

## 1. Contextualización (Ver)

### 1.1. Macro contexto

A lo largo de la historia, el ocio y el Tiempo Libre se han asimilado en su esencia. En el mundo griego, el tiempo que el ser humano dedicaba a la actividad denominada ocio incluía, el encuentro con los dioses, la naturaleza y consigo mismo. El ocio era el espacio de tiempo que permitía el desarrollo y la creación a través de las ciencias, las artes y los deportes.

En tanto en Roma, se le dio el nombre de “Otium”, agregándose la connotación de diversión para todos. Estas acepciones eran aplicadas a los considerados “ciudadanos” y, no era aplicada a las personas que no entraban en esa categoría como los esclavos, los prisioneros, etc.

En la Edad Media, Ocio y Otium fueron condenados por la moral católica a causa de su origen pagano; y sin embargo en la vida cortesana era ampliamente disfrutado por reyes y señores feudales. En el Renacimiento resurgen los ideales clásicos griegos, al menos para los súbditos de las coronas europeas. (Muñoz. & Salgado, 2006, p2)

Por otro lado en las culturas precolombinas, el juego era valorado y estaba muy ligado a los ritos; las artes tenían un papel ceremonial, y a la vez utilitario.

En la época moderna, con el nacimiento de la burguesía, el mercado y con la creciente influencia de la ética protestante en el mundo occidental, se condenaba la práctica del ocio y

las actividades relacionadas con el Tiempo Libre por ser actividades improductivas que apartaban a las personas de sus deberes. (Muñoz & Salgado, 2006, p5)

La revolución industrial marcó el punto de partida en la concepción del *Tiempo Libre*. Tal lo describe Thompson (1984), la revolución industrial no era una situación consolidada, sino una fase de transición entre dos modos de vida. Hacia el 1700 en Inglaterra comienza a instalarse el panorama capitalista industrial superponiendo a los patrones de conducta socializados, los esquemas del disciplina en el trabajo. (Muñoz & Salgado, 2006, p7)

La lucha por la conquista de Tiempo Libre se sucede logrando poco a poco una reducción de las horas de trabajo. Al mismo tiempo, aparece la demanda por la necesidad de Tiempo Libre para el desarrollo cultural y social. (Muñoz. & Salgado, 2006, p10)

En el modo de producción actual, se entiende el Tiempo Libre como el tiempo no productivo económicamente; sin embargo el tenerlo, es decir tener la posibilidad de acceder y contar con recursos para él, puede considerarse un indicador de calidad de vida.

Por otra parte, la OMS y la UNESCO han emitido declaraciones en su favor al considerar el Tiempo Libre como un factor promotor del desarrollo de los grupos y pueblos. Muñoz. & Salgado, (2006)

En Ginebra la Carta de Derechos Humanos al Tiempo Libre en el contexto de la Conferencia Mundial de Recreación y Tiempo Libre. Se destacan los siguientes artículos:

EL TIEMPO LIBRE EN EL BIENESTAR UNIVERSITARIO FRENTE AL PLAN  
NACIONAL DE RECREACIÓN 2013-2019

En los Artículos 2,3,4 y 7 se declara el derecho absoluto a disfrutar el tiempo de descanso, donde se señala la importancia de brindarles al hombre el acceso a los medios recreativos públicos, como playas bosques y lugares al aire libre en general.

Además la participación del Tiempo Libre sin exclusión de género, raza y nivel de educación en las actividades recreativas tales como deporte, juegos al aire libre, viajes, teatro, etc., esto instruido a través de la familia, el colegio y la comunidad para la enseñanza del adecuado uso el tiempo libre, de la mejor manera posible, como por ejemplo, en los colegios, clases y cursos de instrucción se debe brindar a los niños, adolescentes y adultos, la oportunidad de desarrollar los talentos, actividades y comprensión esencial en el conocimiento del uso del tiempo libre.

En Colombia existen organizaciones encargadas del aprovechamiento del Tiempo Libre de los ciudadanos, entre ellas encontramos una organización llamada La Fundación Colombiana de Tiempo Libre y Recreación (FUNLIBRE), es una organización sin ánimo de lucro fundada en 1988 que ha dedicado sus esfuerzos al diseño e implementación de estrategias orientadas a ampliar el acceso a oportunidades de ocio y recreación en la población colombiana, para lo cual realiza proyectos y programas de desarrollo con base local.

El reto es promover una visión de la recreación integrada a la vida cotidiana de las personas en sus diferentes ámbitos de interacción, que como práctica ciudadana media procesos de formación en los seres humanos de cualquier edad y condición; y que por el lugar que ocupa en la vida de las personas

debe ser asumida como un asunto serio, que demanda un abordaje riguroso que atienda a su complejidad. (FUNLIBRE 1988 – 2006)

Por otra parte se encuentra El Departamento Administrativo del Deporte, la Recreación, la Actividad Física y el Aprovechamiento del Tiempo Libre – COLDEPORTES, que tiene como objetivo, dentro del marco de sus competencias y de la Ley formular, adoptar, dirigir, coordinar y ejecutar la política pública, planes, programas y proyectos en materia de deporte, la recreación, el aprovechamiento del Tiempo Libre y la actividad física, para promover el bienestar, la calidad de vida, así como contribuir a la salud pública, a la educación, a la cultura, a la cohesión social, a la conciencia nacional y a las relaciones internacionales, a través de la participación de los actores públicos y privados. (COLDEPORTES, 2011, p1)

En Colombia, además de las organizaciones, se encuentran en otros organismos deportivos los cuales buscan el aprovechamiento del Tiempo Libre en niños y jóvenes donde se practica en especial un deporte específico; entre estos organismos encontramos, las federaciones deportivas, ligas deportivas, asociaciones deportivas y clubes de entidades no deportivas como los son las cajas de compensación, los clubes sociales, etc. (Ley 181, Art 4, 1995)

## 1.2. Micro contexto

A nivel Bogotá se encuentra universidades privadas las cuales brindan carreras afines a la recreación de las cuales en este proyecto investigativo se tomará en cuenta las principales, entre ellas:

- Universidad Libre de Colombia
- Corporación universitaria CENDA
- Universidad Santo Tomás
- Corporación Universitaria Minuto de Dios (Uniminuto)

Para iniciar se conocerá un poco acerca de las universidades y de las carreras que ofrecen y los títulos que se obtienen en las carreras afines a la recreación.

Para comenzar la Universidad Libre de Colombia, es una universidad colombiana, privada y laica, con domicilio principal en la ciudad de Bogotá, D.C., y con presencia en otras 6 ciudades del país (Barranquilla, Cali, Cartagena, Cúcuta, Pereira y Socorro). Fue fundada en septiembre 26 de 1913, pero sólo comenzó sus labores académicas en 13 de febrero de 1923 con el General Benjamín Herrera, a la cabeza como presidente del Consejo Directivo; llevando así 91 años de formación humana. (Universidad Libre de Colombia. *Historia*)

Esta universidad tiene una sede alterna ubicada en la Carrera 70. N. 53 40 Sede Campus Bosque. La facultad de Ciencias de la Educación, ofrece el programa de Licenciatura

Educación Básica con Énfasis en Educación Física, Recreación y Deportes, con una metodología presencial con duración de 10 semestres los cuales al terminar se otorga el título de Licenciado(a) en Educación Básica con Énfasis en Educación Física, Recreación y Deportes



*Figura 1.* Logo universidad Libre de Colombia.

Por otro lado se encuentra la Universidad Santo Tomás, es la universidad colombiana más antigua y la quinta en el continente americano, fundada en 1580 por la Orden de Predicadores (Padres Dominicos) en la ciudad de Bogotá (antigua ciudad de Santafé), la capital de Colombia.

La Universidad Santo Tomás -USTA- es una institución educativa católica de carácter privado y de orden nacional. Varias sedes comprenden el sistema universitario: la sede principal, en Bogotá, y las sedes de Tunja y Bucaramanga y seccionales Medellín y Villavicencio.

En el Campus San Alberto Magno, ubicado en la Autopista Norte, Av. los Arrayanes Km. 1.6, se ofrece el programa de Cultura Física, Deporte y Recreación, el cual en el año 2013 recibió por parte de CNA acreditación por 4 años.



*Figura 2. Logo Universidad Santo Tomas.*

También se encuentra la Corporación Universitaria CENDA, con domicilio en Bogotá D.C., es una Institución Privada de Educación Superior, de utilidad común, sin ánimo de lucro, con carácter académico de Institución Universitaria la cual inició sus labores en agosto de 1976.

CENDA, ofrece el programa de Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deportes, en su sede alterna, ubicada en la Calle 62 No. 22-68. Este programa está diseñada con una metodología presencial y una duración de 10 semestres con horarios flexibles de mañana, noche y fines de semana y otorgando el título de Licenciado(a) en Educación Física, Recreación y Deportes.

EL TIEMPO LIBRE EN EL BIENESTAR UNIVERSITARIO FRENTE AL PLAN  
NACIONAL DE RECREACIÓN 2013-2019



*Figura 3.* Logo Corporación Universitaria CENDA.

Por último se encuentra La Corporación Universitaria Minuto de Dios Uniminuto, es un sistema universitario de educación superior, de alcance nacional en la República de Colombia, de carácter privado y católico con sede principal en Bogotá, Colombia. Fue fundada en 1990 por el padre Rafael García Herreros.

Uniminuto, ubicada su sede principal en Calle 81 No. 77 B - 70 Barrio Minuto de Dios, ofrece en su Facultad de Educación el programa de Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deporte con metodología presencial y una duración de 9 semestres otorgando el título en Licenciado(a) en Educación Física Recreación y Deporte.



*Figura 4.* Logo Corporación universitaria Minuto de Dios- Uniminuto.

Estas universidades privadas, aunque algunas llevan más tiempo de formación, buscan en sus programas de Educación Física, dar a conocer la importancia de la recreación en el siglo XXI, ya que se ha vuelto un medio de participación para las personas sin importar edad, género, raza o condición física, ya que la recreación es un medio de aprendizaje participativo y una manea de enseñanza en la parte individual como social.

## 2. PROBLEMÁTICA

“La praxeología se entiende como un discurso (logos) construidos después de una seria reflexión, sobre una práctica particular significativa (praxis) como un procedimiento de objetivación como una teoría de la acción” (Juliao, 2011), esto quiere decir que es la reflexión a una ardua investigación a una acción empírica, dándole una justificación a su causa y efecto.

Problematizar desde la praxeología, hace referencia a ubicar una inquietud en un sujeto o acción, una comunidad, o un grupo social y su formación integral, partiendo de preguntas clave: como, cuando, porque, donde, que; estas preguntas orientan un problema a una solución clave y a un orden investigativo ejemplo: ¿Qué quiero hacer?, ¿Cómo lo voy a hacer?, ¿Dónde lo voy a hacer?, ¿Con quienes lo voy a hacer?, ¿Por qué lo voy a hacer? y Esto nos conlleva a una reflexión de un suceso o proceso humano.

### 2.1. Descripción del Problema

Este proceso investigativo a manera de proyecto de grado, pretende desde la recreación observar el uso del concepto de Tiempo Libre en la educación superior a partir del bienestar universitario dentro de las universidades privadas que brindan programas educativos afines.

## 2.2. Formulación del Problema

¿Cuáles son las concepciones del Tiempo Libre del bienestar universitario de las universidades con programas afines a la recreación, en relación al Plan Nacional de Recreación 2013-2019?

## 2.3. Justificación

El trabajo titulado “El Tiempo Libre en el bienestar universitario frente al Plan Nacional de Recreación 2013-2019”, está fundamentado en el concepto de Tiempo Libre que se maneja en el bienestar universitario de las universidades privadas afines a la recreación; ya que en el bienestar universitario se requiere el conocimiento y abordaje del concepto de Tiempo Libre y de esta manera contribuir y concientizar a los jóvenes universitarios para que hagan un adecuado uso de este.

Es por esto que a través de esta investigación se lograra entender como concibe el Tiempo Libre el bienestar de las universidades privadas afines a programas de recreación con lo planteado en el Plan Nacional de Recreación 2013-2019, para a partir de allí, comparar y definir si cada una de la universidades privadas investigadas manejan un concepto de Tiempo Libre o solo se desarrollan con actividades para ocupar este tiempo.

Este proyecto, se plantea como alternativa para las futuras investigaciones sobre el Tiempo Libre, y especialmente para que inicialmente en las Universidades con carreras afines a la recreación y las cuales está conformadas por un Bienestar Universitario, comiencen a manejar el concepto de Tiempo Libre ya definido en el Plan Nacional de Recreación 2013-2019, ya que con este nuevo Plan se permitirá reconocer el Tiempo Libre como importancia para el desarrollo del ser humano en todas las dimensiones de su vida y para las relaciones sociales e individuales.

EL TIEMPO LIBRE EN EL BIENESTAR UNIVERSITARIO FRENTE AL PLAN  
NACIONAL DE RECREACIÓN 2013-2019

2.4. Objetivos

2.4.1. Objetivo General

Conocer el concepto de Tiempo Libre del bienestar universitario de las instituciones que ofrecen programa afines en formación de profesionales en recreación enmarcada por el Plan Nacional de Recreación 2013- 2019.

2.4.2. Objetivos Específicos

Identificar las concepciones del Tiempo Libre del bienestar universitario de las diferentes universidades.

Establecer si las universidades con programas relacionados con la recreación, se orientan desde el Plan Nacional de Recreación 2013- 2019 para la construcción del concepto Tiempo Libre en el proceso de bienestar universitario.

EL TIEMPO LIBRE EN EL BIENESTAR UNIVERSITARIO FRENTE AL PLAN  
NACIONAL DE RECREACIÓN 2013-2019

### 3. Marco Referencial (Juzgar)

#### 3.1. Marco de Antecedentes

En tiempos pasados a este proceso investigativo, se hacen estudios referentes al bienestar universitario y su relación con el tiempo libre de las poblaciones universitarias y como estos involucran el Plan Nacional de Recreación; los estudios nos arrojan ciertos datos y conclusiones que sirven como estado del arte y antecedentes para sustentar nuestro proyecto investigativo.

En primer lugar Se encuentra un estudio o tesis de la universidad de Antioquia que tiene como título “PREFERENCIAS DEPORTIVAS Y RECREATIVAS DE LA COMUNIDAD DE LA UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA” Gutiérrez & Agudelo (2013) esta tesis tiene como objetivo conocer los gustos deportivos y recreativos que tiene la comunidad de la universidad de Antioquia.

Teniendo como problemática la dirección de bienestar universitario no posee cierta base de datos con las estadísticas críticas de las expectativas de los estudiantes y docentes referente al uso del Tiempo Libre dentro y fuera de la universidad, por lo tanto ellos en su marco normativo resaltan lo establecido por la Constitución Política (1991) que en su artículo 52 con referencia al deporte, pero más adelante toma como referente en el marco legal al Plan Nacional de Recreación de dicha época (1998-2002), y este plan elaborado durante el gobierno de Pastrana, que propone la palabra recreación y tiempo libre como propósito.

Ahora bien, si el proyecto habla de ciertos lineamientos políticos fundamentales como lo antes fueron nombrados, continua haciendo referencia a otros artículos de la constitución política (artículo 52, artículo 70, artículo 71 ), los cuales promueven el derecho a la recreación, el Tiempo Libre y la cultura y encargándose el estado de fomentar a través de organizaciones deportivas la participación libre de todos los colombianos en igualdad de oportunidades, esto estipulado en la Ley 181 de 1995 (Ley del Deporte), tampoco dejar atrás la ley de educación (Ley 115 de 1994) y otras leyes como la ley 50 de 1990, ya que habla en el artículo 21, del derecho que tienen los trabajadores los cuales laboran 48 horas a la semana a tener 2 horas de dicha jornada, para dedicarlo exclusivamente a actividades recreativas, culturales, deportivas o de capacitación.

En la tesis indagada, en su marco legal habla en cuanto a derechos políticos colombianos, pasa a otros estatutos importantes, como lo es el artículo 117 de la ley 30 de 1992, la cual nos habla del espacio del bienestar dentro de la institución de educación superior, y así continua tomando ya un aspecto institucional que es el bienestar universitario de la universidad de Antioquia y sus parámetros legales.

Luego, abarca dentro de su marco teórico, temas importantes como la calidad de vida dentro y fuera de la universidad, la economía del deporte; pero estos temas son solo la introducción para que dichos autores entren a hablar de un tema importante y son las dimensiones del ser humano que propone la ASOCIACION COLOMBIANA DE

UNIVERSIDADES (ASCUN) que son importantes tanto para esta tesis como para el desarrollo y funcionalidad de todas las áreas de bienestar universitario en Colombia.

Estas dimensiones son particulares y estratégicas debido a que lo orientan al buen uso del tiempo, y su desarrollo humano dentro de tiempos determinados, estas dimensiones son:

- Lo biológico: relativo a la corporeidad y a la condición física de las personas.
- Lo Sico-afectivo: hace referencia a todo lo que atañe a la vida psicológica y al conocimiento de sí mismo y de los demás.
- Lo intelectual: se refiere a la formación y al desarrollo del pensamiento, el intelecto, la cognición, las habilidades y aptitudes.
- Lo social: se refiere a la formación y desarrollo de los aspectos del ser humano que le permiten vivir con otros tales como la comunicación, la participación y la alteridad.
- Lo axiológico: lo relativo a la creación y desarrollo de valores o cualidades e ideales requeridos para la realización individual y colectiva.
- Lo político: referido a la organización social de los seres humanos para buscar el bien común.
- Lo cultural: se refiere a los modos de vida, las costumbres, los conocimientos, las expresiones, estética, el arte, la creación. (tomado tesis, p.30)

Se preguntaran porque son importantes estas dimensiones, el bienestar universitario de la Universidad de Antioquia se guía de estas dimensiones para conformar las áreas de operación, o los campos de acción.

EL TIEMPO LIBRE EN EL BIENESTAR UNIVERSITARIO FRENTE AL PLAN  
NACIONAL DE RECREACIÓN 2013-2019

Como segundo antecedente no lleva mucha relación en referente al proyecto de investigación, pero si muestra perspectivas que pueden llegar a abordar las universidades, si no se implementa el Plan Nacional de Recreación, el buen uso del Tiempo Libre, para Duran, Guevara & Valencia (2010) quienes estudian el nivel de consumo cultural universitario que efectúan los estudiantes de la Universidad Sergio Arboleda y como se revelan dentro de la entidad.

El objetivo es generar un diagnóstico para el análisis de los datos recolectados a través de la aplicación de una encuesta a los estudiantes de la Universidad. La encuesta se hizo con la colaboración de la Escuela de Economía y del Departamento de Bienestar Universitario que está encaminado al desarrollo humano y a mejorar la calidad de vida de cada uno de los miembros de la comunidad.

Por otro lado, el documento busca evaluar el comportamiento de los estudiantes frente al uso de su Tiempo Libre y determinar la participación en las actividades ofertadas por la universidad. A través de la encuesta realizada descubrimos aspectos relevantes del tema estudiado que serán tratados a lo largo de este documento.

### 3.2 Marco Teórico

El presente trabajo titulado “El Tiempo Libre en el bienestar universitario frente al Plan Nacional de Recreación 2013-2019”, busca identificar en las universidades con carreras afines

EL TIEMPO LIBRE EN EL BIENESTAR UNIVERSITARIO FRENTE AL PLAN  
NACIONAL DE RECREACIÓN 2013-2019

a la recreación, si en el bienestar universitario de cada una de ellas se están apoyando en el plan nacional de recreación 2013-2019 principalmente en el manejo de los conceptos de recreación, ocio, y tiempo libre este último el más importante ya que las universidades en general buscan la adecuada utilización de este tiempo en los jóvenes.

La recreación, el Tiempo Libre y el ocio, tienen actualmente en pleno siglo XXI, una importancia conceptual muy especial y una creciente relevancia y protagonismo, por la significación que se impuso en un momento histórico a través de luchas constantes de la clase trabajadora durante la Revolución Industrial, para mejorar su nivel de calidad de vida, en la disputa por poder disfrutar de un espacio de Tiempo Libre de descanso, libre de obligaciones laborales y liberados de las tareas diarias del trabajo, para poderlo dedicar a momentos de creatividad e imaginación, la evasión, la liberación. Su importancia y acontecimiento social, económico y político en la sociedad moderna, lo eleva a la categoría de derecho, de un concepto que está legitimado a través de Leyes y Normas, que regulan los derechos fundamentales de los ciudadanos.

Los términos de recreación, Tiempo Libre y el ocio, son muy populares y conocidos entre la población en general, ya que han existido desde siempre, desde épocas históricas, desde las primeras civilizaciones humanas, hasta nuestros días en el siglo XXI, han estado marcadas de alguna forma por espacios reivindicativos de descanso, de liberación, contra el “tiempo” impuesto dedicado obligatoriamente al trabajo, a las obligaciones. No obstante mucha gente utiliza de forma indistinta el concepto de “recreación”, “Tiempo Libre” y “ocio”, para

designar una misma cosa, no distinguiendo sus aspectos conceptuales, su contenido y su significación, confundiendo sus terminologías.

Por consiguiente nos apoyaremos de diferentes autores para conocer los conceptos y las diferencias que existen entre recreación, tiempo libre y ocio.

### *3.2.1 RECREACION*

Hablar de recreación no es fácil, ya que no existe un concepto definido como tal, pero se aproxima a definiciones lógicas que se encuentra en la constitución en la Ley 181 la cual define 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.” (Constitución Política (1991), Ley181, Art 5,1995).

En este párrafo define recreación como un espacio donde se crea, se forma, y se construye al sujeto como ser humano. Por encontrarse en la Ley, obliga a todas las entidades privadas o públicas ejercer este derecho para su uso y goce y ser relacionada organizando programas de desarrollo, los cuales serán enlazados con los lineamientos que propone el Plan Nacional de Recreación 2013-2019, para esto se crean entes organizadores y administrativos como el

instituto colombiano de deportes (COLDEPORTES), los cuales tiene la tarea de gestionar procesos de acto recreativo que se deseen aplicar

” 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:

En los Artículos 1, 2 y 3 se promueven y decretan la formación de educadores en el campo extraescolar para la creación de asociaciones para la enseñanza de la utilización constructiva del Tiempo Libre la cual sirva a la comunidad y a su propia formación, además de esto se dotara de espacios apropiados para el desarrollo de la educación extraescolar como centros culturales, casas de juventud e instalaciones deportivas y recreativas.

Por último se realizaran programas de educación extraescolar entre instituciones públicas y entidades privadas. Para este efecto se celebrarán contratos que podrán financiarse por medio de los dineros destinados a los fines de que trata la presenta Ley.” (Ley 181, art 9,1995).

Ya teniendo una definición base de la recreación y como lo define la constitución política se debe ampliar más sobre el concepto de recreación, como la concibe América latina, Elizalde (2010), hace referencia a varios puntos en la historia, para entender conceptos como recreación, ocio, y Tiempo Libre. Y en primer instante aborda una potencia que influye en la recreación en Latino América. “Este abordaje remite, en sus orígenes, a los Estados Unidos de América (EE.UU.). Para comprender la recreación en cuanto fenómeno social/educativo, se vuelve a final del siglo XIX, cuando ocurrió una amplia difusión del movimiento norte-americano conocido como “recreacionismo”. Este movimiento

propició la sistematización de conocimientos y metodologías de intervención para niños, jóvenes y adultos (...)" (Elizalde, 2010, p7).

Todo esto lleva al momento de las colonias y conquistas, trayendo culturas, costumbres y formas de distribución de tiempo, extinguiendo lo que abundaba era su identidad indígena, trayendo religiones creencias ideologías, luego llega la nombrada revolución industrial, donde el tiempo se divide en tres sectores, trabajo(8),descanso (8) y sueño (8), en este momento el tiempo de descanso o tiempo liberado, la recreación y el ocio empiezan a aportar, haciendo productivo este espacio, para la construcción y la creatividad a gusto del individuo.

Mientras que en Estados Unidos se habla de "recreacionismo", en Europa ya la recreación se había industrializado, creando campamentos juveniles y parques, a causa de esto la recreación llego a América Latina finalizando el siglo XX.

Buscando aportes en los conocimientos producidos en Europa, el primer playground en EE.UU., el año 1885, fue inspirado en los parques infantiles de Berlín, Alemania. En 1925 ya existían 8.115 centros de recreación, siendo creados 635 apenas en el año 1924, cuando 80 ciudades realizaron 123 campamentos de verano para niños y jóvenes. La gran repercusión del recreacionismo inauguró un nuevo estilo de vida en los EE.UU., fomentando nuevas fuentes de formación y de actuación profesional. Con la ayuda de instituciones como a Young Men's Christian Association (YMCA) – Asociación Cristiana de Jóvenes (ACJ) en la lengua española –, en las primeras décadas del siglo XX el recreacionismo fue difundido rápidamente por varios países, alcanzando especialmente América Latina. Gomes, (Citado por Elizalde 2010, p17)

EL TIEMPO LIBRE EN EL BIENESTAR UNIVERSITARIO FRENTE AL PLAN  
NACIONAL DE RECREACIÓN 2013-2019

“Es necesario aclarar que, en sus orígenes norteamericanos, el concepto de recreación fue visto como una estrategia educativa esencial para promover, sutilmente, el control social.”(Elizalde, 2010, p5), ya se empieza a ver la recreación como agente de control del descontrol social, regulación de la violencia, y a convertirse en un acto educativo, generando procesos de carácter extra-escolar fomentando el placer a actividades autónomas, pero educativas. Mencionado esto, se brindan oportunidades al niño para que el potencialice, aprenda y ocupe su tiempo libre en actividades.

“La recreación funciona así como un potente dispositivo de control social en toda América frente al nuevo tiempo libre de la clase obrera, no correspondiendo necesariamente al derecho reivindicado y conquistado por los trabajadores europeos del siglo XIX”. (Elizalde, 2010, p11).

Ya conociendo los orígenes e inicio de la recreación, ahora se conocerá algunas definiciones aportadas por diferentes autores entendiendo a fondo el concepto de la recreación. Para comenzar Salazar nos afirma que la recreación es:

“La recreación para Salazar (citado por Meneses. & Monge. 1999), Son todas aquellas experiencias que producen placer, pertenecen a la educación no formal que contribuyen en el desarrollo integral del participante, que son llevadas a cabo en su Tiempo Libre de forma voluntaria” (Meneses & Monge, 1999, p18)

Para este autor, la recreación son actividades donde el ser humano se sienta libre y a gusto haciendo lo que la persona quiera, pero principalmente buscando el desarrollo integral, es decir, no solo realizar las actividades por gusto o afición, si no buscando un aporte significativo en la vida de la persona y que lo ayude a crecer en todos los campos de su vida.

En cambio para Vera, (Citado por Marín 2002), la recreación es la forma de experiencia o actividad que proporciona al hombre sentimientos de libertad, olvido de sus tensiones, re-encuentro consigo mismo y satisfacciones, sin compulsión, restricción o presión ajena o externa. La gama o variedad de actividades de la recreación es prácticamente infinita. Su único límite es el de la imaginación humana. (Marín, 2002, p.12)

La recreación como aquellas actividades donde el ser humano debe liberar sus tensiones olvidarse de aquellos problemas que lo aquejan y solamente buscan divertirse consiguiendo con esto re-encontrarse consigo mismo, conociendo ese ser que se ha olvidado a raíz de una rutina.

Por último se encuentra el concepto de recreación que da Morales, (Citado por Marín 2002), que la ha descrito como un descanso, una diversión, o el tipo menos y más pasivo de esparcimiento. O bien "la recreación es un instrumento para mejorar la mente, desarrollar el carácter, adquirir habilidades, mejorar la salud o la aptitud física, aumentar la productividad o la moral de los trabajadores y lograr otros objetivos deseables, individuales y sociales. Contribuye también al desarrollo personal y a mejorar la comunidad". (Marín, 2002, p.8)

Este último autor, ve la recreación más como un medio para desarrollar una habilidad en específico, para el cuidado de la salud y para la motivación individual o social; enfatizando en el desarrollo de un fin necesario, es decir, algo más impuesto, ya que recordando los autores anteriores hablan que la recreación es de forma voluntaria, sin presión alguna, en cambio para Morales la describe como algo muy necesario que debe ser realizado por todas las personas.

Conociendo las diferentes concepciones de la recreación, para este trabajo se desarrolló una significación propia relacionando los anteriores, tomados por los diferentes autores para la construcción del concepto de recreación.

Experiencias que se realizan de manera libre y espontánea, a través de actividades que tiene como finalidad proporcionar un descanso al individuo o le permitan la creación, adquisición y desarrollo de habilidades para el mejoramiento de la su calidad de vida

### *3.2.2. OCIO*

De la recreación surge otro concepto llamado el ocio, el cual a pesar de tener una concepción similar al Tiempo Libre, se diferencia en el tiempo que se realiza; para entender acerca del ocio se encuentran diferentes autores quienes dan una interpretación más clara sobre este concepto.

EL TIEMPO LIBRE EN EL BIENESTAR UNIVERSITARIO FRENTE AL PLAN  
NACIONAL DE RECREACIÓN 2013-2019

Para Dumazedier (citado por Hernández, 2000), “el ocio es el conjunto de operaciones a las que el individuo puede dedicarse voluntariamente; sea para descansar, para divertirse, para desarrollar su información o formación desinteresada, su voluntaria participación social o su libre capacidad creadora, cuando se ha liberado de su obligación profesionales, familiares y sociales”

A diferencia de la recreación, el ocio puede realizarse para descansar o para tiempo de esparcimiento o de diversión como lo dice el autor, es el Tiempo en el cual no se obliga a la persona sino se realiza por voluntad propia lo que al sujeto le guste, puede ser actividades que tengan algún valor económico o que simplemente se realicen en casa sin gastar dinero.

Por otro lado encontramos el concepto de Argyle (citado por Rodríguez & Agullo 2002), quien dice que el ocio son actividades que pueden realizar las personas por voluntad, sin presiones, con el objetivo de divertirse y el desarrollo de sí mismo; este autor define un poco el ocio con la recreación ya que habla de un tiempo donde la persona de una manera u otra es libre de realizar sus actividades favoritas sin presiones ni mucho menos por obligación en este caso para diversión y entretenimiento.

Para Mundy & Dattilo (citado por Izuzquiza, 2000), “consideran el ocio como un espacio en el que ha de estar presente la libre elección para el logro de una autorrealización, como un derecho de la persona y como un medio para la mejora de la calidad de vida”

EL TIEMPO LIBRE EN EL BIENESTAR UNIVERSITARIO FRENTE AL PLAN  
NACIONAL DE RECREACIÓN 2013-2019

Para ellos el ocio es aquel espacio que escogen los seres humanos libremente para realizar actividades que debe estar encaminadas para salir de la rutina diaria y el cuidado físico y social de la persona.

El análisis de estas definiciones muestra, que en la manera en que se da la práctica del ocio favorece la evasión de muchos problemas más vitales y se convierte en un nuevo factor de ayuda en la vida diaria.

Por último se tiene el concepto de Trilla (citado por Hernández y Morales, 2008) el cual se tomara como la definición más acertada para el trabajo, ya que en ella se explica claramente el tiempo que es llamado ocio, es decir, es expuesto como el tiempo que es necesario hacer algo solamente si se desea por voluntad para ocupar el tiempo y no llamarlo tiempo perdido.

“El "ocio" es una forma de utilizar el Tiempo Libre. Es la subjetivación del Tiempo Libre. Lo importante no es la actividad que realicemos en ese periodo, sino que la hayamos elegido libremente, por nosotros mismos y sin un fin concreto. Su desarrollo debe resultarnos satisfactorio y placentero”. Trilla, (citado por Hernández y Morales, 2008).

Por ello, el ocio se concibe como una "desconexión", como un tiempo vacío y pobre en actividades enriquecedoras. La condición del ocio no es disponer de tiempo no ocupado, sino no tener la necesidad de estar ocupado.

El ocio es también necesario para divertirse y de esta forma, descargar al hombre del estrés acumulado por la monotonía diaria del trabajo. Y, finalmente también es necesario para desarrollar la personalidad.

Por otro lado el concepto de Tiempo Libre no se puede confundir con el concepto de ocio, como ya se vio con los autores anteriores, el tiempo de ocio, es un tiempo que está temporalmente y cronológicamente, incluido dentro del Tiempo Libre, pero este tiempo de ocio, está lleno de actividades intencionadas, que libre y voluntariamente se ha elegido para disfrutar del tiempo, para satisfacer necesidades físicas, intelectuales, culturales, artísticas, sociales, (leer, ir al cine, ver la televisión, conversar, jugar al fútbol, montar en bicicleta, nadar, escalar, pasear, correr, etc.) En cambio el Tiempo Libre es aquel tiempo vacío del todo, para poder disponer de él, de forma libre, voluntaria, sin interferencias.

### *3.2.3. TIEMPO LIBRE*

Para empezar a hablar de Tiempo Libre, debe primero enfocarse, que el Tiempo Libre no nace porque si, proviene de una serie de cambios en la historia y de muchos sucesos temporales que fueron dando evolución a el término tiempo, debido a esto se hablara como inicio de la vida, el primer concepto que se establece es que hay un principio donde se genera un ciclo y que al finalizar retorna a estado principal.

EL TIEMPO LIBRE EN EL BIENESTAR UNIVERSITARIO FRENTE AL PLAN  
NACIONAL DE RECREACIÓN 2013-2019

Lasso (2005) dice que el primer concepto del tiempo, el más antiguo, lo relacionan con variaciones, movimientos cíclicos en perpetua sucesión, por ejemplo al fenómeno del día y la noche, el ciclo de vida de humanos y plantas, las estaciones de año, el eterno retorno al que aluden algunas culturas orientales o los movimientos cíclicos de la historia en algunas concepciones griegas o romanas.

De Lasso (2005) se parte que hay un inicio un proceso del tiempo y un fin y que esto retorna, se habla desde un concepto un poco filosófico y religioso al decir que se creó el día, la noche, las estaciones y que existe el nacer y el morir.

Más adelante el tiempo pasa de ser general a formar una estructura y cada sujeto lo ve de una causa acción y consecuencia lo explica Zubiri (1976), mostrando que el tiempo de cada individuo ubicado en una espacio llamándolo así “línea de tiempo” Zubiri (1976) dice: “el tiempo es, pues, un pasar que tiene tres que pudiéramos llamar «partes» suyas: presente, pasado y futuro. (Zubiri, 1976, p138)

Estas tres partes se hallan dotadas de una intrínseca unidad. Esta unidad es lo que expresa el vocablo «pasar». En su pasar, el tiempo constituye una especie de línea simbólica, «la línea del tiempo»”

Zubiri, (1976), demostró que esta línea de tiempo es secuencial y constante, ya que el tiempo no para, al contrario continua y en cada avance se agrega a dicha línea un suceso; si es en pasado, esta acción se le llama “recuerdo”, en el presente, se le conoce como un “ahora”

EL TIEMPO LIBRE EN EL BIENESTAR UNIVERSITARIO FRENTE AL PLAN  
NACIONAL DE RECREACIÓN 2013-2019

pensando que es fin del pasado y el inicio del futuro, ligado a momentos y acciones en un espacio determinado, el futuro se piensa como las ideas, metas y objetivos que se pretenden alcanzar a causa de un pasado y de un presente.

Con la llegada de la industrialización y el capitalismo, el tiempo fue fraccionado, de una forma donde el sujeto dependía de las altas cortes económicas y políticas, se refiere, a que si se quería comer tenía que estar vinculado a una empresa o fábrica, y regirse bajo un salario y un tiempo estimado de producción.

“En un principio la expropiación del tiempo en el capitalismo industrial estaba referida de forma preferente a los obreros y al ámbito laboral, porque se trataba de convertir a antiguos campesinos y artesanos, que tenían su propio manejo del tiempo –algo muy diferente al tiempo abstracto del capitalismo, regido por el reloj-, con sus ritmo lento y pausado, en el que se mezclaba la actividad productiva, con la fiesta, el calendario religioso, el carnaval, el descanso, la vida en común.” Vega (2010, p6).

Quiere decir que ya los campesinos, indígenas y artesanos, acostumbrados a hacer sus labores, a hacer sus ritos, a festejar y celebrar de una forma directa y continua, con la revolución industrial, fue abolido y pasaron a depender del capitalismo, ubicándolos en un sistema, controlado y sistematizado, y regidos bajo un tiempo y una herramienta, “el reloj”.

En la revolución industrial “la organización temporal pasó de ser mercantil a ser laboral, regulando principalmente la jornada de trabajo y el pago de salarios. Con el ferrocarril - y la precisión de horarios

que introdujo - se profundizó más el uso productivo del tiempo; las actividades ociosas y los desplazamientos lentos eran considerados como tiempo perdido. Empezó entonces la preocupación por la puntualidad y a percibirse el paso del tiempo como algo inquietante. (Ceballos, Sf, p14).

Ceballos, (Sf), expone que las maquinas fueron las causantes de que se dependa de una jornada productiva, redujo las actividades de ocio (en ese tiempo llamadas ociosa), y el no habla de un tiempo perdido, dicho tiempo es estipulado como conector de un tiempo a otro, quiere decir; si el tiempo laboral fue estipulado por 8 horas, al finalizar la jornada y dirigirse al hogar, ese trayecto temporalmente es perdido, por el motivo que no se hace nada productivo, pero este tiempo perdido se remplaza por un Tiempo Libre donde se puede ejecutar actividades placenteras y de ocio, sin estar obedeciendo reglas laborales.

En resumidas cuentas, los sujetos pertenecientes a la sociedad, tienen derecho a 8 horas laborales, 8 horas de descanso, y 8 horas de Tiempo Libre; por lo tanto las 8 horas laborales las administra el sector económico y político, y las horas de descanso y actividades de ocio, son controladas por el sujeto; “Nuevamente hubo un cambio del control del tiempo, aunque segmentado: las duraciones largas y periódicas permanecían en poder de las autoridades civiles y económicas, al igual que en épocas precedentes; las duraciones cortas, en cambio, efecto de la constatación continua del paso del tiempo desde el punto de vista humano, eran estudiadas y regidas por parte de los científicos; y en tercer lugar, las duraciones intermedias, que atañen sobre todo al ámbito de las relaciones personales, quedaron bajo el control individual por cada persona. (Ceballos, Sf, p.17)

En estos momentos actuales, Lasso (2005) habla de tiempo y lo categoriza según la actividad que se realice, ya sea en el ámbito productivo, en el ámbito recreativo, en el ámbito placentero del tiempo libre. “En la actualidad el tema del tiempo aparece unido con el de las organizaciones productivas, la sociología del ocio y el Tiempo Libre. Hay un consenso en que el tiempo se relaciona con una sucesión de actividades significativas”. (Lasso, 2005, p.26)

El Tiempo Libre es el periodo que resta del tiempo del trabajo y del lapso dedicado a las obligaciones cotidianas, este momento adquiere gran importancia para los individuos, el Tiempo Libre es un espacio que no está sujeto a necesidades y obligaciones para el ser humano, es la diferencia entre restarle al tiempo total, el tiempo que está dedicado a las actividades familiares, laborales y escolares Nuviala, Ruíz & García, (2003). Entendido esto, se tiene un tiempo total y continuo, dividido a causa de la revolución industrial, en un tiempo de descanso tiempo productivo o laboral y un Tiempo Libre, es Tiempo Libre es dedicado a lo propio, a realizar actividades que involucren lo moral, lo ético.

El tiempo libre lo habla (Piazze, Sf, p2) como una paradoja, algo que debería ser de una forma pero no, el tiempo libre debe ser autónomo, para el desarrollo del ser humano y la realización de actividades íntimas, y satisfacción de placer propio, “Si bien, el Tiempo Libre tendría que ser utilizado para sí mismo.

En atención a las necesidades que vienen dadas desde la independencia y autonomía. Sin embargo, esta independencia y autonomía es ilusoria, pues, en todo momento la vida queda

atrapada en las redes de la industria.” (Piazze, Sf, p.2), por lo tanto el Tiempo Libre no es tan libre, sigue siendo dominado bajo los factores de la industrialización y el consumismo, el interés propio, no es tan propio, depende de terceras personas, por tal motivo, el aprovechamiento del Tiempo Libre, se ve reflejado en las manifestaciones culturales y sus industrias, bajos esas expresiones de cultura, la sociedad satisface sus placeres y actividades, pero siguen siendo dirigidas.

Las actividades del hombre quedan subsumidas a la repetición de lo mismo, que viene a ser la sombra del proceso de producción. La eficacia productiva depende de la perfección con que se ejecuten los movimientos.” (Piazze, ps, p2).

El tiempo "verdaderamente libre" está constituido por aquellos momentos de la vida en las que después de satisfacer las obligaciones, se disponen a realizar una actividad que se pueda llegar a escoger; “la libertad predomina sobre las necesidades inmediatas" Camerino, (2000). Camerino dice que el tiempo verdaderamente libre, no es manipulable por otros sujetos, sino que tienen libertad de escoger que hacer en dicho tiempo.

El Tiempo Libre es el espacio y el tiempo predeterminado para desarrollar lo que el sujeto desee hacer sin condición alguna, “se puede resumir diciendo que dentro de las actividades de Tiempo Libre, se incluyen las actividades de ocio, es decir, aquéllas que son elegidas por los individuos por sus cualidades de satisfacción personal. Así, el Tiempo Libre señala la simple disponibilidad de un espacio para actividades diversas, mientras que el ocio es como una toma

de posición disfrutadora de esa disponibilidad. García (Citado por Rivas & Matos 2010), he allí, donde el ocio es vinculado como la posibilidad de dar a ese tiempo un uso adecuado para la transformación del sujeto como humano, y así la conexión entre Tiempo Libre y ocio, no solo es ociosidad, si no es aprendizaje, y reflexión en algunos de sus casos.

Si se sigue a Sue, (citada por Moreno & Rodríguez, 1995), dice que las actividades físicas de ocio pretenden el descanso personal y el restablecimiento del equilibrio psicológico.

Una buena parte de tales actividades son actualmente de carácter físico-deportivo, y Las Actividades Físicas en la Naturaleza a través del ocio, la recreación y la Educación pretenden establecer el equilibrio fisiológico y mental, la salud en suma, que altera la vida sedentaria y estresante del hombre moderno.

El modelo de Puig y Trilla (Citado por Rodríguez & Moreno, 1995), defiende que el ocio o el Tiempo Libre tienen su propia pedagogía, que está basada en educar en el Tiempo Libre y sobre todo en educar para el Tiempo Libre (figura 5).

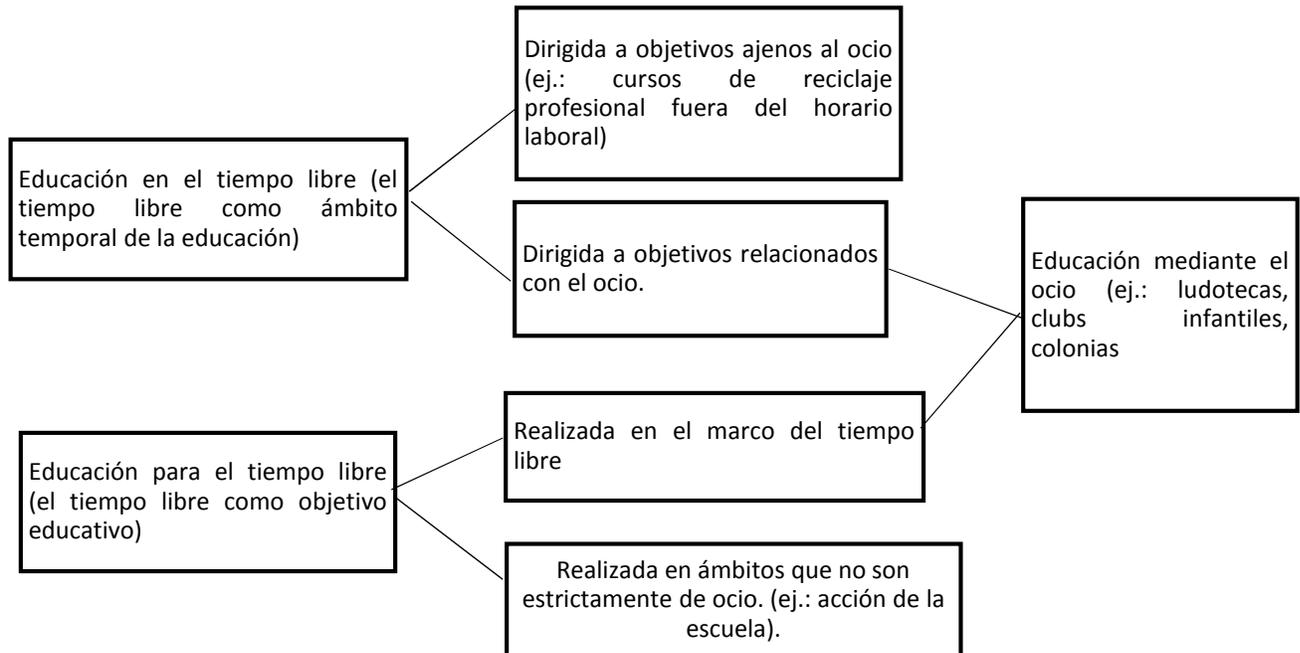


Figura 5. Puig y Trilla. (1987). (Citado por Rodríguez & Moreno, 1995). Objeto de la pedagogía del ocio.

Al hablar de educación en el Tiempo Libre, y para el Tiempo Libre, lleva a analizar que estos espacios en el sujeto pueden ser utilizados para enseñar y también ser este tiempo el objetivo fundamental y transversal para la educación, teniendo herramientas claras como actividades de ocio y recreativas, artísticas, tal vez mostrando nuevos tipos de aprendizaje que

dentro de las disciplinas escolares no son tomados a gusto, si no como cumplimiento curricular.

#### *3.2.4. BIENESTAR UNIVERSITARIO*

En el capítulo 3 de la ley 30 (1992) se habla que las instituciones de educación superior deben poseer un área especial para el desarrollo y bienestar de la comunidad educativa, “Las instituciones de educación superior deben adelantar programas de bienestar entendidos como el conjunto de actividades que se orientan al desarrollo físico, Sico-afectivo, espiritual y social de los estudiantes, docentes y personal administrativo.”(art117, ley30, 1992), a partir de este artículo surge el consejo nacional de educación superior (CESU), el cual es el ente controlador de las políticas y estatutos legales para que el área de bienestar universitario funcione bajos las normas legales de la educación superior, y determinan que cada institución de educación superior designará de su presupuesto el 2% para el desarrollo y ejecución de esta área de las universidades.

El bienestar tiene como propósito, la calidad humana y de vida de la comunidad educativa, partiendo de la socialización el cual es generar ideas grupales, formadas por ideas personales, por lo tanto el artículo 119 de la ley 30 hace referencia a una infraestructura recreo-deportiva dentro de cada institución de educación superior, y formar otras áreas, para el mejoramiento en cuanto salud, desarrollo humano, procesos psicosociales, y económico.

### 3.2.5. *PLAN NACIONAL DE RECREACIÓN*

La actividad física, el aprovechamiento del Tiempo Libre, son unos de los sujetos que el Plan Nacional de Recreación 2013-2019 le apunta como desafío para el mejoramiento de la calidad humana, vincular la recreación en los pre-deportivos y deportivos no es la meta, sino que la recreación y el Tiempo Libre aportan a la salud, la economía, la cultura, y a la educación desde el desarrollo micro-espacial hasta el desarrollo macro-espacial en cuanto a terrenos colombianos; **vivencias gestión investigación y formación**, son algunos de los propósitos que el plan nacional quiere implementar para la recreación y el desarrollo del Tiempo Libre.

El objetivo de este Plan Nacional de Recreación 2013-2019, es canalizar algunos lineamientos políticos para la regulación y la gestión de la recreación llevando unas políticas culturales, económicas, sociales, y de educación, canalizadas a las necesidades del país.

Este plan conlleva a realizar unas estrategias unas planeaciones y una evaluación.

Se debe aclarar básicamente los propósitos antes mencionados, el área de **investigación**, se dirige a la producción de nuevos conocimientos y de generar proceso de crítica y crecimiento intelectual; y conlleva a un proceso de número de proyectos vinculados a col-deportes, e involucra el área de **formación**, verificando si los objetivos de dichos proyectos son cumplidos a cabalidad, haciendo énfasis en toda el área de talento humano dando el aval del

EL TIEMPO LIBRE EN EL BIENESTAR UNIVERSITARIO FRENTE AL PLAN  
NACIONAL DE RECREACIÓN 2013-2019

personal que ejecutara los proyectos, esto para posicionar en cuanto a calidad los proyectos y procesos de recreación llevando al sujeto seguridad al vincularse con estas propuestas.

En cuanto a las **vivencias** se analiza los desarrollos por sectores, generando que los grupos de población tengan acceso al ocio usando como herramienta la recreación, pensadas para ellas, adquiriendo su diversidad, sus culturas y sus ideales poblacionales.

Por el área de gestión se verifica el cumplimiento de este Plan Nacional de Recreación 2013-2019, las estrategias y el procedimiento que se lleva a cabo para el cumplimiento de objetivos y la intervención con las poblaciones.

### 3.3. Marco Legal

#### 3.3.1. Ley 181

“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.” (constitución política, (ley181,art 5,1995), en este párrafo define la recreación como un espacio donde se crea, se forma, y se construye al sujeto como ser

humano. misión de gestionar, aprobar procesos de acto recreativo que las diversas instituciones deseen aplicar.

Una de las instituciones importantes para el campo de la recreación en Colombia es COLDEPORTES, en conjunto del ministerio de educación nacional, surge una preocupación para la educación en Colombia, y es el mal aprovechamiento del Tiempo Libre en tiempos extra-curriculares, estos dos entes generan lineamientos para la mejora la calidad de vida de los estudiantes sin la necesidad de estar en las aulas.

“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.” (Ley 181, art 9,1995).

La actividad física, el aprovechamiento del Tiempo Libre, son unos de los sujetos que el Plan Nacional de Recreación 2013-2019 le apunta como desafío para el mejoramiento de la calidad humana, vincular la recreación en los pre-deportivos y deportivos no es la meta, sino que la recreación y el Tiempo Libre aportan a la salud, la economía, la cultura, y a la educación desde el desarrollo micro-espacial hasta el desarrollo macro-espacial en cuanto a terrenos colombianos; **vivencias gestión investigación y formación**, son algunos de los propósitos que el plan nacional quiere implementar para la recreación y el desarrollo del Tiempo Libre.

El objetivo de este Plan Nacional de Recreación 2013-2019, es canalizar algunos lineamientos políticos para la regulación y la gestión de la recreación llevando unas políticas culturales, económicas, sociales, y de educación, canalizadas a las necesidades de nuestro país.

Este Plan conlleva a realizar unas estrategias unas planeaciones y una evaluación.



Figura 6. Estructura del Plan Nacional de Recreación 2013-2019.

### 3.3.2. EDUCACION Y BIENESTAR

Los licenciados, y colombianos, tienen una ley que los rige en general en todos los procesos de formación, y es empezar hablar de la comunidad educativa, conformada, por educadores, educandos, familias y comunidad administrativa, todos estos por sus competencias, hacen parte del diseño, ejecución y evaluación del Proyecto educativo institucional (PEI) de cada institución (artículo 6. Ley 115, 1994).

Con esto empezara siendo parte de una institución, más específica de educación superior, por lo tanto hay otra ley que rige y es la ley 30,(1992) en el capítulo 3 “bienestar universitario” creada por el ministerio de educación dice: ”La educación superior es un

proceso permanente que posibilita el desarrollo de las potencialidades del ser humano de una manera integral, se realiza con posterioridad a la educación media o secundaria y tiene por objeto el pleno desarrollo de los alumnos y su formación académica o profesional.”(Artículo 117, ley 30, 1992), de acuerdo a este artículo la educación superior forma al estudiante con potencialidades y habilidades como ser humano, generando en él un ser íntegro para la sociedad.

En el capítulo 3 de la ley 30 (1992) se habla que las instituciones de educación superior deben poseer un área especial para el desarrollo y bienestar de la comunidad educativa, “Las instituciones de educación superior deben adelantar programas de bienestar entendidos como el conjunto de actividades que se orientan al desarrollo físico, Sico-afectivo, espiritual y social de los estudiantes, docentes y personal administrativo.”(art117, ley30, 1992), a partir de este artículo surge el consejo nacional de educación superior (CESU), el cual es el ente controlador de las políticas y estatutos legales para que el área de bienestar universitario funcione bajos las normas legales de la educación superior, y determinan que cada institución de educación superior designará de su presupuesto el 2% para el desarrollo y ejecución de esta área de las universidades.

El bienestar tiene como propósito, la calidad humana y de vida de la comunidad educativa, partiendo de la socialización el cual es generar ideas grupales, formadas por ideas personales, por lo tanto el artículo 119 de la ley 30 hace referencia a una infraestructura recreo-deportiva

dentro de cada institución de educación superior, y formar otras áreas, para el mejoramiento en cuanto salud, desarrollo humano, procesos psicosociales, y económico.

#### 4. Diseño Metodológico (Actuar)

##### 4.1. Tipo de Investigación

###### 4.1.1. *Método cualitativo*

Como indica su propia denominación, tiene como objetivo la descripción de las cualidades de un fenómeno. Busca un concepto que pueda abarcar una parte de la realidad. No se trata de probar o de medir en qué grado una cierta cualidad se encuentra en un cierto acontecimiento dado, sino de descubrir tantas cualidades como sea posible. Mendoza, (2006)

Por lo tanto, se analizará los conceptos del Tiempo Libre en el bienestar universitario de las universidades privadas escogidas para el proyecto, y se relacionarán con el concepto manejado por el Plan Nacional de Recreación 2013-2019.

##### 4.2. Método de Investigación

###### 4.2.1. *Análisis documental*

De acuerdo con el problema que se plantea en el presente trabajo, con los objetivos que de él se derivan y las bases teóricas acerca del mismo, la presente investigación documental es tipo analítica – documental. Según Bernal (2000) “la investigación documental consiste en el

análisis de la información escrita, con el propósito de establecer relaciones, diferencias, etapas, posturas o estado actual del conocimiento respecto al tema objeto de estudio” (p.56)

Basados en los anterior, el proyecto de investigación analizara los diferentes conceptos del Tiempo Libre en el bienestar universitario con el fin de relacionarlo con el Plan Nacional de recreación 2013- 2019.

#### 4.3. Fases de la investigación

El desarrollo de la investigación se dio en cuatro momentos:

- a. Indagación en las universidades con espacios académicos en recreación; en este apartado, se consultarán los pensum o planes de estudio de las universidades a fines con la recreación.
- b. Aproximación a las universidades; Paso siguiente, los investigadores se acercaron a las universidades del estudio para obtener los documentos que constituyen el bienestar universitario.
- c. Revisión documental; se realiza el análisis de los documentos con el propósito de identificar los conceptos de Tiempo Libre que manejan los diferentes bienestar universitarios.
- d. Análisis frente al Plan Nacional de Recreación 2013-2019; para finalizar, los investigadores confrontaran las concepciones de tiempo libre de las universidades con el Plan Nacional de Recreación 2013- 2019.

EL TIEMPO LIBRE EN EL BIENESTAR UNIVERSITARIO FRENTE AL PLAN  
NACIONAL DE RECREACIÓN 2013-2019

#### 4.4. Población y muestra

Para la selección de las universidades se tuvieron en cuenta los siguientes criterios de inclusión:

1. Universidades con programas académicos afines a la recreación.
2. Universidades con Bienestar Universitario.
3. Universidades que en sus planes de estudio poseen espacios académicos en recreación
4. Universidades Privadas.

En el marco de los criterios anteriores se seleccionaron cuatro universidades que cumplen con la totalidad de los requisitos. A continuación se relacionan las universidades, programa académico y el respectivo espacio académico.

- a. Universidad Libre de Colombia.

Programa: Licenciatura Educación Básica con Énfasis en Educación Física, Recreación y Deportes.

Espacio Académico: Recreación.

- b. Universidad Santo Tomas.

Programa: Cultura Física Deporte y Recreación.

Espacio Académico: Recreación.

c. Corporación Universitaria Minuto de Dios-Uniminuto.

Programa: Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deportes.

Programa Académico: Recreación.

d. Corporación Universitaria CENDA.

Programa: Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deportes.

Programa Académico: Recreación

4.5. Instrumentos de recolección de datos

	TIEMPO LIBRE
UNIVERSIDAD LIBRE DE COLOMBIA	
UNIVERISDAD SANTO TOMAS	
CORPORACIÓN UNIVERSITARIA MINUTO DE DIOS- UNIMINUTO	
CORPORACIÓN UNIVERSITARIA CENDA	
PLAN NACIONAL DE RECREACIÓN	

5. Resultados (Devolución creativa)

5.1. Técnicas de análisis de resultados:

De acuerdo con el problema que se plantea en el trabajo, las bases teóricas acerca del mismo, la investigación documental es tipo analítica –documental, la cual consiste en el análisis de la información escrita, se permitió analizar los documentos de las diferentes universidades privadas, se daban a conocer que no se maneja un concepto claro de Tiempo Libre, sino que solamente buscan ocuparlo en actividades en su mayoría deportivas y para el desarrollo del estudiante y la comunidad educativa que lo rodea.

5.2. Interpretación de resultados

	TIEMPO LIBRE
<p>UNIVERSIDAD LIBRE DE COLOMBIA</p> <p><i>Capítulo III, Objetivos</i>  <i>Artículo quinto: Objetivos de Bienestar Universitario</i></p>	<p>El Bienestar Universitario es un proceso que propende por el mejoramiento de la calidad de vida de los miembros de la Comunidad Educativa, aplicando y coordinando métodos, técnicas y recursos para mantener y garantizar la presencia y calidad de programas, entendidos como un conjunto de acciones dirigidas al desarrollo físico, cultural, psicoafectivo, espiritual y social de la Comunidad Unilibrista.</p> <p>Las acciones formativas                      el mejoramiento en la calidad de vida</p> <p>AREA – PROCEDIMIENTO RECREACIÓN Y DEPORTE.-                      Buscar el desarrollo integral de todos los miembros de la comunidad en su aspecto físico y mental, por medio de acciones</p>

	<p>de carácter recreativo, ecológico y deportivo, propiciando el uso adecuado y productivo del tiempo libre, el esparcimiento y la distracción.</p> <p><b>FUNCIONES Y RESPONSABILIDADES DEL COORDINADOR DE CULTURA.</b></p> <p>Programar y coordinar la participación de los grupos de teatro, danzas, clubes y demás actividades culturales, en encuentros interuniversitarios a nivel local y nacional, previa presentación y aprobación de los estamentos universitarios respectivos.</p> <p><b>ARTICULO DECIMO SEPTIMO.- FUNCIONES Y RESPONSABILIDADES DE LA COORDINACIÓN DE RECREACIÓN Y DEPORTE.</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Programar y organizar eventos recreativos y deportivos internos e interuniversitarios a nivel local, nacional e internacional, previa presentación y aprobación de las autoridades universitarias respectivos.</li><li>2. Velar porque los polideportivos, canchas y demás instalaciones de servicio comunitario de la Universidad, estén convenientemente utilizados y mantenidos en beneficio de la comunidad universitaria, informando a los organismos respectivos cualquier anomalía.</li><li>3. Solicitar y hacer seguimiento para la provisión de implementos deportivos, con el objeto de que ello no obstaculice el desarrollo de los programas.</li><li>4. Realizar inventario periódico de elementos deportivos de propiedad de la Universidad.</li><li>5. Coordinar el uso de escenarios deportivos para cada una de las actividades.</li></ol>
--	---

	<p>6. Publicar y hacer seguimiento a la programación de eventos deportivos y/o recreativos, e informar sobre los resultados al Director/Jefe.</p> <p>7. Mantener informada a la Jefatura de Bienestar Universitario sobre las actividades desarrolladas y las posibilidades que se presenten en su área o procedimiento</p> <p>8. Presentar a la Jefatura de Bienestar Universitario, el Plan anual de acciones y el presupuesto para las mismas en desarrollo de los Programas y planes proyectados.</p> <p>9. Presentar proyectos y sugerencias que ayuden al mejor funcionamiento del área o procedimiento.</p> <p>10. Efectuar la inscripción para los campeonatos deportivos, internos o interuniversitarios, que se requieran.</p> <p>11. Organizar eventos tendientes a la observación ecológica, con miras a crear en la comunidad una actitud reflexiva hacia el medio ambiente.</p> <p>12. Organizar eventos recreativos para los diferentes estamentos de la comunidad, en especial los orientados al uso amable del tiempo libre.</p> <p>13. Las demás que le sean asignadas por el Presidente, el Director/ Jefe inherentes a su cargo y de conformidad con el presente Acuerdo.</p>
<p>UNIVERSIDAD SANTO TOMAS</p> <p><i>Proyecto Educativo Institucional, PEI (Bienestar Institucional y comunitario)</i></p>	<p>El Departamento investiga las necesidades y expectativas de los miembros de la comunidad universitaria, con el fin de establecer las prioridades en el diseño y ejecución de su plan de acción, a mediano y largo plazo.</p> <p>católica Desarrollo integral del estudiante Promoción de la cultura desde lo artístico</p> <p>9.5 política de bienestar físico y recreativo.</p>

	<p>La USTA ha avanzado notablemente en el campo recreativo con el diseño de programas específicos, gimnasios y polideportivos, tanto en las seccionales como en la sede central. Estos polideportivos o campus poli funcionales ofrecen, por su extensión, estructura y dotación, toda la gama de los deportes básicos.</p>
<p><b>CORPORACIÓN UNIVERSITARIA MINUTO DE DIOS-UNIMINUTO</b></p> <p><i>Documento Oficial Dirección de Primer Año-MAIE</i></p>	<p><b>DESARROLLO DEPORTIVO OBJETIVO</b></p> <p>Promover la actividad física a través de la cual se busca mejorar y potenciar las habilidades motrices de los estudiantes, favoreciendo su formación integral, desde programas, proyectos, actividades y servicios.</p> <p>a) Talleres, electivas y selecciones deportivas.</p> <p>En esta área, la comunidad universitaria tiene la posibilidad de participar en los diferentes talleres que les permite desarrollar sus cualidades motrices en un deporte específico según sus preferencias y fomentar la práctica continua de la actividad física como medio para generar hábitos y estilos de vida saludable siendo parte de su proceso de formación integral y académica; de acuerdo con su desempeño pueden ser parte de las selecciones deportivas que compiten a nivel externo con otras universidades a través de la RED OUN, Grupo Universitario CERROS, ASCUN o empresas y a nivel nacional con las sedes del Sistema UNIMINUTO, en las olimpiadas que se realizan cada dos años.</p> <p>Como una alternativa para completar los créditos académicos se ofrecen Electivas deportivas en coordinación con el Programa de la Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deporte, con 2 créditos a partir de segundo semestre.</p> <p>Adicionalmente, para fomentar la integración de la comunidad universitaria y la práctica deportiva, se realizan torneos internos cada semestre y en periodos inter semestrales.</p> <p>Para garantizar el fortalecimiento de esta área en el desarrollo integral de la comunidad, UNIMINUTO hace parte de la RED de Organización de Universidades del Norte (REDOUN), Grupo</p>

	<p>Universitario CERROS y Asociación Colombiana de Universidades ASCUN conformada por las diferentes universidades de Bogotá, unidas por el bienestar. Con estas redes se desarrollan actividades deportivas, lúdicas, recreativas, deformación, sensibilización en salud, y culturales, con el objetivo de integrarlas comunidades universitarias.</p> <p>Talleres y selecciones deportivas categoría femenino – masculino</p> <p>Fútbol, Futsala, Voleibol, Baloncesto, Taekwondo, Taekwondo infantil, Karate.</p> <p>Salsa, Porras, Acondicionamiento físico, Ajedrez, Ultimate, Tenis de mesa.</p> <p>Deportes para administrativos y profesores: fútbol, futsala, tenis de mesa, squash, bolos.</p> <p>Caminata Ecológica Oxigénate.</p> <p>Para integrar la familia UNIMINUTO se realizan caminatas mensuales donde pueden asistir estudiantes, profesores, funcionarios administrativos y sus familias</p>
<p>CORPORACIÓN UNIVERSITARIA CENDA</p> <p><i>Programa de Bienestar Universitario</i></p>	<p><b>Recreodeportivas:</b> conformada por actividades para favorecer el esparcimiento, conservación de la salud, mejoramiento de la calidad de vida y una utilización racional y formativa del tiempo libre, logrando la participación e integración de toda la comunidad Cendista.</p> <p><b>Culturales:</b> Crear procesos de sensibilización cultural de la comunidad universitaria.</p> <p>a) Mejoramiento de los espacios deportivos, organización de eventos, salas de recreación e integración estudiantil y profesoral.</p> <p>Promover la recreación deportiva y las diferentes actividades artísticas, orientadas a complementar el desarrollo físico y estético</p>

	<p><b>Recreación y Deporte:</b> Desarrolla actividades para favorecer el esparcimiento, conservación de la salud, mejoramiento de la calidad de vida y una utilización racional y formativa del tiempo libre, logrando la participación e integración de toda la comunidad Cendista.</p> <p>Estrategias:</p> <p>Deporte formativo: programación de diferentes cursos de formación en diferentes modalidades deportivas con base en un diagnóstico previo de los intereses y necesidades de la comunidad educativa.</p> <p>Deporte recreativo: Conformación de los diferentes equipos deportivos institucionales con la participación de los estudiantes de pregrado, egresados, empleados y profesores, para participar en torneos universitarios locales, distritales o nacionales.</p> <p>Actividades complementarias: fomentar la participación y sensibilización de la comunidad educativa en diferentes programas como Muévete Bogotá del IDRD, pausas activas, salidas ecológicas.</p> <p><b>Cultura:</b> crea procesos de sensibilización cultural de la comunidad universitaria.</p> <p>Estrategias:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>a) Programación de cursos y talleres.</li> <li>b) Consolidación del grupo de teatro mediante el montaje de obras.</li> <li>c) Realización de feria y eventos: lunadas y conciertos, entre otros.</li> <li>d) Programación de conferencias y tertulias.</li> <li>e) Conformación de grupos de estudio (cine, literatura, música, etc.).</li> <li>f) Fomento de la cultura ambiental.</li> <li>g) Desarrollo de cine foros.</li> </ol> <p>Conformación de grupos artísticos (danzas, coro, etc.).</p>
--	---

<p>PLAN NACIONAL DE RECREACIÓN</p>	<p>Las personas que viven en la periferia, no se recrean en clubes o paraísos, como expresó una persona mayor de la Guajira: Transformaciones que se requieren en los territorios.</p> <p>CRITERIOS DE INCLUSIÓN.</p> <p>Recreación para generar transformaciones sociales, económicas, educativas, culturales y sociales.</p> <p>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 sico-biológica.</p> <p>Consideramos que el tiempo libre es un concepto producto de la fragmentación de los tiempos cotidianos de los seres humanos. Aquí se plantea que este supera la medición dada por el calendario y el reloj que ha dado origen a los estudios de</p> <p>“administración del tiempo”, consideramos que este se resignifica como un tiempo para ser uno mismo y/o en relación con los otros, como una “vivencia de disfrute, creación y libertad”, que trasciende las dimensiones tiempo-espacio en concreto. (P. 12)</p> <p>Se trata de un tiempo espacio donde sus fines pueden tener para el sujeto una intencionalidad pedagógica, o puede vivirse por sí misma para el disfrute. Por ello planteamos que más que hablar de una actividad <i>lúdica</i>, esta última se asume con una dimensión de la vida de grupos humanos y sujetos, que en con el conjunto de sus facultades (cognitiva, afectiva, axiológica, comunicativa), significa la relación de <i>disfrute</i> de los seres humanos con el mundo, el conocimiento y los acontecimientos de su vida.</p>
------------------------------------	---

	<p>Así la actividad es la mediadora, implica no solo el movimiento físico, sino todo el movimiento en sí del sujeto, que en virtud de sus necesidades de <i>ser</i> puede tener múltiples expresiones (social, festiva, cultural, ir a cine, leer, jugar, espiritual) es decir, no se agota en el juego; los sujetos se constituyen en constructores de cultura. (p.12)</p>
--	---

#### TRIANGULACION:

##### *5.1.1 Concepto de Tiempo Libre de cada una de las Universidades.*

Para desarrollar esta fase de triangulación, en primer momento se deduce a partir de los resultados conseguidos respecto al Tiempo Libre según la universidad y el bienestar universitario, ninguna de las universidades dentro de sus lineamientos y marco conceptual tienen una definición propia de tiempo libre, por ello se conceptualiza de acuerdo a lo investigado y analizado.

#### Universidad Libre De Colombia

De acuerdo al almacenamiento de información, y su análisis, se conceptualiza el Tiempo Libre como es el espacio de una comunidad, utilizado para el goce y placer, ejecutando actividades que fortalezcan el desarrollo humano y desarrollo integral tanto psicológico como físico siendo este el espacio para interactuar entre sí y con la comunidad, además de eso genera distracción apartando al sujeto de su zona de obligaciones.

#### Universidad Santo Tomas

Para la universidad santo tomas no es claro el Tiempo Libre, simplemente desarrollan actividades de entretenimiento y explotación de habilidades, de lo contrario se deduce que el tiempo libre es el momento donde el sujeto explota habilidades de manera idónea, desarrollando competencias, con el fin de entretener y mejorar su calidad de vida.

#### Corporación Universitaria Minuto De Dios- Uniminuto

La Universidad Minuto de Dios- Uniminuto, tiene y genera talleres que dan evolución y corrección al ser humano, para ser modelo de una sociedad ejemplar, el crecimiento deportivo, de salud y ambiental son factores relevantes y trabajados en tiempos libres y de ocio, por tal motivo se concluye, que el Tiempo Libre es el tiempo de ser uno mismo sin condiciones ni obstáculos, en conjunto de otros sujetos con aspectos y características similares, generando ideas conocimiento y construcción de procesos para el desarrollo humano y social, el Tiempo Libre es propiamente administrado y regulado por el sujeto y genera dentro de este espacio situaciones de mejora para el futuro y la conservación de la vida humana.

#### Corporación Universitaria CENDA

El Tiempo Libre para esta corporación se dirige a la oportunidad de generar espacios para el desarrollo de procesos de sensibilización cultural, recreativa y deportiva para una

EL TIEMPO LIBRE EN EL BIENESTAR UNIVERSITARIO FRENTE AL PLAN  
NACIONAL DE RECREACIÓN 2013-2019

comunidad, explorando caminos de liderazgo en sus zonas de confort, para el placer individual y colectivo.

*5.1.2 Comparación del Concepto de Tiempo Libre de las universidades Frente al Concepto del Plan Nacional de Recreación 2013-2019.*

Teniendo en cuenta que las universidades no maneja un concepto propio de Tiempo Libre, pero si se intuye y conceptualiza a través de los lineamientos como lo desarrollan, se puede comparar frente al concepto manejado en el Plan nacional de Recreación 2013-2019, que:

El Plan Nacional de Recreación 2013-2014, y las universidades privadas con afines a la recreación, buscan la formación y el desarrollo del individuo para el enriquecimiento personal y colectivo.

A través del Tiempo Libre se busca que las actividades pueden ser mediadoras para el desarrollo de las múltiples expresiones (sociales culturales, espirituales y deportivos).

Aunque en el Plan Nacional de Recreación 2013-2019, en su concepto nombra que el Tiempo Libre tiene como función la diversión, muchas de las universidades dejan de lado esto y desarrollan actividades deportivas, como por ejemplo torneos, que permiten que los estudiantes se centren solo en la competición y se olviden del goce y el esparcimiento que se debe generar a través de estas actividades.

### *5.1.3 Conceptos confrontados con el Marco Teórico*

Teniendo claro cómo ven las universidades el concepto o el desarrollo en este caso del Tiempo Libre, al compararlo con lo que dice (Piazzese, Sf), quien dice que el "Tiempo Libre es una paradoja, ya que aunque debería ser autónomo y utilizado para sí mismo, depende de terceras personas y es dominado por el consumismo". Por este motivo el interés y el aprovechamiento del Tiempo Libre ya no es tan propio, ya que bajo las expresiones de cultura y el deporte, la sociedad satisface sus placeres y actividades, pero siguen siendo dirigidas.

Esto sucede en las universidades ya que terceras personas, en este caso Bienestar Universitario, es el que busca que los jóvenes aprovechen el Tiempo Libre en actividades de libre elección, pero al mismo tiempo limitadas.

Por otra parte también podemos comparar con lo dicho por Nuviala, Ruiz & García, (2003), quienes es su concepto permiten conocer que el Tiempo Libre es aquel que se realiza en el periodo que se resta del trabajo y de las obligaciones del ser humano, esto confrontado con lo dicho en el Plan Nacional de Recreación 2013-2019 y con las deducciones de las universidades permite conocer que los jóvenes realizan las actividades después de sus obligaciones en este caso, obligaciones estudiantiles y permite el aprovechamiento del Tiempo Libre sin preocupaciones y para la realización se la persona tanto individual como socialmente.

El Bienestar Universitario de todas las instituciones procura el buen uso del Tiempo Libre de toda la comunidad educativa (estudiantes, docentes, administrativos y directivos), por tal razón, se proponen actividades de tipo formativo y deportivo en su mayoría en espacios diferentes a los horarios académicos o laborales.

Las actividades de tipo formativo están estrechamente relacionados con los propósitos, misión y visión institucionales, por ende, complementan los saberes propios de los pregrados y fomentan el desarrollo integral del ser humano. En ese mismo sentido los cursos recreo deportivos, utilizan el deporte como medio para favorecer otro tipo de relaciones que potencializan las competencias sociales del hombre.

Cursos, talleres y electivas, son los nombres con los que se clasifican comúnmente. Las electivas, poseen la característica de ser obligatoria y hacen parte de los espacios académicos de los programas. Por otro lado, los cursos y talleres son optativos, es decir, la comunidad educativa participa en ellos sin ningún tipo de presunción de tipo académica o laboral.

De lo anterior, se observan algunas de las particularidades del concepto de Tiempo Libre en cada una de las instituciones de educación superior pero no se define. Los acercamientos al Tiempo Libre son de tipo deductivo, a partir de la teoría que sustenta la investigación pero no es claro y visible.

Las propuestas que surgen desde el bienestar universitario son de tipo recreativo aunque es evidente que el deporte se roba el protagonismo dejando de lado la diversión y procurando la consecución de logros en los diferentes grupos o asociaciones de educación superior. Por otro

lado es evidente la separación de lo cultural de la recreación dejando ese espacio como uso exclusivo de lo artístico.

Es claro que el único espacio y más recurrente para estas prácticas, es lo deportivo, al cual se le da un valor elevado dentro de toda su gestión, ya sea de carácter formativo o competitivo. Los deportes que se practican son los tradicionales o comunes: baloncesto, voleibol y futbol.

EL TIEMPO LIBRE EN EL BIENESTAR UNIVERSITARIO FRENTE AL PLAN  
NACIONAL DE RECREACIÓN 2013-2019

## 6. Conclusiones

Desde el análisis documental se puede afirmar que la intención es brindar herramientas diferentes a los saberes propios de los pregrados enfocados a enriquecer a los estudiantes en sus relaciones con sí mismos y los otros.

Las actividades que se ofertan y desarrollan en el bienestar universitario de las 4 instituciones de educación superior, se denominan: talleres, cursos o electivas. Muchos de estos son de tipo deportivo con un enfoque recreativo o competitivo. En ese mismo sentido, algunas universidades promueven la diversión y otras procuran la consecución de logros en los diferentes grupos o asociaciones.

De lo anterior y en relación con el Plan Nacional de Recreación 2013- 2019, el bienestar universitario pretende la formación integral de sus estudiantes y mejorar su calidad de vida (en algunos casos) pero limitan las posibilidades considerando que lo deportivo es la opción más recurrente.

Las actividades que se plantean para el aprovechamiento del Tiempo Libre desde el bienestar universitario procuran atender las necesidades de la comunidad académica.

### 7. Prospectiva (Devolución creativa)

El proyecto hace parte del semillero de recreación, como el desarrollo de un primer momento en donde solo se analizaron los documentos que constituyen y fundamentan el bienestar universitario. Paso seguido el semillero pretende observar el impacto de las actividades, el tipo de profesional que trabaja en este proceso y por ultimo hacer una propuesta desde la recreación con profesionales afines al área con el fin de apoyar de manera teórica y práctica este espacio académico.

## Referencias bibliográficas

- Bernal, C. (2000). *Metodología de la investigación para Administración y Economía*. Pearson Educación de Colombia. Recuperado de [http://books.google.com.co/books?id=h4X\\_eFai59oC&pg=PA231&dq=Metodolog%C3%ADa+dela+investigaci%C3%B3n+para+Administraci%C3%B3n+y+Econom%C3%ADa.+Pearson+Educaci%C3%B3n+de+Colombia.+Bogot%C3%A1&hl=es&sa=X&ei=EuZKVLrLM467ggTX1YCYBg&ved=0CB0Q6AEwAA#v=onepage&q=Metodolog%C3%ADa%20dela%20investigaci%C3%B3n%20para%20Administraci%C3%B3n%20y%20Econom%C3%ADa.%20Pearson%20Educaci%C3%B3n%20de%20Colombia.%20Bogot%C3%A1&f=false](http://books.google.com.co/books?id=h4X_eFai59oC&pg=PA231&dq=Metodolog%C3%ADa+dela+investigaci%C3%B3n+para+Administraci%C3%B3n+y+Econom%C3%ADa.+Pearson+Educaci%C3%B3n+de+Colombia.+Bogot%C3%A1&hl=es&sa=X&ei=EuZKVLrLM467ggTX1YCYBg&ved=0CB0Q6AEwAA#v=onepage&q=Metodolog%C3%ADa%20dela%20investigaci%C3%B3n%20para%20Administraci%C3%B3n%20y%20Econom%C3%ADa.%20Pearson%20Educaci%C3%B3n%20de%20Colombia.%20Bogot%C3%A1&f=false)
- Ceballos, A. *Control del tiempo: la organización social del tiempo*. Recuperado de <http://www.ub.edu/iafi/Membres/DCeballos/Control%20del%20TIEMPO.pdf>
- COLDEPORTES (2011). *¿Quiénes somos?* Recuperado de <http://www.coldeportes.gov.co/index.php?idcategoria=41474#sthash.UdWSk3MJ.dpu>
- Consejo Nacional para educación superior (CESU), Recuperado de <http://www.dialogoeducacionsuperior.edu.co/1750/w3-propertyname-2942.html>,
- Corporación Universitaria CENDA. *Logo CENDA*. Recuperado de <http://aciup.com/universidad/corporacion-universitaria-cenda/>
- Corporación Universitaria CENDA. *¿Quiénes Somos?* Recuperado de [http://www.cenda.edu.co/index.php?option=com\\_content&view=article&id=1&Ite12](http://www.cenda.edu.co/index.php?option=com_content&view=article&id=1&Ite12)
- Corporación universitaria Minuto de Dios- Uniminuto. *Logo Uniminuto* Recuperado de <http://notilineallanos.blogspot.com/p/manual-de-imagen-corporativa.html?view=flipcard>

Corporación universitaria Minuto de Dios. *Historia*. Recuperado de

<http://www.uniminuto.edu/historia>

Corporación universitaria Minuto de Dios. *Pensum Licenciatura en Educación Física,*

*recreación y deportes*. Recuperado de [http://www.uniminuto.edu/-/licenciatura-en-](http://www.uniminuto.edu/-/licenciatura-en-educacion-fisica-recreacion-y-deporte-en%20bogota?redirect=http%3A%2F%2Fwww.uniminuto.edu%2Fbogota%3Fp_p_id%3D101_INSTANCE_WUMMHGlpJt2%26p_p_lifecycle%3D0%26p_p_state%3Dnormal%26p_p_mode%3Dview%26p_p_col_id%3Dcolumn-2%26p_p_col_pos%3D2%26p_p_col_count%3D3)

[educacion-fisica-recreacion-y-deporte-](http://www.uniminuto.edu/-/licenciatura-en-educacion-fisica-recreacion-y-deporte-en%20bogota?redirect=http%3A%2F%2Fwww.uniminuto.edu%2Fbogota%3Fp_p_id%3D101_INSTANCE_WUMMHGlpJt2%26p_p_lifecycle%3D0%26p_p_state%3Dnormal%26p_p_mode%3Dview%26p_p_col_id%3Dcolumn-2%26p_p_col_pos%3D2%26p_p_col_count%3D3)

[en%20bogota?redirect=http%3A%2F%2Fwww.uniminuto.edu%2Fbogota%3Fp\\_p\\_id%3D101\\_INSTANCE\\_WUMMHGlpJt2%26p\\_p\\_lifecycle%3D0%26p\\_p\\_state%3Dnormal%26p\\_p\\_mode%3Dview%26p\\_p\\_col\\_id%3Dcolumn-](http://www.uniminuto.edu/-/licenciatura-en-educacion-fisica-recreacion-y-deporte-en%20bogota?redirect=http%3A%2F%2Fwww.uniminuto.edu%2Fbogota%3Fp_p_id%3D101_INSTANCE_WUMMHGlpJt2%26p_p_lifecycle%3D0%26p_p_state%3Dnormal%26p_p_mode%3Dview%26p_p_col_id%3Dcolumn-2%26p_p_col_pos%3D2%26p_p_col_count%3D3)

[2%26p\\_p\\_mode%3Dview%26p\\_p\\_col\\_id%3Dcolumn-](http://www.uniminuto.edu/-/licenciatura-en-educacion-fisica-recreacion-y-deporte-en%20bogota?redirect=http%3A%2F%2Fwww.uniminuto.edu%2Fbogota%3Fp_p_id%3D101_INSTANCE_WUMMHGlpJt2%26p_p_lifecycle%3D0%26p_p_state%3Dnormal%26p_p_mode%3Dview%26p_p_col_id%3Dcolumn-2%26p_p_col_pos%3D2%26p_p_col_count%3D3)

[2%26p\\_p\\_col\\_id%3Dcolumn-](http://www.uniminuto.edu/-/licenciatura-en-educacion-fisica-recreacion-y-deporte-en%20bogota?redirect=http%3A%2F%2Fwww.uniminuto.edu%2Fbogota%3Fp_p_id%3D101_INSTANCE_WUMMHGlpJt2%26p_p_lifecycle%3D0%26p_p_state%3Dnormal%26p_p_mode%3Dview%26p_p_col_id%3Dcolumn-2%26p_p_col_pos%3D2%26p_p_col_count%3D3)

[2%26p\\_p\\_col\\_pos%3D2%26p\\_p\\_col\\_count%3D3](http://www.uniminuto.edu/-/licenciatura-en-educacion-fisica-recreacion-y-deporte-en%20bogota?redirect=http%3A%2F%2Fwww.uniminuto.edu%2Fbogota%3Fp_p_id%3D101_INSTANCE_WUMMHGlpJt2%26p_p_lifecycle%3D0%26p_p_state%3Dnormal%26p_p_mode%3Dview%26p_p_col_id%3Dcolumn-2%26p_p_col_pos%3D2%26p_p_col_count%3D3)

Duran, S., Guevara, D. & Valencia, S. (2010). *Consumo Cultural Universitario*. (Tesis

Pregrado). Universidad Sergio Arboleda, Bogotá, Colombia. Recuperado de

[http://www.usergioarboleda.edu.co/bienestar/DOCUMENTO\\_SEMILLERO\\_C%20CUL](http://www.usergioarboleda.edu.co/bienestar/DOCUMENTO_SEMILLERO_C%20CULTURAL%20Final.pdf)

[TURAL%20Final.pdf](http://www.usergioarboleda.edu.co/bienestar/DOCUMENTO_SEMILLERO_C%20CULTURAL%20Final.pdf)

Elizalde, R. (2010). Resignificación del ocio: aportes para un aprendizaje transformacional.

*Revista de la Universidad Bolivariana*. Volumen 9. (25). P. 441 Recuperado de

<http://www.scielo.cl/pdf/polis/v9n25/art26.pdf>

Fundación Colombiana de Tiempo Libre y Recreación - FUNLIBRE 1988 – 2006. Recuperado

de <http://www.funlibre.org/documentos/>

Gutiérrez, J. & Agudelo, J. (2013). *Preferencias deportivas de la comunidad estudiantil: el caso*

*de la Universidad de Antioquia*. Universidad de Antioquia, Medellín, Colombia.

Recuperado de

[http://aprendeonline.udea.edu.co/revistas/index.php/educacionfisicaydeporte/article/vie](http://aprendeonline.udea.edu.co/revistas/index.php/educacionfisicaydeporte/article/viewFile/1267/15584)

[wFile/1267/15584](http://aprendeonline.udea.edu.co/revistas/index.php/educacionfisicaydeporte/article/viewFile/1267/15584)

Hernández, A. (2000, Julio). Acerca del ocio, del tiempo libre y de la animación sociocultural.

*Revista Digital EFD Deportes*. (23). Recuperado de

<http://www.efdeportes.com/efd23/ocio.htm>

Hernández, A & Morales, V. (2008, Diciembre). Una revisión teórica: ocio, tiempo libre y

animación sociocultural. *Revista Digital EFD Deportes*. (127). Recuperado de

<http://www.efdeportes.com/efd127/una-revision-teorica-ocio-tiempo-libre-y-animacion-sociocultural.htm>

Izuzquiza, D. (2000). *El ocio en las personas con síndrome de Down*. (Tesis Doctoral).

Universidad Complutense de Madrid, Madrid, España. Recuperado de

<http://biblioteca.ucm.es/tesis/edu/ucm-t24821.pdf>

Juliao, C. (2011). *El enfoque praxeológico*. Recuperado de

<http://repository.uniminuto.edu:8080/jspui/bitstream/10656/1446/3/El%20Enfoque%20Praxeologico.pdf>

Lasso, P. (2005). *Tiempo Social, Velocidad Cultural - 1era parte*. Recuperado de

[http://www.mktglobal.iteso.mx/index.php?option=com\\_content&view=article&id=292&Itemid=121](http://www.mktglobal.iteso.mx/index.php?option=com_content&view=article&id=292&Itemid=121)

Ley 30, (Ley de Educación Superior).1992 Artículo 117. Recuperado de

[http://www.mineducacion.gov.co/sistemasdeinformacion/1735/articles-211884\\_Ley\\_30.pdf](http://www.mineducacion.gov.co/sistemasdeinformacion/1735/articles-211884_Ley_30.pdf)

Ley 30, (Ley de Educación Superior).1992. Art.118. Recuperado de

<http://www.alcaldiabogota.gov.co/sisjur/normas/Norma1.jsp?i=253>, revisado 15 de septiembre de 2014)

- Ley 30, (Ley de Educación Superior).1992. Art. 119. Recuperado de <http://www.alcaldiabogota.gov.co/sisjur/normas/Norma1.jsp?i=253>, revisado 15 de septiembre de 2014)
- Ley115, (Ley general de Educación).1994 Recuperado de (<http://www.alcaldiabogota.gov.co/sisjur/normas/Norma1.jsp?i=292>)
- Ley 181, (Ley del Deporte).1995. Art. 1. Recuperado de (<http://coldeportes.gov.co/coldeportes/?idcategoria=48993>, revisado 13 de septiembre de 2014).
- Ley 181, (Ley del Deporte).1995. Art. 9.p.p. 4. Recuperado de [http://www.mineducacion.gov.co/1621/articles-85919\\_archivo\\_pdf.pdf](http://www.mineducacion.gov.co/1621/articles-85919_archivo_pdf.pdf). Revisado el 13 de septiembre de 2014
- Marín, R. (2002). *La práctica de la recreación como alternativa para ocupar el tiempo libre del adulto mayor*. (Tesis de Maestría). Universidad Autónoma de Nuevo León, Monterrey, México. Recuperado de <http://eprints.uanl.mx/2606/1/1080089547.PDF>
- Mendoza, R. (2006). Investigación cualitativa y cuantitativa - Diferencias y limitaciones. Recuperado de <https://www.prospera.gob.mx/Portal/work/sites/Web/resources/ArchivoContent/1351/Investigacion%20cualitativa%20y%20cuantitativa.pdf>
- Meneses, M. & Monge, M. (1999, Diciembre). Educación Física y Recreación. Dos carreras diferentes, pero complementarias. *Revista Costarricense de Salud Pública*. (20). Recuperado de [http://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1409-14291999000200003&lang=pt](http://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1409-14291999000200003&lang=pt)
- Moreno, J. & Rodríguez, P. (1995). *Las actividades físicas en la Naturaleza a través del ocio, la Recreación y la educación: un nuevo Paradigma de actuación del especialista en*

*educación física. Recuperado de*

<http://servicios2.abc.gov.ar/lainstitucion/sistemaeducativo/educacionfisica/materialdeconsulta/documentosdescarga/educacionysalud/ociorecreacionunivmurcia.pdf>

Muñoz, I & Salgado, P. (2006, Noviembre). Ocupaciones de tiempo libre: Una aproximación desde la perspectiva de los ciclos vitales, desarrollo y necesidades humanas. *Revista Académica Universidad de Chile*. Recuperado de

<http://www.revistas.uchile.cl/index.php/RTO/article/viewFile/110/95>

Nuviala, A., Ruíz, F., & García, E., (2003). Tiempo libre, ocio y actividad física en los Adolescentes. La influencia de los padres. *Revista Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*. (6). Recuperado de

<http://ruizjuan.retos.org/pdf/08.pdf>

Plan Nacional de Recreación 2013-2019. Recuperado de

<http://es.slideshare.net/ludicajose/documento-plan-nacional-de-recreacin-2013-2019>

Plan Nacional de Recreación 2013-2019. *Estructura del Plan Nacional de Recreación 2013-2019*. Recuperado de <http://es.slideshare.net/ludicajose/documento-plan-nacional-de-recreacin-2013-2019>

Piazzze, J. *La paradoja del tiempo libre*. Recuperado de

<http://serbal.pntic.mec.es/~cmunoz11/adorno.pdf>

Rivas, J. & Matos, M. (2010, Noviembre). Estrategia físico recreativa para el empleo del tiempo libre en adolescentes de 12-14 años del sector los Próceres, en la parroquia Barinitas del municipio Bolívar del Estado Barinas. *Revista Digital EFD Deportes*. (150). Recuperado de <http://www.efdeportes.com/efd150/estrategia-fisico-recreativa-para-adolescentes.htm>

Rodríguez, J. & Agullo, E. (2002). *Psicología social y ocio: una articulación necesaria*. *Revista Psicothema*. Volumen 14. (1). Recuperado de <http://www.psycothema.com/pdf/696.pdf>

Rodríguez, P, & Moreno, J. (1995). *Perspectivas de actuación en educación física*. Recuperado de

[https://www.google.com.co/search?tbm=bks&hl=es&q=Perspectivas+de+actuaci%C3%B3n+en+educaci%C3%B3n+f%C3%ADsica&gws\\_rd=ssl](https://www.google.com.co/search?tbm=bks&hl=es&q=Perspectivas+de+actuaci%C3%B3n+en+educaci%C3%B3n+f%C3%ADsica&gws_rd=ssl)

Rodríguez, P, & Moreno, J. (1995). *Perspectivas de actuación en educación física*. (Objeto de la pedagogía del ocio). Recuperado de

[https://www.google.com.co/search?tbm=bks&hl=es&q=Perspectivas+de+actuaci%C3%B3n+en+educaci%C3%B3n+f%C3%ADsica&gws\\_rd=ssl](https://www.google.com.co/search?tbm=bks&hl=es&q=Perspectivas+de+actuaci%C3%B3n+en+educaci%C3%B3n+f%C3%ADsica&gws_rd=ssl)

Universidad Libre de Colombia. *Historia*. Recuperado de

<http://www.unilibre.edu.co/index.php/la-universidad/noticias/7-historia>

Universidad Libre de Colombia. *Licenciatura en Educación Básica con Énfasis en Educación Física, Recreación y Deporte*. Recuperado de <http://www.unilibre.edu.co/educacion-fisica/contacto>

Universidad Libre de Colombia. *Logo Universidad Libre*. Recuperado de

<http://www.universitarios.co/tag/universidad-libre>

Universidad Santo Tomas. *Campus Universitario San Alberto Magno*. Recuperado de

<http://www.prousta.com/index.php/nuestraasociacion/galeria/campussanalbertomagno>

Universidad Santo Tomas. *Historia*. Recuperado de

[http://es.wikipedia.org/wiki/Universidad\\_Santo\\_Tom%C3%A1s\\_\(Colombia\)](http://es.wikipedia.org/wiki/Universidad_Santo_Tom%C3%A1s_(Colombia))

Universidad Santo Tomas. *Logo Santo Tomas* Recuperado de <http://rsq.usta.edu.co/index1.cfm>

Thompson, P. (1984). *Tradición, Revuelta y Consciencia de Clase. Estudios sobre la crisis de la sociedad preindustrial*. (pp. 239 – 293). Barcelona: Grijalbo.

Vega, R. (2010). La expropiación del tiempo en el capitalismo actual. *Revista Herramienta*. (51). Recuperado de <http://www.herramienta.com.ar/revista-herramienta-n-51/la-expropiacion-del-tiempo-en-el-capitalismo-actual>

Zubiri, X. (1976). *El concepto descriptivo del tiempo*. Recuperado de <http://www.zubiri.org/works/spanishworks/Conceptodescrip.htm>