

**PRÁCTICAS E IDENTIFICACIÓN DE CONCEPTOS SOCIALES DE TIEMPO  
LIBRE, OCIO Y RECREACIÓN EN LOS ESTUDIANTES DE PREGRADO DE LA  
UNIVERSIDAD CATOLICA POPULAR DEL RISARALDA 2008**

**JOHN JAIRO RESTREPO LADINO**

**UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE PEREIRA  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
PROGRAMA CIENCIAS DEL DEPORTE Y LA RECREACIÓN  
PEREIRA  
2010**



**PRÁCTICAS E IDENTIFICACIÓN DE CONCEPTOS SOCIALES DE TIEMPO  
LIBRE, OCIO Y RECREACIÓN EN LOS ESTUDIANTES DE PREGRADO DE LA  
UNIVERSIDAD CATÓLICA POPULAR DEL RISARALDA 2008**

**JOHN JAIRO RESTREPO LADINO**

**Trabajo de grado para optar al título de  
Profesional en Ciencias del Deporte y la Recreación**

**Director de trabajo de grado  
Mg. Norman Jairo Pachón Villamil**

**UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE PEREIRA  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
PROGRAMA CIENCIAS DEL DEPORTE Y LA RECREACIÓN  
PEREIRA  
2010**



Nota de aceptación:

---

---

---

---

---

---

Firma Presidente del Jurado

---

Firma del Jurado

---

Firma del Jurado



## DEDICATORIA

***“A Dios, a mis padres y a quien me enseñó a amar sin condiciones”***





## TABLA DE CONTENIDO

	Pág.
1 DESCRIPCIÓN DEL PROYECTO.....	25
2 JUSTIFICACIÓN.....	29
2.1 PRODUCTOS E IMPACTOS ESPERADOS .....	30
3 OBJETIVOS.....	32
OBJETIVO GENERAL .....	32
OBJETIVOS ESPECÍFICOS .....	32
4 MARCO REFERENCIAL .....	34
MARCO CONTEXTUAL.....	34
4.1.1 Marco Geográfico.....	34
4.1.2 Marco Demográfico.....	34
4.1.3 Marco Institucional.....	35
4.1.4 Marco Legal.....	40
MARCO TEORICO.....	44
4.1.5 Tiempo Libre .....	45
4.1.6 La temporalidad en el tiempo libre.....	47
4.1.7 Ocio.....	50
4.1.8 Recreación.....	54
4.2.5.1 Tipos de Recreación .....	56
4.2.5.2 Áreas de la Recreación.....	58
4.2.5.3 Beneficios que han sido atribuidos a la Recreación.....	59
PRÁCTICA SOCIAL.....	62
4.1.9 Práctica .....	62
4.1.10 Practicas Sociales .....	65
ESTADO CIENTIFICO ACTUAL .....	67
5 METODOLOGIA.....	70
DISEÑO.....	71
POBLACIÓN Y MUESTRA.....	71
TECNICAS E INSTRUMENTOS .....	74
EVALUACIÓN ÉTICA.....	75
6 RESULTADOS .....	77
ANÁLISIS UNIVARIADO.....	77
6.1.1 Variables Demográficas.....	77
6.1.2 Identificación social de los conceptos.....	78
6.1.3 Prácticas sociales.....	79
6.1.4 Prácticas de ocio y recreación.....	82
6.1.5 Prácticas de Tiempo Libre y Ocio en la Universidad.....	88
ANALISIS COMPARATIVO.....	94
7 DISCUSION.....	96
8 CONCLUSIONES .....	101
9 RECOMENDACIONES.....	105
10 BIBLIOGRAFIA .....	107
ANEXOS.....	109



## **LISTA DE CUADROS**

	Pág
Cuadro 1. El tiempo y sus divisiones.-----	45
Cuadro 2. Clasificación de las actividades realizadas en el tiempo libre.-----	46
Cuadro 3. Características De La Recreación.-----	51
Cuadro 4. Lugar de procedencia de los estudiantes universidad caótica popular del risaralda 2008. -----	73
Cuadro 5. Identificación Social del Concepto. Universidad Católica Popular del Risaralda, 2008. -----	74
Cuadro 6. Prácticas Sociales de los Estudiantes de la Universidad Católica Popular del Risaralda, 2008. -----	75
Cuadro7. Uso del Tiempo Libre Cultural Social. Fundación Universidad Católica Popular del Risaralda. Pereira, 2008. -----	76
Cuadro 8. Lugares Esparcimiento. Universidad Católica Popular del Risaralda. Pereira, 2008. -----	77
Cuadro 9. Otros Procesos Académicos. Universidad Católica Popular del Risaralda. Pereira, 2008. -----	77
Cuadro 10. Actividades Laborales. Universidad Católica Popular del Risaralda. Pereira, 2008. -----	78
Cuadro 11. Prácticas de Ocio y Recreación. Universidad Católica Popular del Risaralda, 2008. -----	78
Cuadro 12. Otras Opciones de Recreación. Universidad Católica Popular del Risaralda, 2008 -----	79
Cuadro 13. Actividad Física y/o Deporte. Universidad Católica Popular del Risaralda. Pereira, 2008.-----	81
Cuadro 14. Grupos Artísticos. Universidad Católica Popular del Risaralda, 2008. -----	83
Cuadro 15. Voluntariados. Universidad Católica Popular del Risaralda. Pereira, 2008.-----	83

Cuadro 16. Tiempo Libre al Interior de la Universidad. Universidad Católica Popular del Risaralda, 2008. -----	84
Cuadro 17. Espacios que Utiliza en la Universidad. Universidad Católica Popular del Risaralda. Pereira, 2008. -----	86
Cuadro 18. Compañía Dentro de la Universidad. Universidad Católica Popular del Risaralda. Pereira, 2008. -----	89
Cuadro 19. En que momentos hace uso de su tiempo libre. Universidad Católica Popular del Risaralda. Pereira, 2008.-----	89
Cuadro 20. Comparación representación social del concepto, entre universidad pública (Universidad Tecnológica de Pereira) y universidades privadas (Fundación Universitaria del Área Andina y Universidad Católica Popular del Risaralda). Pereira, 2008. -----	90

## LISTA DE GRÁFICAS

Pag

- Gráfica 1. Representación social del Concepto.  
Población Estudiada. Universidad Católica Popular del Risaralda. 2008. -----74
- Gráfica 2. Representación Legal del Concepto.  
Población Estudiada. Universidad Católica Popular del Risaralda. 2008. -----76
- Gráfica 3. Uso del Tiempo Libre Cultural Social.  
Población Estudiada. Universidad Católica Popular del Risaralda. 2008. -----79
- Gráfica 4. Prácticas de Ocio y Receración.  
Población Estudiada. Universidad Católica Popular del Risaralda. 2008. -----80



## LISTA DE FIGURAS

**Pág.**

Figura 1. Relación Recreación, Ocio, Tiempo Libre y Prácticas sociales.....41





## LISTA DE ANEXOS

Pág.

*Anexo A. Instrumento utilizado, adaptado de la investigación identificación de Conceptos y Prácticas Sociales de Tiempo Libre, Ocio y Recreación en los Estudiantes de Pregrado de la Fundación Universitaria del Área Andina. ----- 105*

*Anexo B. Instrumento recomendado a partir de las modificaciones de la investigación “ Identificación de conceptos y prácticas sociales de tiempo libre, ocio y recreación de los estudiantes de pregrado diurno de la fundación universitaria del área andina 2008”.-----109*

*Anexo C. Carta de solicitud de permiso, dirigida al Director de proyecto de vida Fabián Morales Quiceno, para la realización del proyecto de investigación “Prácticas e identificación de conceptos sociales de Tiempo Libre, Ocio y Recreación de los Estudiantes de Pregrado de la Universidad Católica Popular del Rirasalda, Pereira 2008”----- 113*

*Anexo D. Programas que ofrece a los estudiantes el área de proyecto de vida de la Universidad Católica Popular del Risaralda-----114*



## RESUMEN

El ser humano debe ser visto de forma integral y ayudan a esto la recreación, el ocio y el tiempo libre, como componentes de su formación, es por esto que se debe seguir haciendo énfasis desde las instituciones para su promoción y así lograr alcanzar políticas que promuevan la creación de propuestas que apunten a la satisfacción de estas necesidades y que a demás inviten a la modificación y apropiación de estilos de vida mas saludables. Por lo anterior esta investigación se centra en los jóvenes universitarios y cuyo objetivo general fue Identificar las prácticas y los conceptos sociales de Tiempo Libre, Ocio y Recreación de los estudiantes de pregrado de la Universidad Católica Popular del Risaralda. La recopilación de la información se hizo a través de un instrumento autoaplicado, validado por el Sr. William Martínez, Medico Cirujano y Epidemiólogo de la Facultad de Ciencias de la Salud. El Alpha de Cronbach obtenido por dicho instrumento fue de 0.77 (77%), cifra representativa que permite validar el instrumento. Este instrumento se aplico a una muestra de 333 estudiantes obtenida a través de un muestreo aleatorio simple. Los resultados obtenidos en esta investigación deja ver algunos aspectos relevantes en los estudiantes y en las instituciones. Los estudiantes en su mayoría no coinciden con los conceptos de tiempo libre, ocio y recreación planteados por los autores y la legislación colombiana, también, se evidencio que las primordiales prácticas sociales de los estudiantes de la Universidad Católica Popular del Risaralda son asistir a lugares para el esparcimiento tales como: centros comerciales, bares, cines y discotecas, seguido esto por, pasar el tiempo libre al interior de la universidad compartiendo con amigos, en la biblioteca o navegando en Internet, igualmente los porcentajes obtenidos en otras categorías como la actividad física y la practica de alguna creencia religiosa no igualan los porcentajes anteriores, se observa que si tienen muy buena participación de los estudiante, otras practicas sociales que obtuvieron porcentajes no muy significativos fueron: otros procesos académicos, la actividad laboral y la participación en grupos o voluntariados.

Así pues y teniendo en cuenta que la universidad se convierte en el sitio predilecto por los estudiantes para pasar el tiempo libre se hace necesario fomentar aun mas la creación de estrategias que contribuyan a la formación integral de los estudiantes y dichas estrategias deben contener la recreación, el ocio y el tiempo libre como agentes formadores.

**Palabras claves:** Recreación, ocio, tiempo libre, práctica social, estrategia, formación.



## ABSTRACT

Human being should be seen in an integral way and in this the recreation helps, leisure and free time, as components of its formation, that is why we should continue with emphasis from the institutions for its promotion and in that way reach politics that promotes the creation of proposes that leads to the satisfaction of this necessities and besides invites to the modification and appropriation of healthier life styles. Based on that, this investigation is focused on young university people and aims to identify the social practices and concepts of free time, leisure and recreation of the undergraduates of the Universidad Catolica Popular Del Risaralda. The recompilation of the information was done through an auto applied instrument, validated by Mr. William Martinez, surgeon medic and epidemiologic of the Health Sciences Faculty. The Alpha from Cronbach obtained by such instrument was 0.77 (77%), representative quantity that allows us to validate the instrument. This instrument was applied to a sample of 333 students obtain by a simple random sampler. The obtain results on the investigation let us watch some relevant aspects on the students and institutions. Students do not coincide on the concepts of free time, leisure and recreation traced by the authors and the Colombian legislation, also, it was noticed that the main social practices of the students of the Universidad Catolica Popular De Risaralda are, to assist to recreation places such as: malls, pubs, cinemas and discos, continued by, having free time inside the university sharing with friends, at the library or on the web, likewise the percentages obtained in other categories such as physical activity and practice of religious belief don't equal the percentages above, it is observed that there is a good participation of the students, another social practices that obtained meaningless percentages were: other academicals process, work activity and participation in groups or voluntaries.

Thus, taking into account that the university becomes the favorite place for students to spend free time it is necessary to promote even more the creation of strategies that contributes to integral formation of students and those strategies have to contain recreation, leisure and free time as forming agents.

Key words: recreation, leisure, frees time, social practices, strategy, formation.







## 1 DESCRIPCIÓN DEL PROYECTO

El siguiente trabajo de investigación es un estudio de tipo descriptivo, donde se articulan y se hacen coherentes los campos de conocimiento sobre el tiempo libre, el ocio y la recreación, con los campos específicos de sus prácticas, contribuyendo así a la identificación de problemas en diversos contextos y a encontrar o crear soluciones a partir de procesos de reflexión, pretendiendo con esto identificar las prácticas y los conceptos sociales de tiempo libre, ocio y recreación de los estudiantes de pregrado de la Universidad Católica Popular Del Risaralda, siendo esto el objetivo principal de esta investigación, para conocer cuales son las practicas sociales que manejan los jóvenes universitarios y en que ocupan el tiempo libre, y así dejar un interrogante acerca de las políticas que esta y otras universidades, han implementado en cuanto a la promoción de hábitos y estilos de vida saludables que desde la ley se dicta para con las instituciones de educación superior (Ley 30).

La recreación, el ocio y el tiempo libre son términos que diariamente se escuchan. Pero a ciencia cierta los conceptos no están definidos, se puede pensar que algunas instituciones interpretan los conceptos y desarrollan programas para cumplir con ello o también existe la posibilidad que solo pretendan cumplir con la ley, sin importar la conceptualización que tengan los estudiantes sobre estos términos o peor aun cuales son sus practicas, no se pretende juzgar quien tiene la razón, lo que se pretende es unificar los conceptos y las practicas y a partir de estos desarrollar programas que ayuden al crecimiento integral del ser humano. Para nadie es un secreto que sobre esto, se ha hablado mucho y llegar a un punto de decisión es complicado, el indagar sobre que hacen y piensan los estudiantes universitarios para satisfacer estas necesidades da un punto de partida para crear una solución que a todos deje a gusto, pues, no todos hacen lo mismo en su tiempo libre y no todos tiene los espacios apropiados para hacerlo, además de esto, se le suma la conceptualización de algunos autores que indistintamente hacen sobre la recreación, el ocio y el tiempo libre, obnubilando más la conceptualización que tienen los estudiantes universitarios; haciendo que se relacionen y hagan parte de un todo sin distinguir diferencias puntuales.

Este trabajo de investigación hace parte de la línea de recreación de “Practicas, conceptos y barreras sociales de Recreación, ocio y Tiempo libre”, la cual hace parte del semillero de investigación en Recreación y el Desarrollo Humano y de donde se han desarrollado investigaciones sobre practicas y conceptos sociales de Tiempo Libre, Ocio y Recreación realizadas en la Universidad Tecnológica de Pereira (Gómez y Pérez, 2007) y en la Fundación Universitaria del Área Andina (Arango y cols 2008), concluyeron que existen diferencias significativas entre los conceptos y las practicas sociales de los estudiantes universitarios sobre tiempo libre, ocio y recreación, comparados con la teoría, provocando una confusión aun mayor al identificar las practicas benéficas y/o negativas, de las benéficas y/o positivas.

Se entiende entonces por prácticas benéficas y/o positivas, la fiesta, el descanso, el paseo o la televisión, que fuesen actividades enriquecedoras para el hombre y que socialmente fuesen deseadas, lo que resultaría de un ocio bien orientado, ahora bien, lo que por lo contrario resultaría de un ocio mal orientado serian las practicas benéficas y/o negativas así estas presenten todas las características de las practicas benéficas y/o positivas. (Puig y Trilla) citados por José Fernando Tabares, Conceptos Básicos de Ocio, Recreación Y Tiempo Libre (Funlibre), es decir, utilizar el ocio para ocupar el tiempo libre y para que esto sea posible el ocio debe cumplir con ciertas características como lo son el descanso, la formación, el desarrollo personal y la diversión. Ahora bien los estudiantes universitarios hacen infinidad de prácticas que no están claramente definidas y que no cumplen con estas características lo que supondría que realizan prácticas benéficas y/o negativas sin darse cuenta.

Por lo tanto, es necesario abordar un tema que esta relacionado con lo anteriormente dicho, como lo es la recreación. Hoy por hoy, las concepciones urbanísticas, la industrialización y la tecnología han dejado de lado algunos espacios que se aprovechaban frecuentemente para estas prácticas (programa de desarrollo de la población adulta mayor Recreación y uso del tiempo libre), pero no por esto, se puede excusar el no practicarlas, pues este es un derecho de todos los ciudadanos y así lo contempla la constitución política de Colombia en su artículo 52 junto con otras declaraciones. (Asamblea General de las Naciones Unidas del 10 de diciembre de 1948, en la Declaración Universal de los Derechos). Dejando claro desde lo legal la visión de la recreación, es necesario también su concepción por parte de los estudiantes universitarios ya que se tergiversan sus concepciones acerca de este, es así que este trabajo de investigación quiere analizar las prácticas y los conceptos sociales de tiempo libre, ocio y recreación de los estudiantes universitarios y conocer las diferencias en cuanto a las prácticas y conceptos de los estudiantes con las investigaciones anteriormente realizadas.

Por lo anterior, surge la necesidad de someter a un análisis las prácticas e identificación de los conceptos sociales de tiempo libre, ocio y recreación de los estudiantes de la Universidad Católica Popular del Risaralda, recopilando primero la información mediante un instrumento auto administrado, de fácil comprensión y además con una validez certificada en las anteriores investigaciones, este análisis aborda tres grandes variables como lo son la recreación, el tiempo libre y el ocio y que de los cuales se desprenden subvariables con ítems muy precisos acerca de que actividades y que practicas se realizan en cada uno de estos aspectos y también tiene en cuenta en que espacios se realizan, también si la institución cuenta con la logística adecuada que facilite la practica de estos.

Así pues y de acuerdo con los objetivos de esta investigación se hizo necesario atender esta población para dar soluciones en cuanto a la promoción de hábitos y estilos de vida saludables que desde el área de proyecto de vida de esta universidad manejan para dar respuesta a lo que legalmente implica la recreación, el ocio y el tiempo libre para una institución de educación superior y también permitir que ese bienestar bio-psicosocial se dé desde todas las esferas del desarrollo humano para el estudiante universitario, para esto se realizó un trabajo conjunto con la institución puesto que allí es donde están los estudiantes la mayor parte del tiempo e identificando ¿Cuáles son las prácticas y conceptos sociales de tiempo libre, ocio y recreación de los estudiantes de pregrado de la Universidad Católica Popular del Risaralda?



## 2 JUSTIFICACIÓN

La formación integral del ser humano es parte importante dentro de los procesos educativos. Entiéndase esta, desde todas las perspectivas vistas a partir del desarrollo humano, o sea, desde una mirada multidimensional; según Manfred Max-Neef, el desarrollo integral presenta necesidades humanas como: Afecto, Ocio, Participación, Libertad, Creatividad, Subsistencia, Entendimiento, Identidad y Protección. De acuerdo con esto se deben tener en cuenta cuales deben de ser los factores apropiados para satisfacer estas necesidades para así garantizar el bienestar de las sociedades según sus particularidades y/o preferencias.

Desde allí y siguiendo el pensamiento del autor es de gran interés para esta investigación el ocio, visto como una necesidad humana. La satisfacción de éste, es un indicador indispensable para hablar de calidad de vida en una comunidad, puesto que si una persona no satisface esta necesidad se vera privado del encuentro consigo mismo y con el colectivo, por lo tanto tendrá una calidad de vida baja que se vera reflejada en lo personal y en lo social.

Lo anterior no sólo hace referencia al ocio como única necesidad de este ámbito, también es importante tener en cuenta a la recreación y el tiempo libre como factores indispensables en cuanto a la satisfacción de dichas necesidades humanas. La constitución política de Colombia en su artículo 52 los reconoce como un derecho social e internacionalmente estos también están catalogados como una de las necesidades básicas insatisfechas del ser humano (asamblea general de las naciones unidas AGNU, 1980); lo cual desemboca en un único resultado que es el mejoramiento de la calidad de vida de las sociedades. Es aquí donde se centra gran interés en la comunidad universitaria puesto que el bienestar del estudiante se ha convertido en una prioridad en las instituciones de educación superior, en el afán de brindar una excelente calidad de vida a sus educandos y a la vez crear paradigmas a seguir en cuanto a la apropiación de estilos y hábitos saludables en sus vidas, a partir de programas y actividades que satisfagan las necesidades anteriormente descritas, así como, también la realización e identificación personal y grupal de estos.

Si bien es cierto, estas necesidades son dictaminadas por la ley y la sociedad, se debe mirar de que manera se satisfacen. Es importante aclarar como se interpretan los conceptos de recreación, ocio y tiempo libre por parte de los estudiantes universitarios, pues de esta conceptualización se argumentarían sus prácticas sociales. El contexto en el que se mueven los jóvenes de la Universidad Católica Popular del Risaralda esta atravesado por varias dificultades observándose apatía, aislamiento, confusión, desesperanza y poca participación esto debido a la valoración que la sociedad tiene de los jóvenes universitarios pues a menudo son vistos como problemáticos, peligrosos, causantes de

inestabilidad social, distantes, indiferentes a la realidad y a los conflictos sociales, que desdennan las opciones de participaci3n que las personas adultas les "ofrecen". Estos j3venes universitarios se quejan, por sus condiciones de marginaci3n, control, aislamiento y no reconocimiento. Se sienten compulsivamente observados, y a la vez ignorados en el momento de las decisiones porque no se les reconoce. Esto no es diferente del contexto en el que se encuentra la universidad cat3lica popular del Risaralda a pesar de su car3cter privado sus estudiantes tambi3n se ven relegados o mejor dicho olvidados. Por consiguiente viene una problem3tica aun mayor en cuanto a la educaci3n superior, si bien es cierto los j3venes universitarios van en busca de un mejor futuro lo que se contrarresta con la falta de oportunidades, en nuestra ciudad existe un alto 3ndice de desempleo lo que presupone muy pocas oportunidades para los estudiantes, esto si se piensa en el ejercicio de sus profesiones, ahora bien, la incidencia del car3cter de la educaci3n marca algo de diferencia, lo que puede beneficiar a algunos puede desfavorecer a otros.

Estos j3venes en su tiempo libre est3n rodeados de infinidad de pr3cticas sociales, entre estas esta la drogadicci3n y el alcoholismo como las practicadas en el entorno universitario, algunas de estas son socialmente aceptadas, otras no. El entorno juvenil es algo afligido pues la pr3ctica que se elija es de car3cter voluntario, se pueden elegir las practicas positivas o las negativas, lo que hay que hacer es ocupar su tiempo, pensar3n los estudiantes. Como alternativa a esta problem3tica se encuentran las practicas sociales de recreaci3n, ocio y tiempo libre, entendidas como todas las actividades que realizan los estudiantes de manera interesada o desinteresada bien sea para divertirse, entretenerse, desaburrirse o simplemente como un pasatiempo y, que a la vez puede contribuir a su desarrollo biopsicosocial en dependencia del sujeto mismo y de las practicas que haga parte. Por lo anterior decir en cuales de esas practicas sociales los estudiantes encuentran la satisfacci3n de esas necesidades, o mejor dicho, en que actividades ocupan su tiempo libre, as3 como tambi3n cual es la conceptualizaci3n de estos; es el objetivo principal de esta investigaci3n.

As3 las cosas lo fundamental es identificar y analizar que tipos de conceptos y practicas sociales tienen los estudiantes acerca de la recreaci3n, el ocio y el tiempo libre, para poder llegar a concluir si estas son ben3ficas o no y si cumplen con la finalidad que llevan impl3citas en el campo del desarrollo humano y por lo tanto asegurar que los programas que tiene el 3rea de proyecto de vida de la universidad cat3lica popular del Risaralda sean asertivos y satisfactorios para sus estudiantes.

## **2.1 PRODUCTOS E IMPACTOS ESPERADOS**

Los productos e impactos esperados en esta investigaci3n es la realizaci3n de la misma, con sus respectivos resultados aportando a la generaci3n de conocimiento en cuanto a la informaci3n completa y precisa acerca de los conceptos y las

prácticas sociales de ocio, recreación y tiempo libre de los estudiantes de pregrado de la universidad Católica Popular del Risaralda.

Por otro lado cabe destacar que esta investigación es realizada en el marco de la línea de investigación en recreación que tiene el programa Ciencias del Deporte y la Recreación, coadyuvando así a una mayor consolidación de la línea de investigación a la vez que forma a los estudiantes en el ámbito investigativo, fortaleciendo la capacidad científica nacional.

La universidad católica popular del Risaralda estará segura de guiar sus programas en el contexto adecuado ya que a través de esta investigación podrá fijar estrategias de acuerdo a las preferencias de sus estudiantes y además darse cuenta de si sus programas están arrojando los resultados esperados y de no ser así hacer los ajustes correspondientes, también se podrá recopilar la información arrojada para hacer nuevas investigaciones en esta línea y así poder hacerle un seguimiento exhaustivo en cuanto a las políticas y estrategias institucionales para llegar a convertirse en todo un modelo cultural en cuanto a la apropiación de estilos de vida saludables y poder cumplir los objetivos propios desde el área de proyecto de vida de la universidad católica popular del Risaralda.

Así pues no solo se verán beneficiados quienes realizan la investigación sino también las instituciones relacionadas en esta, como lo son la Universidad Católica Popular del Risaralda y la Universidad Tecnológica de Pereira.

### **3 OBJETIVOS**

#### **OBJETIVO GENERAL**

Identificar las prácticas y los conceptos sociales de Tiempo Libre, Ocio y Recreación de los estudiantes de pregrado matriculados en la jornada diurna del año 2008 de la Universidad Católica Popular Del Risaralda.

#### **OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Conocer los conceptos y las practicas sociales sobre el Tiempo Libre, el Ocio y la Recreación que prevalecen en los estudiantes de la Universidad Católica Popular del Risaralda
- Identificar cuales son las prácticas sociales más frecuentes en ocio y recreación de los estudiantes de la Universidad Católica Popular del Risaralda
- Describir cuales son las actividades que realizan en su tiempo libre y en que espacios físicos y temporales.
- Detectar que alternativas para estas prácticas ofrece la universidad, sus facultades y programas académicos y clarificar su coherencia de acuerdo con sus los resultados obtenidos.
- Identificar las diferencias existentes, en cuanto a preferencias y prácticas de ocio, tiempo libre y recreación, entre estudiantes de universidades públicas y privadas de la ciudad de Pereira.





## 4 MARCO REFERENCIAL

Más de 1.500 millones de personas, correspondientes a más del treinta por ciento de la población mundial son jóvenes entre los 10 y 24 años, rango de edad en el cual están tomando muchas de las decisiones trascendentales. Se estima que aproximadamente la mitad de los latinos, entre ellos los colombianos han tenido una relación sexual antes de los 20 años y las jovencitas se han casado antes de los 21 o 23 años. "En los países menos desarrollados, el 17 % de todos los partos, se producen entre las adolescentes". (Gallego y Granada, 2000).

Y este no es el único problema de carácter social existen sin lugar a dudas mas. Lo interesante en este trabajo investigativo se centra en la población universitaria y específicamente en los estudiantes de la Universidad Católica Popular del Risaralda ya que la problemática aquí es de gran relevancia. El consumismo por ejemplo hace que los jóvenes experimenten diferentes practicas sociales, o mejor dicho, se caiga en practicas que alteran la dinámica social cotidiana, como lo son la drogadicción, el alto grado de consumo de alcohol y la adicción a los aparatos tecnológicos, por citar algunos, estas practicas tienen repercusiones en los jóvenes que afectan sus vidas tanto en la parte física como en la psicológica provocando deserción estudiantil, problemas mentales y hasta el suicidio.

La Universidad Católica Popular del Risaralda esta presta a la solución de este tipo de problemas ayudándose desde el área de proyecto de vida en la creación de estrategias y alternativas para contrarrestar estos problemas con programas que formen a estudiante desde lo moral, espiritual y la educativo.

### MARCO CONTEXTUAL

**4.1.1 Marco Geográfico.** La investigación se realizará en las instalaciones de la Universidad Católica Popular del Risaralda, ubicada en la Carrera 21 No. 49 - 95 Avenida de las Américas.

**4.1.2 Marco Demográfico.** Los estudiantes de pregrado, quienes diligenciarán el instrumento para la recolección de la información, presentan las siguientes características:

- Edades comprendidas entre los 15 y 53 años. (Media 21).
- Serán tomados en cuenta un total de 12 programas de pregrado de la Universidad Católica Popular del Risaralda
- Mayoría de mujeres sobre el total de la población universitaria estudiada.
- Mayor número de estudiantes pertenecientes al estrato socioeconómico medio (74.8%).
- Proviene principalmente del departamento de Risaralda (75.7%), de los cuales el 76.6% provienen de Pereira y el 15% de Dosquebradas, también se encuentra personas provenientes de otros departamentos como: Valle

del Cauca, Caldas, Quindío, Choco, Boyacá, Antioquia, Bogotá DC y la Costa Atlántica.

#### **4.1.3 Marco Institucional.**

La Universidad Católica Popular del Risaralda nació con una idea muy clara acerca de su ser y de su que hacer, y esa identidad la ha ido enriqueciendo durante sus 27 años de existencia, mediante la reflexión sobre su vocación y misión a la luz de las nuevas circunstancias de la sociedad y de las nuevas propuestas que en materia de educación superior se ha planteado en el país y en el mundo.

Es en este marco de referencia en el que debemos entender todo el trabajo que ha desembocado en la elaboración del Proyecto Educativo Institucional, la profundización en la misión, la definición de la visión, la definición de los seis valores institucionales y, por supuesto, los avances en la cultura de la planeación y la auto evaluación y su concreción en los planes estratégicos.

#### **Misión**

La Universidad Católica Popular del Risaralda es una institución de Educación Superior inspirada en los principios de la fe católica, que asume con compromiso y decisión su función de ser apoyo para la formación humana, ética y profesional de los miembros de la comunidad universitaria y mediante ellos, de la sociedad en general.

La Universidad existe para el servicio de la sociedad y de la comunidad universitaria. El servicio a los más necesitados, es una opción fundamental de la institución, la cual cumple formando una persona comprometida con la sociedad, investigando los problemas de la región y comprometiéndose inter institucionalmente en su solución. Es así como se entiende su carácter de Popular.

Guiada por los principios del amor y la búsqueda de la verdad y del bien, promueve la discusión amplia y rigurosa de las ideas y posibilita el encuentro de diferentes disciplinas y opiniones. En este contexto, promueve el diálogo riguroso y constructivo entre la fe y la razón. Como institución educativa actúa en los campos de la ciencia, la tecnología, el arte y la cultura, mediante la formación, la investigación y la extensión.



Inspirada en la visión del hombre de Jesús de Nazaret, posibilita la formación humana de sus miembros en todas las dimensiones de la existencia, generando una dinámica de autosuperación permanente, asumida con autonomía y libertad, en un ambiente de participación y de exaltación de la dignidad humana.

La Universidad se propone hacer de la actividad docente un proyecto de vida estimulante orientado a crear y consolidar una relación de comunicación y de participación para la búsqueda conjunta del conocimiento y la formación integral. Por tanto, a través de los programas de investigación se propone contribuir al desarrollo del saber y en particular al conocimiento de la región.

Mediante los programas de extensión se proyecta a la comunidad para contribuir al desarrollo, el bienestar y el mejoramiento de la calidad de vida. Para el logro de la excelencia académica y el cumplimiento de sus responsabilidades con la comunidad, la universidad fomenta programas de desarrollo docente y administrativo y propicia las condiciones para que sus miembros se apropien de los principios que la inspiran, bajo el compromiso de "Ser apoyo para llegar a ser gente, gente de bien y profesionalmente capaz"

## **Visión**

La Universidad inspirada por los principios y valores cristianos será líder en los procesos de construcción y apropiación del conocimiento y en los procesos de formación humana, ética y profesional de sus estudiantes, de todos los miembros de la comunidad universitaria y de la sociedad. Será un escenario permanente para el diálogo riguroso y constructivo de la fe con la razón, en el contexto de la evangelización de la cultura y la inculturación del Evangelio.

Será reconocida por su capacidad para actuar como agente dinamizador del cambio y promover en la comunidad y en la familia sistemas armónicos de convivencia. La Universidad tendrá un claro sentido institucional de servicio orientado hacia sus estudiantes, profesores, personal administrativo y la comunidad.

Ejercerá liderazgo en programas y procesos de integración con la comunidad, los sectores populares, las empresas y el gobierno para contribuir al desarrollo sostenible. Se caracterizará por conformar un ambiente laboral y académico que sea expresión y testimonio de los principios y valores institucionales.

La Universidad tendrá la capacidad investigativa que le permita ser la institución con mayor conocimiento sobre los asuntos regionales. Consecuente con la realidad actual de un mundo interdependiente e intercomunicado, la Universidad fortalecerá sus vínculos con instituciones de su misma naturaleza tanto de orden nacional como internacional, y con otras instituciones.

La Universidad promoverá una reflexión pedagógica permanente en un ambiente de apertura para enseñar y aprender, dar y recibir en orden a la calidad y el servicio.

La UCPR ofrece los siguientes programas:

### ***PROGRAMAS DE PREGRADO***

#### ***Facultad de de Arquitectura y Diseño***

- ط ARQUITECTURA Código ICFES 2711 47200006600111100
- ط DISEÑO INDUSTRIAL Código ICFES 2711 4745026600111100

#### ***Facultad de Ciencias Humanas y Sociales***

- ط COMUNICACIÓN SOCIAL Y PERIODISMO Código ICFES 2711 43020706600111100
- ط LICENCIATURA EN EDUCACIÓN RELIGIOSA Código ICFES 2711 42003706600112300
- ط PSICOLOGÍA Código ICFES 2711 41450006600111100

#### ***Facultad de Ciencias Económicas y Administrativas***

- ط ADMINISTRACIÓN DE EMPRESAS Código ICFES 2711 46580006600111100
- ط ECONOMÍA Código ICFES 2711 43380006 600111200
- ط NEGOCIOS INTERNACIONALES Código ICFES 2711 43820006600111100

#### ***Facultad de Ciencias Básicas e Ingeniería***

- ↳ INGENIERIA DE SISTEMAS Y TELECOMUNICACIONES Código ICFES 2711 47200006600111100

## **TECNOLOGÍAS**

- ↳ TECNOLOGÍA EN GESTION DE CALIDAD Código ICFES 271123310116600111500
- ↳ TECNOLOGÍA EN LOGISTICA Código ICFES 52077
- ↳ TECNOLOGÍA EN MERCADEO Código ICFES 2711 26580806600111500

## **ESPECIALIZACIONES**

- ↳ EN DESARROLLO SOCIAL - Código ICFES 171353040440800111100
- ↳ ESPECIALIZACIÓN EN EDUMATICA - Registro SNIES 53235
- ↳ EN DISEÑO URBANO - Código ICFES 2711 4745026600111100
- ↳ EN ADMINISTRACIÓN en convenio con la UNIVERSIDAD EAFIT - Registro SNIES 171256580016600111500
- ↳ EN ESTÉTICA: ÉNFASIS: ESTÉTICA Y CULTURA en convenio con la UNIVERSIDAD NACIONAL DE COLOMBIA SEDE MEDELLIN - Código ICFES 110251110850500111100
- ↳ EN FINANZAS - Código ICFES 271153320006600111100
- ↳ EN FARMACODEPENDENCIA - Código ICFES 271956103060500103400
- ↳ EN PEDAGOGÍA Y DESARROLLO HUMANO - Código ICFES 53385

## **DIPLOMADOS**

- ↳ EN INVESTIGACIÓN CUALITATIVA: Su Epistemología, historia y metodología
- ↳ EN GERENCIA ESTRATÉGICA DE MERCADEO
- ↳ EN GUIÓN PARA CINE: "Papel e Imagen"
- ↳ EN HABILIDADES ADMINISTRATIVAS PARA PYMES
- ↳ EN PROPIEDAD INTELECTUAL "Derechos de Autor, Propiedad Industrial y Nuevas Tecnologías"
- ↳ EN RELACIONES PÚBLICAS: Gestión de la Comunicación para la Competitividad Empresarial
- ↳ EN TEOLOGÍA
- ↳ EN INTELIGENCIAS MÚLTIPLES: una opción para el reconocimiento de la diversidad en el aula
- ↳ GESTION HUMANA BASADA EN COMPETENCIAS
- ↳ LA OPERACIÓN BURSÁTIL EN COLOMBIA

- ط LOGÍSTICA EMPRESARIAL "Una visión de la eficiencia en la cadena de abastecimiento y Distribución"

### **Diplomados en convenio con SGS Colombia S.A.**

- ط CURSO AUDITOR LÍDER ISO 9001:2000 Certificado IRCA-IATCA
- ط SISTEMA INTEGRADO DE GESTIÓN DE LA CALIDAD AMBIENTAL, SEGURIDAD Y SALUD OCUPACIONAL
- ط EN GESTIÓN DE LA CALIDAD, AMBIENTAL Y SOCIAL EN PRODUCCIÓN AGRÍCOLA
- ط EN GESTIÓN DE LA CALIDAD Y NORMAS ISO
- ط DIPLOMADO PARA GESTORES DE CALIDAD EN EL SECTOR PÚBLICO Bajo el enfoque de ISO 9000:2000 y NTCGP 1000:2004

### ***POLÍTICAS DE PROYECTO DE VIDA***

1. La Universidad considera que todos los integrantes de la comunidad universitaria deben plantearse en serio su vida como proyecto y por ello el espíritu del proyecto de vida está presente en todas las actividades que la universidad realiza.

Por ello se considera que los directos responsables de que este espíritu se mantenga son los decanos en sus facultades y los demás directivos en sus respectivas áreas de desempeño.

La oficina de proyecto de vida con todos sus integrantes apoyarán el crecimiento en los procesos de desarrollo humano desde las esferas cognitiva, afectiva, comunicativa, lúdica, laboral y trascendente, entre otras, proporcionando un apoyo continuo a los procesos formativos que adelanta la universidad e involucrando en esta propuesta a todos los integrantes de la comunidad universitaria.

El apoyo académico se hará en relación directa con la vice-rectoría académica y a través de ella con los decanos y jefes de área.

2. En la perspectiva de la catolicidad de la Universidad, la oficina de proyecto de vida desarrollará y apoyará las actividades que promuevan el crecimiento en la línea de la espiritualidad y tendrá especial cuidado cuando existan grupos de crecimiento cristianos católicos y de servicio social vinculados a comunidades necesitadas. Se preocupará por incentivar el diálogo fe-razón.

3. En la búsqueda de la paz, la oficina de proyecto de vida velará por la construcción de una comunidad universitaria en donde el respeto por el otro, la pluralidad, la equidad en cualquier sentido sean sus manifestaciones, de tal manera que se conviertan en indicadores de buena calidad de vida.

4. La oficina de proyecto de vida debe buscar el establecimiento de relaciones con entidades estatales o privadas, regionales, nacionales e internacionales que favorezcan la realización de sus programas y actividades.

5. La investigación sobre temas que se desprendan del desarrollo humano serán componente importante de los procesos de mejoramiento de proyecto de vida.

6. Proyecto de vida debe procurar la construcción de la cultura universitaria como espacio de desarrollo de la ciudadanía que consolide la construcción de valores.

Estas políticas que desde proyecto de vida se plantean, se fortalecerán con la presente investigación ya que al identificar las prácticas y los conceptos sociales de tiempo libre, ocio y recreación, se dará un punto de referencia sobre los programas que más convengan y que ayuden a la construcción de una comunidad universitaria, en donde los indicadores de calidad de vida sean vistos, desde, el respeto por el otro ya que todos tienen prácticas y conceptos diferentes sobre el tiempo libre, el ocio y la recreación que serán respetados pues se entenderá que existen diferentes prácticas para cada concepto, y además, esta investigación aporta al componente humano desde una esfera lúdica y gratificante para ese desarrollo integral que se quiere dar a los estudiantes de esta universidad desde el área de proyecto de vida.

#### **4.1.4 Marco Legal.**

Sin duda alguna cuando se habla de normatividad se piensa en lo que está permitido y lo que no, en los derechos y los deberes que tienen los ciudadanos de un país y así mismo en las responsabilidades de las instituciones para hacer cumplir, difundir y controlar todas las actividades que tengan que ver con casos específicos. La razón por la que se trae a colación el tema de normatividad es esclarecer cuáles son las responsabilidades que tienen los ciudadanos y las diferentes instituciones para con la recreación, el tiempo libre y el ocio.

Así pues y para empezar desde un marco legal más amplio, se tomarán las referencias internacionales aplicadas para Colombia:

Como primera referencia está la Asamblea General de las Naciones Unidas del 10 de diciembre de 1948, en la Declaración Universal de los Derechos, en el Artículo 24, en la cual declararon que: *“Toda persona tiene derecho al descanso, al disfrute del tiempo libre, a una limitación razonable de la duración del trabajo y a vacaciones periódicas pagadas.”*

Así mismo en la Declaración Americana de los Derechos y Deberes del hombre en los artículos Artículo 15 y Artículo 4º declaran lo siguiente respectivamente: *“Toda persona tiene derecho a descanso... Y “Todo hombre tiene el derecho de conocer y participar en todo tipo de recreación durante su tiempo libre...”*, así mismo otras



Asociaciones internacionales reunidas en Ginebra el 1o. de junio de 1970, dicen que: *“La recreación es necesidad fundamental del hombre contemporáneo.”* Y que *“después de la nutrición, salud, educación, vivienda, trabajo y seguridad social, la recreación debe considerarse como una necesidad básica, fundamental para su desarrollo.”* (Asamblea general de las naciones unidas, 1980).

En estas declaraciones que internacionalmente se conciben quedan claros los derechos que el ser humano tiene en cuanto al tiempo libre y las actividades a las que este se puede dedicar, dejando claro también el derecho que toda persona tiene en cuanto al descanso y al tiempo libre de forma razonable al tiempo trabajado.

Continuando con estas referencias legales en cuanto a los lineamientos generales del hombre como tal, el 20 de Noviembre de 1989, la Asamblea General de las Naciones Unidas en atención al establecimiento de mecanismos de control y protección de los derechos de los niños del mundo ratifica que para el desarrollo de su personalidad el debe:

*“...crecer en el seno de la familia, en un ambiente de felicidad, amor y comprensión... donde convienen que: el niño tiene derecho al descanso, al esparcimiento, al juego y también a participar plenamente en la vida cultural y artística (Art. 31).*

Así pues se tienen referentes internacionales con justificaciones valederas que ayudan a la normatividad de la recreación en Colombia, sin dejar de lado a otras instituciones que en la actualidad proponen normas y metodologías que permitan mantener la recreación como eje fundamental y de bienestar de los pueblos y el ocio como el espacio de tiempo de autonomía que permite la búsqueda de experiencias significativas para el desarrollo social e individual como los son: La Asociación Mundial de Ocio y Recreación (WLRA) y la Asociación Latinoamericana de Ocio y Recreación (ALATIR).

Ahora bien estas normas internacionales han sido tomadas en cuenta a nivel nacional y en cuanto a la recreación, el ocio y el tiempo libre se refiere existen un sin numero de normatividades relacionadas con los derechos de los niños a la recreación, sin embargo, esta normatividad tendría que ser generalizada y es entonces cuando a partir de la expedición del Acto Legislativo No. 1 de 2001 que modificó el Artículo 52, la recreación no se limitó solo para los niños, se amplió para todas las personas, sin distinción alguna y al mismo tiempo comprometió al Estado a fomentar esta actividad, además de responsabilizarlo por su fomento, dejando así bajo su responsabilidad, apartes como *“El ejercicio del deporte, sus manifestaciones recreativas, competitivas y autóctonas tienen como función la formación integral de las personas, preservar y desarrollar una mejor salud en el ser humano”* así como también argumenta que *“El deporte y la recreación, forman parte de la educación y constituyen gasto público social”*.

Así mismo en el artículo 52 *“Se reconoce el derecho de todas las personas a la recreación, a la práctica del deporte y al aprovechamiento del tiempo libre...El Estado fomentará estas actividades e inspeccionará, vigilará y controlará las organizaciones deportivas y recreativas cuya estructura y propiedad deberán ser democráticas”*.

Del mismo modo se establece la recreación y la educación como derecho fundamental considerando diciendo que *“La educación es un derecho de la persona y un servicio público que tiene una función social... La educación formará al colombiano en el respeto a los derechos humanos, a la paz y a la democracia; y en la práctica del trabajo y la recreación, para el mejoramiento cultural, científico, tecnológico y para la protección del ambiente y que El Estado, la sociedad y la familia son responsables de la educación...La educación será gratuita en las instituciones del Estado...Corresponde al Estado regular y ejercer la suprema inspección y vigilancia de la educación con el fin de velar por su calidad, por el cumplimiento de sus fines y por la mejor formación moral, intelectual y física de los educandos...”*

Siguiendo este orden igualmente a nivel educativo la Ley 115 de 1994, incluyó dentro del Plan Nacional de Educación la práctica recreativa y la adecuada utilización del tiempo libre, como unos de los objetivos de la educación, tanto formal como extra escolar, en todos sus ciclos y modalidades, también La Ley 181 de 1995 “Ley General del Deporte”, hace comentarios muy puntuales y claros frente al tema de la Recreación como derecho social. Los objetivos generales y rectores de la ley 181, así como en el conjunto de su contenido, dan lugar al diseño de estrategias de planeación y gestión en recreación y aprovechamiento del tiempo libre. Si bien el ejercicio de esa responsabilidad encuentra el referente programático en el Plan Nacional de Recreación, el institucional lo encuentra en el Sistema Nacional del Deporte. Se tiene entonces especificaciones que se darán a continuación:

En los artículos 4,5, 6, 7, definen el deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre como elementos fundamentales de la educación, así mismo entienden la recreación como 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 y a su vez definen el tiempo libre como 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, señalan que es obligación de todas las instituciones públicas y privadas de carácter social, patrocinar, promover, ejecutar, dirigir y controlar actividades de Recreación, para lo cual elaborarán programas de desarrollo y estímulos de esta actividad, de conformidad con el Plan Nacional de Recreación y que los entes deportivos departamentales y municipales coordinarán y promoverán la ejecución

de programas recreativos para la comunidad, en asocio en entidades públicas o privadas que adelanten esta clase de programas en su respectivo jurisdicción.

Así mismo entonces existen responsabilidades compartidas en la misma ley anteriormente mencionada, en los artículos 46, 47, 49 y 50, el sistema general del deporte tiene grandes responsabilidades en cuanto a la recreación se refiere, pues este es un organismo que debe permitir el acceso de la comunidad a la recreación y al aprovechamiento del tiempo libre, cuyo objetivo principal es generar y brindar a la comunidad oportunidades de participación en procesos como la práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, como contribución al desarrollo integral del individuo y a la creación de una cultura física para el mejoramiento de la calidad de vida y que para cumplir con sus objetivos y para lo que específicamente se refiere a esta investigación lo hace a través de actividades como el deporte universitario, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, en entidades que hacen parte de este sistema, que son todas aquellas entidades departamentales, municipales y distritales que ejerzan las funciones de fomento, desarrollo y práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, los organismos privados, las entidades mixtas, así como todas aquellas entidades públicas y privadas de otros sectores sociales y económicos en los aspectos que se relacionen directamente con estas actividades.

Ya se ha dicho lo más general relacionado con la recreación, el ocio, el tiempo libre y las leyes que a estos los rigen a nivel internacional y nacional, ahora pues, ¿será que a las instituciones de educación superior las rige una ley?

La Ley 30 en el Capítulo I define como principios de la educación superior los siguientes (Red académica, 2008):

- La Educación Superior es un proceso permanente que posibilita el desarrollo de las potencialidades del ser humano, de una manera integral; es un servicio público cultural inherente a la finalidad social del Estado. En este sentido el Estado garantiza la autonomía universitaria.
- Le corresponde al Estado velar por la calidad del servicio educativo a través de la suprema inspección y vigilancia de la educación superior.
- La educación superior despertará en el educando (alumno) el espíritu reflexivo, orientado al logro de la autonomía personal.
- La educación superior será accesible a quienes demuestren poseer las capacidades requeridas y cumplan las condiciones académicas exigidas en cada caso. La educación superior tiene un concepto de mérito educativo: acceden a ella quienes tienen las condiciones, de haber terminado la educación media y han obtenido el cupo de acceder a ella.

Los principios definidos por la ley 30 para la educación superior son:

- Profundizar en la formación integral.
- Promover la utilización del conocimiento al servicio de las necesidades del país.
- Prestar a la comunidad un servicio con calidad.
- Ser factor de desarrollo científico, cultural, económico, político y ético a nivel nacional y regional.
- Actuar armónicamente entre sí y con las demás estructuras educativas y formativas.
- Promover la unidad nacional, la descentralización, la integración regional y la cooperación interinstitucional.
- Promover la formación y consolidación de comunidades académicas.
- Promover la preservación de un medio ambiente sano.
- Conservar y fomentar el patrimonio cultural del país.

Como se acaba de establecer son principios muy generales en cuanto a educación superior se refiere pero será que ¿se tiene claro en que consisten los programas de bienestar desarrollados por las instituciones de educación superior? Las instituciones de educación superior deben adelantar programas de bienestar, entendidos como el conjunto de actividades que se orientan al desarrollo físico, psicoafectivo, espiritual y social, de los estudiantes, docentes y personal administrativo. El Consejo Nacional de Educación Superior (CESU) determinará las políticas de bienestar universitario, y para ello creará un fondo de bienestar universitario, con recursos del Presupuesto Nacional y de los entes territoriales, que puedan hacer aportes, administrado por el Instituto Colombiano para el Fomento de la Educación Superior (ICFES), con el fin de promover dichos programas.

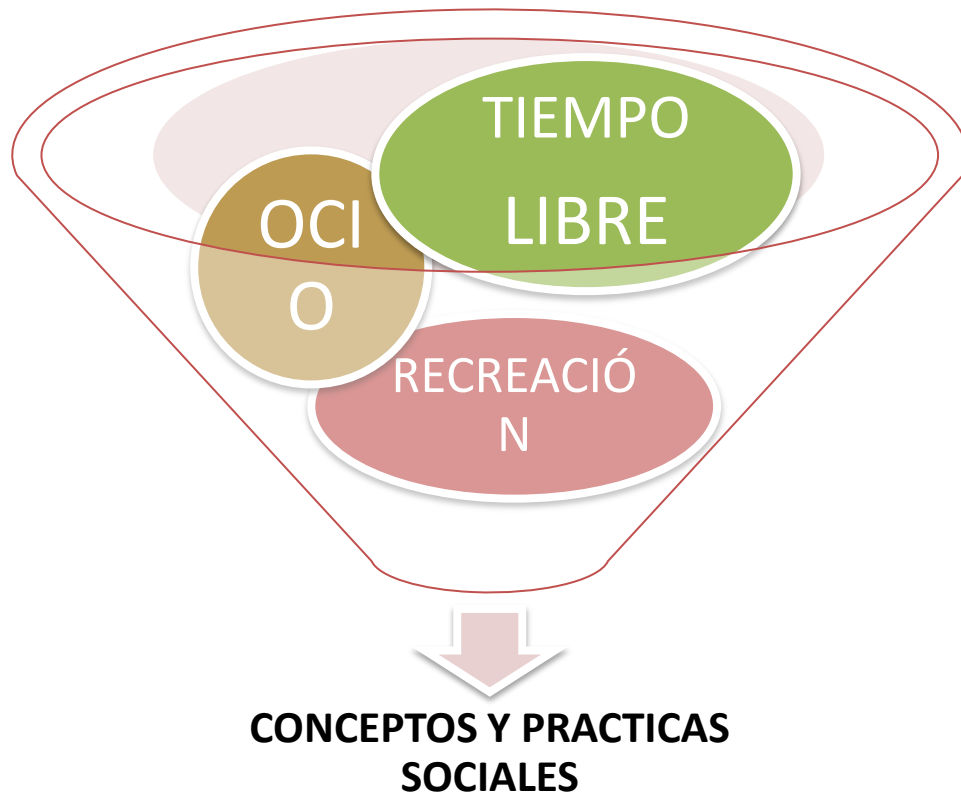
Queda claro entonces que la recreación es un derecho fundamental del ser humano en este caso de vital importancia para las instituciones de educación superior quienes deben de crear programas que promuevan el desarrollo integral de sus estudiantes y que para esto cuentan con elementos indispensables como lo son la recreación y el deporte como actores que promueven en buen uso y el aprovechamiento del tiempo libre, así mediante esta investigación quedaran claras las practicas a las que las estudiantes de la Universidad Católica Popular del Risaralda se dedican y poder definir con esto programas que con la ley se ajusten a lo reglamentado y deseado por los estudiantes.

## **MARCO TEORICO**

En este trabajo de investigación se analizaran los componentes teóricos del tiempo libre, el ocio, la recreación y las prácticas sociales como componentes

fundamentales en el marco teórico, teniendo en cuenta algunos conceptos infundados desde el área de recreación que tiene el programa de Ciencias del Deporte y la Recreación de la Universidad Tecnológica de Pereira.

Figura 1. Relación Recreación, Ocio, Tiempo Libre y Prácticas sociales



#### 4.1.5 Tiempo Libre

***“En los ríos, el agua que tocas es la última que ha pasado y la primera que viene. Eso mismo sucede con el tiempo presente. La vida bien aprovechada es larga”.*** Leonardo Da Vinci  
(1452-1519) Pintor, escultor e inventor italiano

El tiempo libre es una de las variables de más importancia en este trabajo de investigación y para analizarlo es necesario tener diferentes perspectivas, así como también diferentes teorías desde distintos autores, es importante hacer un recorrido histórico de esta variable para centrarse luego en una definición precisa.

La revolución industrial marco el punto de partida en la concepción del tiempo libre como lo describe Thompson (1984), citado por Julia Gerlero, la revolución industrial no era una situación consolidada, sino una fase de transición entre dos modos de vida. Antes de la revolución industrial, el hombre materia un ritmo de trabajo irregular, disponía de tiempos alternados no destinados a tareas obligadas, sino a lo que hoy podemos asociar con el esparcimiento. Seguido a esto se empieza a presentar un esquema capitalista industrial, donde se centrara el interés en disciplinamiento del trabajo con hojas de reloj y vigilantes del tiempo, a demás de introducir en las escuelas la critica a la moral de la ociosidad y la prédica a favor de la industriocidad. Las anteriores conductas en las industrias transformaron el modo de vida de los obreros, y es aquí cuando el tiempo de no trabajo desaparece, logrando con esto adjudicar jornadas laborales de 16 horas, invadiendo todos los aspectos de la vida, las relaciones personales, la forma de hablar, los modales, al punto que fueron desplazando la alegría y el humor. Así las cosas, ya con la transformación de la cotidianidad por la mecanización industrial, las demandas por el **tiempo libre** se hicieron sentir a través de las incipientes organizaciones gremiales, colocando de manifiesto que las condiciones laborales eran tan extremas que se hacia necesaria la disposición de un tiempo libre para descansar, cabe anotar, que esta demanda de tiempo libre es en función del tiempo de trabajo, del tiempo vendido para la subsistencia , del tiempo laboral que ha pasado a tener para un sector de la sociedad (LOS OBREROS), connotación deshumanizante para este sector. Aquí entonces se esta hablando de “tiempo libre de trabajo”, libre de actividad obligada para ganarse el sustento, apareciendo así aparece la primera conceptualización del tiempo libre.

La lucha por la conquista del tiempo libre se sucede logrando paulatinamente una reducción de las horas de trabajo, al mismo tiempo, aparece una demanda por la necesidad del tiempo libre para el desarrollo cultural y la socialidad, ya no era solo la necesidad de descansar, pues a esta se le sumaban dos aspectos mas. Alrededor de 1890 se tomo como meta la jornada de 8 horas, retomando ideas de la revolución francesa, el doctor Von Hufeland (1796), citado por Julia Gerlero (¿Ocio, Tiempo Libre o Recreación?), quien había afirmado: *“la mas natural división de la jornada es ciertamente esta:8 horas de trabajo, 8 horas de descanso, 8 horas dedicada a las comidas, la gimnasia y a la diversión”*.

Con la división anteriormente descrita algunos autores pretenden definir el tiempo libre.

Dumazedier y Guinchat (1965) dicen que el tiempo libre *“... es el conjunto de ocupaciones a las cuales el individuo se entrega con la plena aceptación para descansar, divertirse o desarrollar su información y su formación desinteresada y su participación social voluntaria, después de ser liberado de la obligaciones profesionales, familiares y sociales”*.

Munné F. (1980) lo define como: “... *el tiempo libre consiste en un modo de darse el tiempo social, personalmente sentido como libre y por el que el hombre se autocondiciona para compensarse y en ultimo termino en afirmarse individual y socialmente*”.

Pablo A Waichman, (2000) lo define como:

- ط Tiempo libre es el que queda después del trabajo.
- ط Tiempo libre es el que queda libre de las necesidades y obligaciones cotidianas.
- ط Tiempo libre es el que queda libre de las obligaciones y necesidades cotidianas y se emplea en lo que uno quiere.
- ط Tiempo libre es el que se emplea en lo que uno quiere.
- ط Tiempo libre es la parte del tiempo destinada al desarrollo físico e intelectual del hombre en cuanto fin en si mismo.

Para Gianni Toti citado por Waichman, (2000), estos tiempos deben ser integrados con “*Una visión del tiempo cotidiano dividida en 5 (cinco) partes:*

1. *El tiempo desocupado, o sea, involuntario.*
2. *El tiempo de trabajo o de producción propiamente dicho, esto es, en sentido técnico y material y que incluye el tiempo de transporte y el de trabajo voluntario.*
3. *el tiempo fisiológico, necesario para dormir comer, bañarse cuidarse, hacer el amor, dedicarse al deporte, entre otros.*
4. *El tiempo cultural, dedicado a la formación, la enseñanza, la educación, la escuela, educación de adultos, la cultura colectiva, el turismo popular, las vacaciones formativas, la participación y gestión política, entre otros.*
5. *El tiempo libre propiamente dicho, de recreación de nosotros mismos, de autohumanización, que es un producto y una riqueza nuevas de la época comprometida en una larga desenajenación humana”.*

Como se puede evidenciar existen tantas definiciones como creencias acerca de este termino, lo que resulta un tanto complejo poder llegar a definir concretamente este termino, se miraran otros asuntos importantes acerca de este tema antes de llegar a una definición precisa, que sirve de sustento para este trabajo de investigación.

#### **4.1.6 La temporalidad en el tiempo libre**

En la actualidad, el tiempo de cada persona se caracteriza por estar supeditado por todas y cada una de las obligaciones y responsabilidades que se tienen y muchas veces se olvida el derecho a descansar, se piensa que todo es trabajo, obligación y presiones, tanto laborales y sociales, como familiares. (Administración del tiempo libre, 2003). La mayoría de las veces el tiempo es conformado por

obligaciones y muchas de estas son impuestas por la sociedad, lo que provoca restarle tiempo al tiempo libre y esto hace que el hombre de acuerdo a su cultura y cotidianidad le de un uso adecuado a ese tiempo libre de igual manera los jóvenes universitarios tienen un contexto deferente al de las personas del común por lo que sus prácticas se centran más en lo que se está viviendo en el momento y no tienen unas prácticas culturales establecidas.

Según Muneé (1989), citado por MORFIN, María del Carmen (Administración del tiempo libre, 2003.), las acciones humanas nos distinguen entre sí tanto por la obligación o necesidad como por la libertad, y estas no son sino modos de acondicionamiento. La obligación consiste en estar condicionado por una acción externa (heterocondicionamiento), mientras que la libertad reside en el hecho de condicionarse a uno mismo (autocondicionamiento), pero se debe tener cuidado en confundir el condicionamiento con la autodeterminación, es decir cuando se quiere realizar una actividad que dejara algo productivo y se limita por influencias externas. Así pues se hace necesario definir las tipologías del tiempo social como para dar una claridad de la temporalidad en el tiempo libre.

#### 4.2.3.1 Tipología Del Tiempo

Las conductas y acciones del ser humano están ligadas a lo que el desea (autocondicionamiento), o sea, la persona decide hacer las cosas, según Muneé op cit. Efectuar la acción depende del tipo de tiempo en que se este ubicado y señala una tipología del tiempo social que ayudara a entender los diferentes tipos de tiempo de cada ser humano.

- ↳ Tiempo psicobiológico: Es el que ocupan las conductas impulsadas por nuestras necesidades psíquicas y biológicas elementales, como por ejemplo: dormir, alimentarse, tener relaciones sexuales, entre otras.
- ↳ Tiempo socioeconómico: Es el tiempo que se emplea en las conductas derivadas de las necesidades económicas, como por ejemplo: trabajar, emplearse (comprende el tiempo complementario de desplazamiento hogar-lugar de trabajo).
- ↳ Tiempo sociocultural: es el tiempo que se invierte en visitar amistades, ir a cine, votar en las elecciones, ir a misa, entre otras acciones que demanda la vida sociocultural.
- ↳ Tiempo libre: Son las acciones que el hombre realiza sin ninguna presión externa. La necesidad de estas acciones es auto-creada por cada persona.

El tiempo libre queda entonces definido así:

Tiempo libre bruto – Tiempo intermedio= Tiempo libre neto

Donde:



Tiempo libre bruto=Todo el tiempo después de restar las obligaciones principalmente primarias.

Tiempo intermedio=Tiempo en el que se selecciona la actividad deseada ÷ tiempo invertido para lograr un fin.

Tiempo libre neto= Tiempo que en esencia queda para disfrutar o para el ocio (positivo o negativo).

Así pues se puede concluir desde una perspectiva personal que el verdadero aprovechamiento del tiempo libre depende íntegramente de la persona que lo ejerza, y que tanto lo aproveche, o sea, que la persona le de buen uso (ocio positivo) o mal uso (ocio negativo) de su tiempo, esto considerando los tipos de practicas que se realicen, para aclarar un poco mas acerca del tiempo libre y sus practicas, Trilla citado por Víctor J. Ventosa en el Manual del Monitor de Tiempo Libre, (2000), hace una clasificación del tiempo, lo que sirve como referencia en este trabajo de investigación ya que uno de los objetivos de este es identificar socialmente el concepto de tiempo libre.

Cuadro 1. El tiempo y sus divisiones.

<b>TIEMPO</b>			
<b>NO DISPONIBLE</b>		<b>DISPONIBLE</b>	
<b>TRABAJO</b>	<b>OBLIGACIONES NO LABORALES</b>	<b>OCUPACIONES AUTOIMPUESTAS</b>	<b>TIEMPO LIBRE</b>
- Trabajo remunerado - Trabajo doméstico - Ocupaciones para laborales	- Necesidades biológicas - Obligaciones sociales	- Actividades religiosas - Actividades de voluntariado social - Actividades de instrucción y formación	- Tiempo libre estéril - Ocio

Además, Alvaran (2001), propone una clasificación de las actividades que se pueden realizar en el tiempo libre.

Cuadro 2. Clasificación de las actividades realizadas en el tiempo libre.

Actividades culturales	Actividades lúdicas	Actividades ecológicas	Actividades sociales	Actividades familiares	Actividades semi-obligatorias
- Cine - Teatro - Conciertos -Exposiciones -Danzas	-Ver televisión -Escuchar música	- Caminatas -Campamentos	- Fiestas -Reuniones - Novi@ - Religión -Asociaciones	- Reuniones - Paseos -Labores domesticas	-pago de servicios. - filas - esperas

Ya con esta división del tiempo y la clasificación de las actividades que se pueden realizar en el tiempo libre es preciso definir el tiempo libre.

Para este trabajo de investigación se tomara en cuenta el concepto que hace Gete (1987), citado por Julia Gerlero *“es aquel del que se dispone una vez se ha abandonado el centro de trabajo o la ocupación profesional, destinado a la satisfacción de necesidades biológicas y de conservación; desplazamientos; obligaciones familiares y sociales, entre otras. Dentro del tiempo libre y como tiempo que resta de entre esas múltiples obligaciones, se encuentra el tiempo de ocio”*

#### 4.1.7 Ocio.

*“Todos los artistas tienen en común la experiencia de la distancia insondable que existe entre la obra de sus manos, por lograda que sea, y la perfección fulgurante de la belleza percibida en el fervor del momento creativo: lo que logran expresar en lo que pintan, esculpen o crean es sólo un tenue reflejo del esplendor que durante unos instantes ha brillado ante los ojos de su espíritu”.* Juan Pablo II (1920-2005) *Papa de la iglesia católica.*

Hablar de ocio en la cotidianidad es a veces confundido con el tiempo libre. Según Aguilar Lupe e Incarbone Oscar, (Recreación y Animación, De la Teoría a la Practica, 2005, Pág. 42), el ocio se diferencia del tiempo libre en que se refiere a un estado de animo que tiende al bienestar, es por ello que no resulta apropiado identificarlo plenamente con el tiempo libre ya que al tener tiempo libre no necesariamente asegura el ocio. El ocio debe permitir a la persona cuando realiza una actividad la sensación de control, de libre escogencia y desarrollo de esta.

Es importante resaltar que el ocio es una actividad que se valora por si misma y no por los resultados, a demás, debe ser una actividad grata y satisfactoria para quien la disfruta. Así pues los conceptos de ocio podrían tener tantos significados como personas que lo definieran de acuerdo a sus experiencias.

**EI OCIO** y el **TIEMPO LIBRE**, se han asimilado en su esencia; eso que se ha denominado ocio, se da por fuera del espacio productivo, al margen de éste, no como contraposición.

Ahora bien para definir el ocio, es importante anotar que a través de las épocas se ha hecho referencia a diferentes componentes de él, ayudando con su definición. Así se encuentran conceptos que hacen referencia al tiempo libre, si bien éste es un componente importante del ocio, no puede pretenderse que él mismo sea el ocio. Otro aspecto que ha sido asimilado al ocio mismo ha sido la actividad, para ampliar aun mas esta ultima idea, Csikszentmihalyi citado por José Fernando Tabares en su artículo (FUNDAMENTOS CONCEPTUALES DE OCIO Y RECREACIÓN “Una relación necesaria entre su significado actual y la pertinencia con el desarrollo humano”, Medellín, marzo de 2003.), propone una clasificación de las actividades que normalmente una persona realiza en su cotidianidad, según este autor estas actividades se clasifican en:

**Actividades productivas:** Son aquellas a las que se dedican energías y parte del tiempo para conseguir los recursos que permitan garantizar la supervivencia y la comodidad. Dentro de ellas se incluyen el trabajo y el estudio para el caso de los niños y los jóvenes.

**Actividades de mantenimiento:** Son aquellas a las que se dedica una parte de nuestro tiempo para realizar actividades que nos permitan el mantenimiento de nuestro cuerpo (comida, descanso, arreglo personal), el mantenimiento de nuestras posesiones (limpiar, cocinar, hacer tareas domésticas, mercar, entre otras).

**Actividades de ocio:** Son aquellas actividades que se realizan en el tiempo que queda después de desarrollar las actividades productivas y de mantenimiento, y que bajo algunos análisis parece ser que se dedica a tres tipos de actividades: consumo de medios de comunicación, conversación y actividades que permiten una utilización más activa del tiempo libre.

La actividad como componente importante para el acercamiento al ocio, podría ser vista de dos formas. Por un lado hay quienes hablan de actividades que se pueden catalogar como de ocio: practicar alguna actividad deportiva, ver televisión, salir de paseo, entre otras, y de otro lado están los que dicen que la actividad no determina su condición de ocio sino que es la actitud de la persona frente a la actividad, la que hace que sea de ocio o no. El componente de la

actividad es importante, pero no se puede pensar que ella pueda, sola, ser la explicación total de ocio, pues la actividad es independiente a la forma de utilizar el tiempo libre mediante una ocupación autotélica y autónomamente elegida dentro de un campo determinado de libertad, cuyo desarrollo resulta satisfactorio o placentero al individuo, tal como la afirma Trilla (2000) citado por Julia Gerlero, es aquí donde la importancia de la actividad radica en lo que genera para los estudiantes universitarios pues sus practicas para satisfacer el ocio son variadas y por lo tanto identificar si son satisfactorias o placenteras es fundamental.

Ahora se clasificaran las actividades de ocio, para esto existen múltiples posibilidades. A manera de ejemplo se presentan dos modelos, uno retomado por Trilla y Puig de Dumazedier y la otra presentada por Jairo Arenas, en su artículo *El proyecto lúdico en el ámbito educativo*, citados por José Fernando Tabares en su artículo (FUNDAMENTOS CONCEPTUALES DE OCIO Y RECREACIÓN “Una relación necesaria entre su significado actual y la pertinencia con el desarrollo humano”, Medellín, marzo de 2003),

Según los primeros, las actividades pueden ser agrupadas en cuatro categorías:

1. Las que tienen un componente físico, en las que predomina la actividad corporal y dentro de las que se pueden nombrar los paseos, las excursiones y toda clase de actividad deportiva.
2. Las actividades prácticas, que implican una producción concreta y requieren algún tipo de actividad manual. Pueden nombrarse dentro este tipo de actividades, el bricolaje, la jardinería y los trabajos manuales.
3. Actividades culturales, que incluye todas las actividades culturales, sean elitistas o masivas, participativas y creativas o pasivas.
4. Actividades de carácter social y colectivo, en donde predominan las relaciones interpersonales por encima de cualquier otro aspecto. Ejemplos de estos son las conversaciones favorecidas desde distintos espacios, fiestas de amigos y la vida familiar.

Para el segundo, plantado desde el concepto de lúdica las actividades pueden clasificarse en:

1. Actividades lúdicas: Juegos de salón, juegos de la calle, rondas, concursos, juegos tradicionales.
2. Actividades deportivas: Escuelas de deportes, torneos veredales, torneos interclases.

3. Actividades culturales: Teatro, danza, trova, cuentería, artes plásticas, exposiciones, conciertos, tertulias.
4. Actividades sociales: Guías cívicas, Cruz Roja, ornato, piñatería, festivales, bazares.

Para este autor cada una de estas categorías es presentada como un menú, que se ofrece como alternativa para los estudiantes.

Del mismo modo José Fernando Tabares en el mismo artículo toma una ilustración al respecto se puede encontrar en la referencia que Trilla y Puig hacen de Sue:

*“Definitivamente podríamos desear una civilización del ocio en la que todas las actividades fuesen el descanso, la fiesta, el paseo o la televisión. Parece conveniente que durante el tiempo humano y las situaciones de ocio, los hombres se dediquen a actividades socialmente deseables y personalmente enriquecedoras. Un ocio no orientado, al menos en parte en este sentido de ninguna manera lo podríamos considerar como positivo, aunque presentara todas las características que definen una situación de ocio. Por lo tanto, pensamos que conviene que el tiempo libre y el ocio crezcan ya que pueden posibilitar la expresión libre y creativa de los hombres; pero, además, la actividad en que el ocio se manifiesta debería ser fuente de experiencias personal y socialmente enriquecedoras. Cuando esto se produce estamos ante el ocio realmente humanizador.”*

Así pues existen diversas formas de concebir el sentido del ocio, para este trabajo de investigación se tomara el sentido dado por el sociólogo francés J. Dumazedier citado por Pablo Waichman, Tiempo Libre Y Recreación: Un desafío pedagógico (2000), quien establece con algunas diferencias posteriores la siguiente definición de ocio: *“Conjunto de ocupaciones a las que el individuo puede entregarse con pleno consentimiento, ya sea para descansar o para convertirse, o para desarrollar su información o su formación desinteresada, su voluntaria participación social o su libre capacidad creadora, cuando se ha liberado de sus obligaciones profesionales, familiares y sociales”.*

Esta es quizá la definición mas conocida por todos los estudiosos del tema y a demás se encuentran puntos en común con esta definición en la gran mayoría de las personas, puesto que para estos los conceptos y las practicas sociales de este termino están asociada al tiempo que queda después de las obligaciones laborales y que lo utilizan ya sea para descansar, divertirse o desarrollar su capacidad creadora.

#### 4.1.8 Recreación.

***“En mi casa he reunido juguetes pequeños y grandes, sin los cuales no podría vivir. El niño que no juega no es niño, pero el hombre que no juega perdió para siempre al niño que vivía en él y que le hará mucha falta”.***

*Pablo Neruda (1904-1973) Poeta chileno.*

Por recreación se hace referencia a uno de los potenciales y de empleo reales del tiempo libre, de los recesos laborales y escolares, de los tiempos extralaborales y extraescolares. El significado etimológico recreatio-nis, crear de nuevo, restablecer, reanimar, relajar, etc. Se combina con la revalorización del ocio latino y basado a su vez en la idea griega del ocio, identificándolas con las actitudes del ser humano que han de ser creadas , a través de formas de ocio (ocios), pasivas, semiactivas, activas y creativas en cuanto al nivel de participación.

Por ello, no es muy fácil diferenciar a la recreación de la diversión, en sus aspectos indicativos y denotativos, sin embargo, si en sus connotaciones históricas y contemporáneas sustentadas en las ciencias sociales, representadas por fenómenos paralelos y hasta interdependientes, en cuanto a su raíz etimológica; parte de su contenido, empleo, intención y orientación ideológica.

Sin embargo existen elementos de la diversión tales como sus contenidos, que evaden el sujeto de su realidad, haciéndole las veces de escapes ficticios, pues sus formas de empleo son alienantes y consumistas, que se apartan del objeto primario, las funciones, las estructuras y los medios de la recreación.

**La recreación rebasa la oferta de la simple actividad y ubica al profesional en la obligación de desarrollar conductas que promueven valores y la participación conciente y voluntaria sin olvidar el elemento del goce y el placer de involucrarse en su práctica.**

Un planteamiento a priori, comúnmente extendido y aceptado, es el que afirma que el ocio creativo y participativo, así como la “diversión sana “son parte de los contenidos y propósitos de la recreación. **La recreación es una necesidad individual, social, psicológica y cultural**, que tiene que ser satisfecha a través de actividades que deben reunir un mínimo de características (recreacionales), tales como:

Cuadro 3. Características de la recreación

<b>Características</b>	
Una participación de la persona	Una actividad
Debe darse durante el tiempo libre	Tiempo libre
Ser elegida libremente	Voluntaria
Sin fines de lucro o beneficios	No utilitaria
Agradable a la persona	Placentera
No cause daño a la comunidad	No sea antisocial
No cause daño a la persona	No sea autodestructiva
Un contenido	Científico, artístico, político, técnico, cultural, educativo, deportivo, turístico.

Lupe Aguilar. 1999

La recreación es un proceso a través del cual el ser humano logra modificaciones en su forma de ser, obrar, pensar y sentir, es también un fenómeno psico-social que forma parte del proceso de producción –reproducción económica, política e ideológica, durante el tiempo libre, como extensión de la jornada laboral.

La recreación es:

- ط Una practica social: en cuanto puede describir formas de comportamiento y maneras de ser de una sociedad dada, por la manera en que utiliza su tiempo libre.
- ط Una institución social: existen formas socialmente institucionalizadas y reglamentadas de recreación, que también tipifican a una sociedad ya sea de manera oficial o bien tradicional y hasta folklórica.
- ط Una sub-institucion de tiempo libre: por darse esta necesariamente, dentro de este espacio del “tiempo social”. en la practica de las actividades recreacionales intervienen, se interrelacionan y confluyen distintos elementos que pertenecen y componen a las ciencias, artes y técnicas, la educación, el deporte y el turismo, convirtiéndose, por lo tanto, en sus áreas y medios de expresión.

Desde un esquema referencial teórico práctico se entiende que la recreación se constituye desde dos aspectos, uno el antropológico y el otro el institucional.

La Recreación desde una visión antropológica como un fenómeno que permite el acceso a nuestro patrimonio cultural común. A esta podemos situarla como una toma de posición que facilita satisfacer esa necesidad de encuentro, diversión, placer y libertad. Donde muchas veces los sujetos se encuentran con sus propias limitaciones, viviendo situaciones de displacer.

Estos aspectos aportan a la resolución de la problemática de la identidad, en términos de necesidad de identificación, de reconocimiento en el contexto social.

De hecho podemos definirla **como el conjunto de actividades y/ o acciones que tienen como objetivo el desarrollo pleno del sujeto en su contexto social y en el marco de su libertad para elegir. Y que están atravesadas por un sentimiento de placer y renovación permanente.** (. Ps. Social Fabián Vilas Director Centro Recreándonos / Montevideo- Uruguay).

Esta es una de las tantas definiciones y visiones que podemos encontrar en la teoría, sin embargo serán tomadas en cuenta las definiciones del diccionario de la lengua española que edita real academia de la lengua.

Recreación: “Acción y efecto de recrear o recrearse”, “diversión para alivio del trabajo en lugares amenos”.

También se encuentran términos afines como:

Recrear: “crear o producir de nuevo alguna cosa”, “divertir, alegrar o deleitar”

Recrearse: “Que recrea o es capaz de causar recreación”

Otros conceptos encontrados fueron:

“Recreación es aquel conjunto de prácticas de índole social, realizadas colectiva o individualmente en el tiempo libre de trabajo, enmarcadas en un tiempo y en un espacio determinado, que otorgan un disfrute transitorio sustentado en valor social otorgado y reconocido a alguno de sus componentes (Psicológico, simbólico, material) al que adhieren como satisfactorio del placer buscado, los miembros en una sociedad concreta” (GERLERO, Julia. ¿Ocio, Tiempo Libre o Recreación? 2004).

Adicional a los conceptos teóricos encontrados también fueron hallados algunos con representaciones prácticas como:

“Recreación hace referencia a escuchar música, lo artístico, auto formarse, socializarse” (VENTOSA, Víctor. Manual del Monitor del Tiempo Libre. 1998).

La recreación se puede clasificar de distintas maneras según sus propósitos de aplicación, presentando diversas modalidades recreativas tales como: la social, al aire libre, la pública, la privada y la especial, física, entre otras.

**4.2.5.1 Tipos de Recreación** (LOPATEGUI, EDGAR. Recreación. SaludMed: Ciencias de la Salud y del Movimiento, 2001).



La recreación puede ser activa o pasiva. La *recreación activa* implica acción, ósea aquella persona que mientras presta unos servicios disfruta de los mismos. Por el otro lado, la *recreación pasiva* ocurre cuando el individuo recibe la recreación sin cooperar en ella, porque disfruta de la recreación sin oponer resistencia a ella. Por ejemplo, ir al cine. Por el otro lado, los campamentos estimulan las posibilidades físicas e intelectuales del joven.

**Recreación para la Comunidad:** Es aquel tipo de recreación evidente cuando las experiencias o actividades se organizan como parte de un programa para la comunidad por agencias gubernamentales o voluntarias. Este programa debe estar diseñado hacia el logro de metas constructivas que beneficien al individuo o al grupo. Denota aquellas actividades que provee la sociedad a través de diversas instituciones tales como las secretarías municipales y departamentales de deporte y recreación, la escuela y el hogar.

### ط Valor y Concepto de la Recreación en la Población

La gente a veces no sabe lo que significa recreación, pero realizan actividades recreativas. Estas actividades recreativas son unas necesidades básicas al igual que lo es el trabajo, el amor, el comer, entre otras. La recreación nos libra de tensiones, nos renueva y nos hace humanizar, lo cual es muy importante en esta era moderna, tecnológica y deshumanizadora. Pero la gente por si sola no puede recrearse debidamente, necesita líderes recreativos que ayuden a ésta gente encontrar retos y metas constructivas y que aprovechen bien su tiempo libre. La recreación es pues función y responsabilidad del gobierno

### Valores de la Recreación

- Contribuye a la dicha humana y al bienestar físico y mental del individuo. La recreación provee al medio para que el individuo alcance la felicidad.
- Tiene un valor preventivo al ayudar al individuo a obtener una vida sana y feliz. La recreación contribuye a la estabilidad emocional al permitir el descanso, relajación y actividades recreativas. En los niños, estimula al estímulo neuromuscular y motor necesario para un desarrollo y crecimiento sano. La contribución principal de la recreación al bienestar total de la persona se fundamenta en su valor para la prevención de enfermedades al permitir una vida más saludable y feliz.
- Se emplea en la rehabilitación mental del individuo.
- Ayuda a desarrollar el carácter personal y a la cultura nacional.
- Fomentar las cualidades cívicas, ya que las actividades recreativas como los juegos en equipo, el teatro, los bailes folklóricos, la música, entre otros, requieren lealtad, cooperación y compañerismo.
- Es un agente potente de la prevención del crimen y la delincuencia.

- Desarrolla principios democráticos. (No reconoce posición social, posición económica, raza, credo, nacionalidad, educación o cultural). Contribuye eficazmente a la solidaridad comunal.
- Mantiene la moral pública y del individuo.
- Contribuye a la erradicación de accidentes con un adecuado programa de recreación.
- Economiza los presupuestos gubernamentales que es necesario emplear en hospitales para dementes y centro de reeducación para jóvenes y adultos.
- Desarrollo lideratos. (líderes recreativos son aquellas personas que hacen mucho con poco y trabajan a la altura de esa posición, estudiando y leyendo mucho, investigando, organizando y planificando actividades recreativas y culturales en forma continua.
- Ayuda a la rehabilitación del individuo.
- Despierta y realiza las potencialidades del ser humano.

#### **4.2.5.2 Áreas de la Recreación**

Las actividades que comúnmente proveen experiencias recreativas toman una variedad de formas. Esto se debe a que la recreación depende de las actitudes e intereses particulares del individuo hacia la actividad. Simplemente, se trata de la selección de una variedad casi infinita de actividades recreativas disponibles durante el ocio. Por ejemplo, muchas personas disfrutan la pesca, cantar, patinar, fotografía, bailar o tomar parte en un juego. El interés por las muchas formas de recreación varía según la edad, intereses, habilidad física, capacidad intelectual y deseos del individuo por cambiar. Por otro lado, algunas actividades se pueden practicar y son disfrutables a través de toda la vida. La recreación, pues, puede incluir leer un libro, sembrar flores en el patio, observar una espectáculo de titiriteros, escuchar un concierto sinfónico, crear una pintura al óleo, cuidar los nietos, acampar con la familia, jugar baloncesto con los amigos, ir a una discoteca, dar la bienvenida a los amigos en una fiesta. La recreación se puede experimentar por una persona mientras se encuentre sola, con otros, o en un grupo grande. En ciertas formas consiste de participaciones activas; en otras, de relajación silenciosa, escuchar u observar. Similar a la educación, la recreación es para la gente de cualquier país y de cualquier edad. El potencial de la recreación para una vida creativa, satisfaciente y enriquecida aumenta los límites del ocio. En resumen, tenemos que las formas de las actividades recreativas puede ser:

- Juegos
- Deportes
- Artesanías
- Música

- Bailes
- Literaturas Idiomáticas y afines.
- Drama.
- Actividades recreativas de índole social.
- Actividades especiales
- Actividades de servicio a la Comunidad.
- Actividades al aire libre (campamentos, pasadías, giras, entre otros.).
- Pasatiempos.

#### 4.2.5.3 Beneficios que han sido atribuidos a la Recreación. **(Funlibre, 2004)**

### **Beneficios personales**

#### **Psicológicos**

1. Mejor salud mental y mantenimiento de la misma
  - Sentido holístico de bienestar
  - Manejo del estrés (prevención, mediación y restauración)
  - Catarsis
  - Prevención y reducción de la depresión, la ansiedad y el enojo
  - Cambios positivos en los estados de ánimo y las emociones
  
2. Desarrollo y crecimiento personal
  - Autoconfianza
  - Independencia
  - Competencia
  - Seguridad de si mismo
  - Clarificación de valores
  - Mejoramiento académico y del desempeño cognitivo
  - Autonomía e independencia
  - Sentido de control sobre la propia vida
  - Humildad
  - Liderazgo
  - Aumento de la capacidad estética
  - Aumento de la creatividad
  - Crecimiento espiritual
  - Adaptabilidad
  - Eficiencia cognitiva
  - Resolución de problemas
  - Aprendizaje natural
  - Conocimiento, aprendizaje y apreciación cultural e histórica
  - Conocimiento y comprensión ambiental
  - Tolerancia

- Competitividad balanceada
- Vida balanceada
- Prevención de problemas en jóvenes en riesgo
- Aceptación de las propias responsabilidades

### 3. Satisfacción y apreciación personal

- Sentido de libertad
- Autoactualización
- Fluidez y absorción
- Euforia
- Estimulación
- Sentido de aventura
- Desafíos
- Nostalgia
- Calidad de vida y/o satisfacción con la vida
- Expresión creativa
- Apreciación estética
- Apreciación natural
- Espiritualidad
- Cambios positivos de las emociones y el estado de ánimo

## **Beneficios Psicofisiológicos**

1. Beneficios cardiovasculares, incluyendo prevención de ataques
2. Reducción o prevención de la hipertensión
3. Reducción del colesterol y los triglicéridos
4. Mejor control y prevención de la diabetes
5. Prevención del cáncer de colón
6. Decremento de problemas dorsales
7. Reducción de la grasa corporal y la obesidad y /o control de peso
8. Mejoramiento del funcionamiento neuropsicológico
9. Incremento de la masa esquelética y fortalecimiento en los niños
10. Incremento de la fuerza muscular y mejor conexión de los tejidos
11. Beneficios respiratorios (incremento de la capacidad muscular, beneficios para las personas con asma).
12. Reducción de la incidencia de enfermedad
13. Mejoramiento del control urinario en la vejez
14. Incremento de la expectativa de vida
15. Manejo de los ciclos menstruales
16. Manejo de la artritis
17. Mejoramiento en el funcionamiento del sistema inmune
18. Reducción del consumo de alcohol y uso de tabaco

## **Beneficios sociales y culturales**

- A. Satisfacción comunitaria
- B. Orgullo de la comunidad y la nación
- C. Conocimiento y apreciación cultural e histórica
- D. Reducción de la alienación social
- E. Compromiso comunitario y político
- F. Identidad étnica
- G. Vinculación social, cohesión y cooperación
- H. Resolución de conflictos y armonía
- I. Desarrollo comunitario en un ambiente de toma de decisiones
- J. Soporte social
- K. Soporte democrático ideal de libertad
- L. Vinculación familiar
- M. Reciprocidad y compartir.
- N. Movilidad social
- O. Integración comunitaria
- P. Nutrirse de otros
- Q. Comprensión y tolerancia de otros
- R. Medioambiente de conocimiento y sensibilidad
- S. Mejor visión del mundo
- T. Socialización y culturización
- U. Identidad cultural
- V. Continuidad cultural
- W. Prevención de problemas sociales para jóvenes en riesgo
- X. Beneficios para el desarrollo de los niños

## **Beneficios económicos**

- A. Reducción de los costos de salud
- B. Incremento de la productividad
- C. Menos ausentismo en el trabajo
- D. Reducción de los accidentes de trabajo
- E. Decremento de las rotaciones en el trabajo
- F. Balance monetario internacional por el turismo
- G. Crecimiento económico local y regional
- H. Contribuciones al desarrollo económico nacional

## **Beneficios Medioambientales**

- A. Mantenimiento de infraestructura física

- B. Administración y preservación de opciones
- C. Agricultura y mejoramiento de las relaciones con el entorno natural
- D. Ética medioambiental
- E. Compromiso público con los temas del medioambiente
- F. Protección ambiental
  - 1. Sostenibilidad del ecosistema
  - 2. Diversidad de las especies
  - 3. Mantenimiento de los laboratorios científicos naturales
  - 4. Preservación de las áreas naturales
  - 5. Preservación de la cultural, la herencia, y los sitios y áreas históricas

## PRÁCTICA SOCIAL

### 4.1.9 Práctica

El verbo practicar es sinónimo de ejecutar, hacer o llevar a cabo; lo que uno de estos usos es entenderlo como la “aplicación de una idea o doctrina” (Restrepo y Campo 2002:12). La práctica (del griego *praktikós*) se refiere al ejercicio de una actividad o facultad según unas reglas particulares; y a la aptitud de quien lo realiza, lo cual lo habilitará para hacerlo de nuevo. Por tanto puede asumirse como una actividad continuada, una costumbre o un modo de ser; y constituye tanto una forma para adquirir destrezas y habilidades como una demostración de que éstas finalmente se adquirieron.

Como indica Carr (1999), el concepto actual de la práctica está ligado a uno más antiguo, amplio y coherente, elaborado en el marco del pensamiento clásico, a partir del cual se ha transformado. Los griegos hacen una distinción entre *praxis* y *poiesis*. La *praxis* (acción) consiste en realizar un bien moralmente valioso (que es un fin en sí mismo), suponiendo principios que habrán de entenderse según un contexto o situación particular. Por el contrario, la *poiesis* (producción o fabricación) es un tipo de acción de carácter instrumental, cuyo fin es hacer realidad algún producto o artefacto específico. La *poiesis* se rige por la forma de conocimiento propia de la *techné*, que alude a un conocimiento técnico, adquirido y ejercitado en analogía con el trabajo manual.

Practicar nada tiene que ver con que unos individuos acepten e implanten una descripción racional de lo que deben ser las metas de su práctica, sino con la iniciación en el saber, en las formas de ver y en las creencias legadas por la tradición, a través de la cual se nos ha transmitido la práctica en su forma actual.

Practicar es actuar en el marco de una tradición y sólo sometiéndose a su autoridad, los profesionales pueden comenzar a adquirir el conocimiento práctico y los niveles de excelencia por los que se juzgará su competencia (Carr, 1999). Siguiendo a Bourdieu (1991) puede afirmarse que las prácticas en general se caracterizan por la incertidumbre y la vaguedad, pues están regidas por principios prácticos que varían según la lógica de la situación y del contexto.

Practicar implica siempre actuar en medio de una cultura y debe distinguirse una práctica sustentada en la tradición –el hábito y la costumbre (*habitus*)– de otra orientada por la reflexión y la actitud crítica.

El sentido de la práctica puede también precisarse mediante la distinción entre acciones y prácticas propiamente dichas. Mientras que las primeras son actividades en el campo natural o social que persiguen bienes extrínsecos –por ejemplo el poder o el prestigio–; las prácticas son actividades cooperativas, coherentes, complejas y socialmente establecidas, a través de las cuales se generan bienes internos –por ejemplo, la práctica de la medicina busca el bien intrínseco de la salud; o la de la educación, el de la formación. Esta relación entre práctica y logro de bienes intrínsecos remite a la dimensión ética y a la preocupación que le es inherente por el logro de la excelencia (Gaitán y Jaramillo, 2003: 15).

Para ampliar la distinción epistemológica entre *praxis* y *poiesis*, Carr (1999) contrapone el razonamiento técnico al razonamiento práctico. El primero considera una acción como medio para un fin conocido y el asunto radica en la adecuada selección de los medios para alcanzarlo; el segundo consiste en determinar qué hacer cuando estamos ante dilemas morales, lo cual supone un proceder deliberativo y prudente.

Como los fines de una práctica siempre son indeterminados y no pueden fijarse de antemano, hace falta una forma de razonamiento en la que la elección, la deliberación y el juicio práctico desempeñan una función fundamental. La sabiduría práctica se manifiesta en saber qué hacer en una situación moral concreta y en actuar de manera coherente con dicho saber. Se trata de una capacidad moral general que combina el saber práctico del bien, con el juicio fundado acerca de lo que constituye una expresión adecuada de ese bien en una situación específica (Carr 1999).

El conocimiento práctico está sometido a constante reinterpretación crítica a través del diálogo y la discusión sobre el modo de conseguir bienes prácticos. De esta forma, la práctica aporta un saber sobre cómo promover el bien a través de la acción moralmente recta.

El análisis de la práctica se ha abordado desde diversas perspectivas, tales como la psico-cultural, la sociología comprensiva, la hermenéutica, la teoría crítica y la pedagogía radical. Frente a una concepción meramente técnica que concibe a la práctica como una ejecución y a los sujetos como agentes de ella, es decir, como simples correas de transmisión de un conjunto de fuerzas que los trascienden; estos enfoques buscan rescatar el componente simbólico del sujeto, sus interpretaciones y su capacidad de iniciativa y decisión.

Para una adecuada caracterización de la práctica es fundamental el concepto de cultura.

Como indica Ávila (2001), la cultura está inmersa en el mundo de la vida y se expresa y refleja en cada uno de los espacios de la cotidianidad, mediante hábitos socialmente reglados en su continuo ejercicio y orientadores de las acciones en eventos concretos. Los estudios teóricos sobre la cultura han permitido entenderla no como una ciencia experimental en busca de leyes sino una ciencia interpretativa en busca de significantes” (Geertz, 2003, 20), en la que nos encontramos atrapados y con la cual interpretamos el mundo experiencial y orientamos las acciones. Por tanto debe entenderse como una construcción colectiva de significaciones que permanentemente se modifican mediante el intercambio de experiencias, reflexiones y actitudes críticas en las nuevas generaciones.

Para Gimeno, la práctica es un ejercicio que implica la reiteración de acciones que se presentan en forma continua y permanente, y que están sustentadas en conceptos culturales y normativos. La práctica es una acción que se repite de acuerdo con unas reglas que le son propias; aunque no se trata de una reglamentación rígida, sino de regulaciones que suponen un acatamiento consensual y voluntario. De igual forma, la práctica es fuente de acciones que se acumulan en forma de capital cultural y orientan acciones futuras (Gimeno, 1999).

Restrepo y Campo (2002) proponen una doble distinción al interior del concepto de práctica: en cuanto *praxis* (ejercicio, costumbre), constituye una actividad continua que se hace de acuerdo con reglas y configura hábitos entendidos como modos de ser. El hábito es producto de las prácticas y generador a la vez de nuevas prácticas. La práctica se desarrolla en la cotidianidad y exige una permanente toma de decisiones y elecciones desde un marco *táctico*, entendido como arte de saber decidir y hacer lo apropiado. En este sentido puede hablarse de un saber de lo cotidiano (talento, arte) que guía la elección individual y permite el desarrollo de una sabiduría práctica.

En una segunda acepción, la práctica puede caracterizarse como *modo de hacer*, es decir, como una manera particular observada en las operaciones y como el estilo que se expresa en ellas. El *modo* permite repetir la acción y darle una forma que le es propia. En este sentido, la práctica hace referencia a un proceder particular que, gracias a la invención y al arte de quien lo realiza sistemáticamente, hace posible alcanzar un propósito específico. La *forma* define a la acción por el modo en que se hace; es el estilo que se manifiesta de múltiples modos. El estilo se refiere a *formas de hacer* que imprimen un carácter determinado a la acción y reflejan el modo de ser de quien actúa (Cfr. Restrepo y Campo, 2002).



#### 4.1.10 Practicas Sociales

Las sociedades humanas son aglomerados de interés conformados por hombres y mujeres (agentes sociales) y las condiciones materiales en las que viven (mundo de los objetos). Hombres, mujeres y condiciones materiales integran las *condiciones objetivas de la vida social*. Los acontecimientos que ponen en relación estas tres categorías objetivas constituyen las *prácticas sociales*, las cuales plasman en un sentido concreto toda la combinatoria potencialmente ilimitada entre las tres condiciones objetivas de la vida social. Las prácticas sociales, al gestar, formar o mantener mujeres, hombres y condiciones materiales, proponen también su articulación y establecen de este modo las reglas del juego social, un juego siempre mediatizado por las propias condiciones objetivas, ya que sin ellas nunca sería posible.

Dado que las sociedades humanas se asientan y definen a partir de determinadas prácticas sociales. Sólo “son” en cuanto a dichas prácticas. Así pues, las prácticas sociales, en tanto acontecimientos materiales, constituyen la realidad social, que adquirirá diferentes expresiones según el entramado de aquéllas. Las prácticas sociales pueden pertenecer a tres esferas: parental, económica y política. La primera garantiza la generación, mantenimiento y formación de hombres y mujeres, la segunda la producción de las condiciones materiales para la vida social y, la tercera, la creación de categorías sociales que trascienden la condición sexual. Así pues, constituyen el universo marco de la definición social, orientándose a la reproducción del grupo en el umbral de la vida, de las condiciones materiales y de la vida social.

Hemos señalado que en las prácticas sociales se articulan las tres condiciones objetivas en diversas disposiciones. Los agentes sociales, hombres y mujeres, protagonistas de toda práctica, participan desde posiciones que sólo excepcionalmente cabría calificar de igualdad. Aunque sólo sea por la experiencia histórica que nos ha tocado vivir, preferimos enfocar la cuestión desde el concepto de *distancia social* en lugar de partir del de ‘igualdad’. Más próximo a la excepción que a la regla. En el campo semiántico de distancia social se incluyen los factores que expresan (1) las disimetrías *sociales* (2) la *diferenciación sexual* como socialización de la *diferencia sexual*. La disimetría social es sinónimo de explotación económica y ocurre cuando el consumo. Uso, disfrute o control de las condiciones materiales es efectuado por agentes ajenos en todo o en parte a quienes se encargaron de su producción y/o mantenimiento sin ofrecer contrapartidas. La disimetría social puede producirse entre clases, grupos de edad y/o sexos y establecerse a nivel inter o intragrupal. Se consolida en el seno de las prácticas socio-políticas, aunque se fragüe en el seno de las actividades económicas o en los procesos de trabajo implicados en ellas. La confusión entre emergencia y consolidación ha sido común entre quienes han considerado la aparición de la jerarquización social y del estado como consecuencia de la

adopción de nuevas formas económicas, como la agricultura de regadío, el policultivo mediterráneo o el intercambio a corta o larga distancia.

Desde esta perspectiva, la complejidad de las estrategias de subsistencia habría propiciado el surgimiento de individuos y grupos progresivamente desvinculados de la producción directa. Que pasarían a desempeñar funciones de gestión o control de carácter general. Ello les habría permitido asumir una posición cada vez más destacada, traducida en el acceso privilegiado a una serie de bienes y servicios. Esta argumentación. De amplio eco en las ciencias sociales, asume unos lazos de necesidad que no son en absoluto evidentes. En particular, es preciso objetar que de la división del trabajo requerida en determinadas estrategias de subsistencia no se deduce en modo alguno la desigualdad en el consumo/disfrute de lo producido. Debe quedar clara que esta desigualdad es siempre una decisión unilateral de carácter político enraizada en unas condiciones materiales dadas, que requiere. A menudo, de la coerción física para mantener la coordinación de los procesos de trabajo y la distribución diferencial de lo producido.

En lo referente a la diferencia sexual. Resulta evidente que la prerrogativa de las mujeres como productoras de nuevos individuos marca una diferencia crucial respecto a los hombres. Sin embargo, este hecho, que inaugura el mundo de lo parental. No tendría por qué establecer disimetrías sociales de partida, si éstas no quedasen potenciadas por medio de prácticas socio-políticas destinadas a tal fin. Estas pueden convertir la diferencia sexual en diferenciación sexual, una condición social según la cual la mujer, fuerza productiva y medio de producción al mismo tiempo. Es susceptible de ser explotada por los agentes improductivos. En este caso, la diferencia sexual no es únicamente biológica, sino que también es social. La categoría de diferenciación sexual implica la noción de explotación y se sitúa al mismo nivel de las restantes disimetrías sociales. La diferenciación sexual ejercida sobre las mujeres en cuanto a su potencial reproductivo (gestación. amamantamiento) ha acostumbrado a extenderse a otros ámbitos de prácticas socio-parentales (formación de la descendencia x' cuidado de la unidad parental). No obstante, al tratarse ahora de actividades libres en principio de determinantes biológicos, se abre la posibilidad de que sean agentes masculinos quienes padezcan la diferenciación sexual. Tan sólo en esta eventualidad imaginable pero de la cual no tenemos noticia alguna, serían hombres quienes ocupasen la posición más desfavorecida en este tipo de distancia social.

Las formas de distancia social, a menudo soslayadas, deber quedar enunciadas explícitamente para evitar el olvido que acompaña a menudo a la omisión, sea ésta consciente o no. En este sentido, la presencia en el plano de los discursos o de las representaciones de sólo una de las dos categorías de agentes sociales (mujeres y/o hombres) o en ocasiones, de un sector restringido de ellos. Conlleva la discriminación total o parcial de los/as restantes. En contra de esta actitud tan habitual en la Academia y en muchos otros ámbitos de nuestra sociedad, la investigación arqueológica sobre la distancia social debe ser enfocada para

denunciar/desocultar las estrategias de afianzamiento en términos de explotación, opresión o ejercicio de la violencia, tanto física como simbólica, así como las posibles iniciativas de resistencia.

Como categorías de análisis arqueológico, las condiciones objetivas de la vida social poseen un claro contenido material que facilita su constatación empírica. Desde el punto de vista arqueológico podemos contar con hombres, mujeres y condiciones materiales en un soporte físico, cuya disposición permitirá definir espacios sociales (*infra*). Por ello, la arqueología se encuentra en una posición privilegiada, en tanto que su aproximación a las condiciones objetivas de la vida social es directa o de primera mano, y no se produce mediatizada por los textos escritos ni por las declaraciones orales de los propios hombres y mujeres. En ambos casos constituyen referentes de significación y, como tales, intermediarios de la realidad material que pretenden significar.

## **ESTADO CIENTIFICO ACTUAL**

Existen investigaciones previas relacionadas con Tiempo Libre, Ocio, Recreación y algunas sobre representaciones y practicas sociales, las cuales se convierten en puntos de referencia para la presente investigación.

En la facultad de Ciencias de la Educación se encuentra **“uso del tiempo libre y actividades bibliográficas de los estudiantes de la universidad tecnológica de Pereira”** hecha por Luz Mary Alzáte Grisales, Raúl Díaz Torres, Cielo Trinidad Medina Ospina y Carlos Arturo Montoya Palacio (Alzáte, 1998). Se realizó un estudio encaminado a determinar el uso del tiempo libre y las actividades bibliográficas realizadas por los estudiantes de la Universidad Tecnológica de Pereira, en el primer semestre del año 1996. Para ello se tomó como base los resultados expuestos por Parra Sandoval en su estudio (1992) y con la asesoría del doctor Fernando Romero Loaiza, se elaboró, y aplico y analizo una encuesta en una muestra de 412 estudiantes donde estaban representados cada uno de los programas académicos que brinda la universidad. En este estudio se obtuvieron resultados similares realizados en otras investigaciones.

**“Utilización adecuada del tiempo libre”** hecha por Luz María Sánchez Y Rosmira Becerra (1997). Por medio de la realización, ejecución y evaluación del proyecto, se pretende que los estudiantes de la escuela Eduardo santos generen procesos de participación, democracia, tolerancia, creatividad, afianzando sus actitudes de respeto hacia las normas establecidas, reforzando su autoestima, estableciendo buenas relaciones interpersonales entre ellos mismos, los padres de familia y lo profesores y se desarrollen adecuadamente a nivel intelectual, socio afectivo, y psicomotor, haciendo un redimensionamiento de la importancia que tiene el tiempo libre, explicándoles que no se debe dejar que se convierta en tiempo para el ocio, sino que se debe aprovechar al máximo mediante la

realización de actividades lúdicas o manuales que los mantengan alejados del peligro y dispuestos siempre a crear cosas nuevas.

**“Preferencias y escogencias de carrera, uso del tiempo libre y actividades bibliográficas en los estudiantes de la facultad de ciencias de la educación”** hecha por Gloria Inés López López y Juan Carlos Velázquez Hoyos (1997). El objeto de este estudio es analizar diversos aspectos relacionados con las preferencias y escogencias de carrera, uso del tiempo libre y actividades bibliográficas en la facultad de ciencias de la educación de la Universidad Tecnológica de Pereira. 1996 y 1997.

**“Los impresos y uso del tiempo libre”** hecha por Ana Cecilia Arbeláez de Yepes y Orlando Lozano Sánchez (1998). Este estudio comprende aspectos relacionados con trabajo y estudios de expertos que han evaluado la importancia del impreso como elemento activo dentro del proceso histórico social y de desarrollo científico. Se tomo el uso del tiempo libre dentro de este trabajo como ese espacio que todo individuo debe tener para socializar sus conocimientos en aras de interactuar con otras disciplinas pertinentes a la vida misma de profesores, alumnos y padres de familia.

**“Identificación de las actividades recreativas y utilización de espacios en tiempo libre de los jóvenes de media vocacional en colegios urbanos de Pereira. Giraldo, J. UTP. Ciencias de la Salud. Ciencias del Deporte y la Recreación (2001)”**. El proyecto tuvo como objetivo primordial, determinar por medio de una encuesta las actividades recreativas y utilización de espacios en el tiempo libre en los jóvenes de media vocacional en colegios urbanos de Pereira; fue realizado con la colaboración logística del INDER Pereira y la asesoría metodológica y temática de la Universidad Tecnológica de Pereira, durante el año 2000 y finales del 2001. El alcance social será una mejor utilización del tiempo libre por medio de la elaboración de proyectos por parte de los mismos colegios, instituciones deportivas las cuales propondrán alternativas para una buena utilización del tiempo libre. Esta fue una investigación cuantitativa-descriptiva realizada con estudiantes de media vocacional en los colegios urbanos de la ciudad de Pereira. Las principales conclusiones dejadas por este proyecto son que las actividades mas desarrolladas por los alumnos de media vocacional en el tiempo libre son escuchar música, ver televisión, estar con los amigos. Además se llevo a la conclusión que los escenarios donde los adolescentes de media vocacional prefieren pasar su tiempo libre son centros comerciales, escenarios deportivos y la esquina del barrio.

Y finalmente los dos trabajos de investigación que sirvió de guía del presente:

**“Prácticas y representaciones sociales de tiempo libre, ocio y recreación en los estudiantes de pregrado en jornada diurna de la Universidad Tecnológica de Pereira 2007”**.

**“Identificación de conceptos y prácticas sociales de tiempo libre, ocio y recreación de los estudiantes de pregrado diurno de la fundación universitaria del área andina de Pereira 2008”.**

Estos hacen parte del mismo proyecto de investigación en el municipio, teniendo en cuenta que la población es la misma (estudiantes universitarios) lo que cambian son las universidades. La primera investigación fue realizada por los estudiantes Ariel Gustavo Gómez Murcia y Eduardo Antonio Pérez Restrepo (2007). Su objetivo fue Describir las prácticas y las representaciones sociales de Tiempo Libre, Ocio y Recreación en los estudiantes de pregrado de la jornada diurna de la Universidad Tecnológica de Pereira y la segunda fue realizada por Viviana Ceballos Arango, Jhonny Alexander Flórez Mejía y Dumar Hoyos Castañeda (2008). Su objetivo fue Identificar los conceptos y las prácticas sociales de Tiempo Libre, Ocio y Recreación en los estudiantes de pregrado diurno de la Fundación Universitaria del Área Andina de Pereira 2008.

Estas son algunas de las investigaciones relacionadas o similares a la presente, entre muchos otros estudios realizados por importantes firmas del país y del mundo.

## **5 METODOLOGIA**

## **DISEÑO**

La presente es una investigación cuantitativa transversal descriptiva.

Esta investigación pretende a través de una encuesta estructurada conocer cuales son las prácticas y la descripción social de los conceptos de Tiempo Libre, Ocio y Recreación en los estudiantes de pregrado de la Universidad Católica Popular Del Risaralda, identificar sus gustos y preferencias para finalmente realizar un análisis minucioso de la información recopilada, aportándolo a la institución para ser articulado con el proceso de creación de programas que se deriven de bienestar.

## **POBLACIÓN Y MUESTRA**

La población objeto de estudio son los estudiantes de diferentes programas de la Universidad Católica Popular Del Risaralda. Esta universidad es de carácter privado, ubicada en la Carrera 21 No. 49 - 95 Avenida de las Américas en la ciudad de Pereira. La población asciende según datos proporcionados por la Oficina de Registro y Control Académico a 2495 estudiantes, en edades comprendidas entre los 15 y los 53 años. Se tendrán en cuenta 12 programas de pregrado de la de esta universidad. El único criterio existente de inclusión es ser estudiante oficial de la Universidad Católica Popular Del Risaralda, para lo cual debe estar matriculado. La técnica de muestreo empleada fue el Muestreo Aleatorio Simple.

Luego de la aplicación de la técnica de muestreo sobre la población se obtuvo una muestra representativa de 333 sujetos.

Posteriormente se inicio la aplicación del instrumento a los integrantes de la muestra por parte de los investigadores.

### **5.1.1 Variables.**

- 5.1.1.1 Variable: Tiempo Libre. Es el que queda libre de las obligaciones y necesidades cotidianas y se emplea en lo que uno quiere (Giraldo, 2001)

DIMENSIONES	ÍTEMS	OPCIONES DE RESPUESTA
<p><b>PRACTICA SOCIAL DE TIEMPO LIBRE:</b></p> <p>Aquellas actividades que son desarrolladas en uso del tiempo libre del individuo.</p>	<p>Trabajador independiente Lugares visitados Baloncesto Raqueta Participación en voluntariados Videojuegos Tiempo Libre</p>	<p>Si, No</p>

5.1.1.2 Variable: Recreación. 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. (art 5, ley 181 de 1995).

DIMENSIONES	ÍTEMS	OPCIONES DE RESPUESTA
<p><b>PRACTICA SOCIAL DE RECREACION</b></p> <p>Actividades que realiza el individuo con el único objetivo de recrearse.</p>	<p>Religión Procesos académicos extras Parques Bares Discotecas Cines Billares Centros Comerciales Natación Fútbol Gimnasio Atletismo Ciclismo Bailar Charlar Escuchar música Compartir con amigos Gimnasio Cafetería</p>	<p>Si, No</p>



5.1.1.3 Variable: Ocio. Forma de utilizar el tiempo libre mediante una ocupación autotélica y autónomamente elegida dentro de un campo determinado de libertad, cuyo desarrollo resulta satisfactorio y placentero al individuo (Trilla, 2000).

DIMENSIONES	ÍTEMS	OPCIONES DE RESPUESTA
<p><b>PRACTICA SOCIAL DE OCIO</b>            Actividades que realizan los sujetos con el fin de invertir su tiempo de ocio.</p>	<p>Trabajo            Domicilio            Sistemas            Monitor            Comerciante            Procesos técnicos            Idiomas            Café Internet            Deporte o Actividad Física            Voleibol            Grupos juveniles            Grupos artísticos            Grupos musicales            Ver Televisión            Chatear            Lectura            Escritura            Participación grupos académicos            Practica de deporte            Internet</p>	<p>Si, No</p>

5.1.1.4 Variable: Representación Social. Esquemas de conocimiento compartidos acerca de "objetos sociales" que adquieren así una tipicidad. Son elaboraciones del "sentido común", de la experiencia cotidiana que orientan la conducta de las personas de un grupo social.

DIMENSIONES	ÍTEMS
<p><b>REPRESENTACION SOCIAL DE RECREACION</b>            Imaginario y constructo social que el individuo tiene sobre la Recreación.</p>	<p>Actitud de placer, de libertad para volver a crearse, relacionada con el juego            Experiencia de disfrute voluntaria que implica temporalidad, intencionalidad y organización, generando satisfacción hacia el propio yo            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 practica de actividades físicas o intelectuales de esparcimiento</p>

<b>TECNICAS E INSTRUMENTOS</b>	<b>REPRESENTACION SOCIAL DE OCIO</b> Imaginario y constructo social que el individuo tiene sobre el Ocio.	Es un estado del alma donde se desarrollan actividades libres, de no trabajo Experiencia de libertad y un estado mental, de libre elección en el tiempo propio Es un espacio creativo, de expansión de la personalidad, de contenido lúdico, formativo, auto expresivo y de salud en sus acepciones de bienestar, físico, psíquico y social
	<b>REPRESENTACION SOCIAL DE TIEMPO LIBRE</b> Imaginario y constructo social que el individuo tiene sobre el Tiempo Libre.	Es un espacio cronológico útil para una vivencia de libertad, dominio y diversión Modo del tiempo social de participación voluntaria, de actividades de no trabajo* Es el uso constructivo que el ser humano hace de él... en funciones básicas el descanso, la diversión, el complemento de la formación, la socialización, la creatividad, el desarrollo personal, la liberación en el trabajo y la recuperación psicobiológica

**5.1.2 Origen**

. El instrumento surge a partir de la recopilación de información hecha por el Magíster Norman Jairo Pachón Villamil, docente de la Universidad Tecnológica de Pereira, en el programa Ciencias del Deporte y la Recreación, específicamente en el área de Recreación, en la cual por medio de la revisión bibliográfica se encuentran algunas actividades que pueden ser ubicadas como prácticas sociales de Ocio, Recreación y Tiempo Libre. Además surge en el docente la interrogante de que representaciones sociales tienen los jóvenes con respecto a los conceptos antes mencionados. Entonces a partir de allí se genera la necesidad de crear un instrumento que evalúe y genere resultados a esas interrogantes.

El instrumento original, fue utilizado por primera vez en el trabajo de investigación; *PRÁCTICAS Y REPRESENTACIONES SOCIALES DE TIEMPO LIBRE, OCIO Y RECREACIÓN EN UN GRUPO DE ESTUDIANTES DE PREGRADO DE LA UNIVERSIDAD TECNOLOGICA DE PEREIRA*, realizado por Ariel Gustavo Gómez Murcia y Eduardo Antonio Pérez Restrepo, el segundo semestre del 2007.

**5.1.3 Partes.** A través de la aplicación de la encuesta se pretende identificar los siguientes aspectos:

- Información General:

Relacionados con el nombre, edad, genero, programa al cual pertenece, lugar de procedencia y residencia, entre otros.

- Representación Social del Concepto:

Relacionado con la idea que tiene el sujeto de los conceptos que tiene sobre ocio, tiempo libre y recreación. Se realizara a través de un ejercicio de asociación conceptual.

- Practicas Sociales de Ocio, Tiempo Libre y Recreación:

Relacionado con la clase de actividades que el sujeto realiza en su cotidianidad, en espacios familiares y académicos.

**5.1.4 Descripción de la utilización del instrumento.** El instrumento es de auto aplicación, contando siempre con la asesoría del encuestador. La primera parte del instrumento contiene información de fácil manejo como son los datos personales, incluye únicamente elementos de información general. La segunda parte que se presenta como el inicio de la evaluación de las representaciones sociales se resuelve por medio de apareamiento de conceptos y definiciones. El resto del instrumento que presenta las prácticas sociales, tiene como metodología de resolución en un principio, una respuesta de carácter ordinal y posteriormente otra respuesta de carácter numérico.

**5.1.5 Validación del instrumento.** Fue realizado por el Sr. William Martínez, Medico Cirujano y Epidemiólogo de la Facultad de Ciencias de la Salud. El Alpha de Cronbach obtenido por dicho instrumento fue de 0.77 (77%), cifra representativa que permite validar el instrumento. Adicional a la validación, el instrumento fue sometido a Juicio de Expertos, el cual estuvo en manos del Magíster Gustavo Adolfo Moreno Bañol y el profesional en Ciencias del Deporte y la Recreación Jhon Jairo Triviño, docentes del Programa de Ciencias del Deporte y la Recreación de la Universidad Tecnológica de Pereira, se tomaron en cuenta todas sus recomendaciones y se aplicaron al instrumento.

## **EVALUACIÓN ÉTICA**

“En toda investigación en la que el ser humano sea sujeto de estudio, deberá permanecer el criterio de respeto a su dignidad y la protección de sus derechos y bienestar” (Ministerio de salud, 1993).

De acuerdo al artículo 11 de la legislación de las investigaciones con seres humanos la presente es una investigación sin riesgo por ser un estudio que emplea técnicas y métodos documentales, por lo tanto no se realizan intervenciones o modificaciones intencionadas en las variables biológicas, fisiológicas psicológicas y sociales de los individuos participantes.

Por lo anterior no se hace necesario realizar un consentimiento informado de participación en la investigación.

## **PLAN DE ANALISIS**

Esta investigación inicialmente se examinara mediante un análisis univariado, observando cada variable por separado y posterior mente se hará una comparación de los resultados mas relevantes entre las universidades publicas y privadas.



## 6 RESULTADOS

### ANÁLISIS UNIVARIADO

**6.1.1 Variables Demográficas.** La muestra de este estudio presentó al momento de realizada la investigación las siguientes características:

- Edad: Entre 15 y 53 años. (edad promedio 21).
- Zona: Urbana 91.9% (306 sujetos) Rural 4.5% (15 sujetos) No contestaron 3.6% (12 sujetos).
- Egresado Colegio: Publico 45.6% (152 sujetos) Privado 52.3% (174 sujetos). No contestaron 2.1 % (7 sujetos).
- Género: Femenino 56.2% (187 sujetos) Masculino 42.9% (143 sujetos). No contestaron 0.9 % (3 sujetos).
- Estrato Socioeconómico: Bajo 26.9% (23 sujetos) Medio 74.8% (249 sujetos) Alto 16.8% (56 sujetos). No contestaron 1.5% (5 sujetos).
- Procedencia: en la tabla N° 1 se muestra los departamentos de mayor procedencia de los estudiantes.

**Cuadro 4. Lugar de procedencia de los estudiantes de la Universidad Católica Popular del Risaralda. 2008.**

DEPARTAMENTO	CANTIDAD	PORCENTAJE
EJE CAFETERO	271	81,4%
VALLE DEL CAUCA	34	10,2%
COSTA ATLÁNTICA	6	1,8%
BOGOTA	5	1,5%
ANTIOQUIA	4	1,2%
CHOCO	4	1,2%
USA	3	0,9%
CAUCA	2	0,6%
BOYACÁ	1	0,3%
CAQUETÁ	1	0,3%
CASANARE	1	0,3%
PASTO	1	0,3%

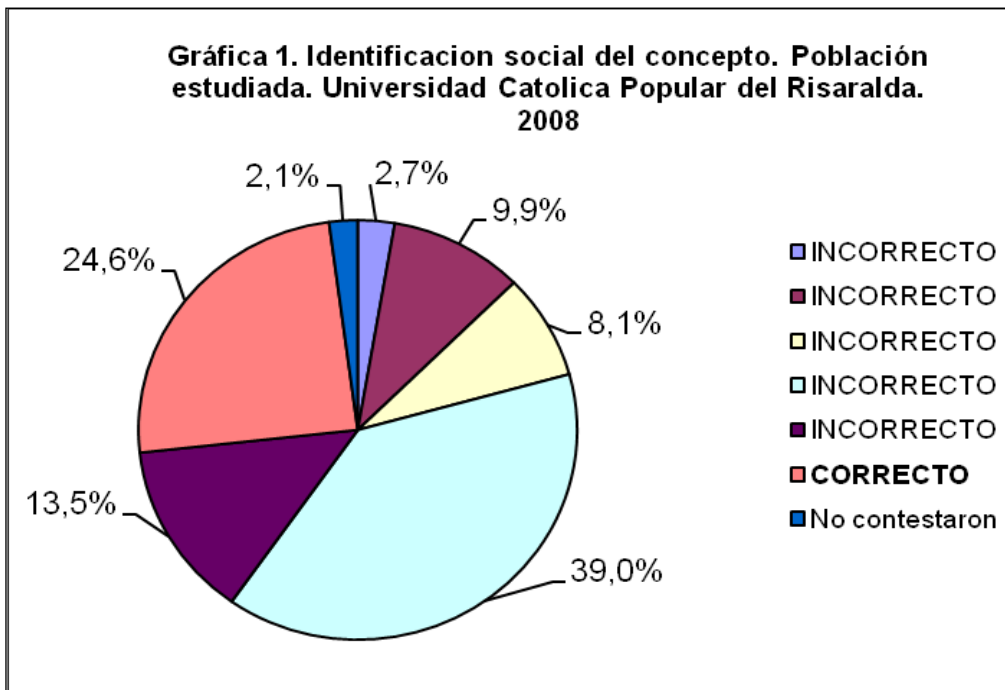
Se puede observar que un porcentaje muy alto de los estudiantes proviene de la zona del eje cafetero (Armenia, Pereira y Manizales) que es el 81.4% (271 sujetos), mientras que el 18.6% (62 sujetos) provienen de departamentos como el Valle, Bogota, Atlántico, chocó entre otros.

El 91.6% de los estudiantes provienen de los departamentos de risaralda y valle.

### 6.1.2 Identificación social de los conceptos.

**Cuadro 5. Identificación Social del Concepto. Universidad Católica Popular del Risaralda. 2008.**

RELACION DEL CONCEPTO	Nº ESTUDIANTES	% PORCENTAJE
1	9	2,7
2	33	9,9
3	27	8,1
4	130	39,0
5	45	13,5
6	82	24,6
No contestaron	7	2,1



Según las practicas sociales de recreación, ocio y tiempo libre de los estudiantes de la Universidad Católica Popular del Risaralda se puede decir que:

Mas del 70% de la población estudiada no correlaciono acertadamente los conceptos de ocio, recreación y tiempo libre propuestos por los autores y las definiciones en la legislación que rige a estos, el 24.6% correlaciono los conceptos adecuadamente y el 2.1% no correlacionaron los conceptos.

### 6.1.3 Prácticas sociales.

Es importante para esta investigación identificar cuales son las practicas sociales mas frecuentes de ocio, recreación y tiempo libre de los estudiantes de la Universidad Católica Popular del Risaralda, y para esto se analizan los ítems relacionados con estas practicas en la siguiente cuadro:

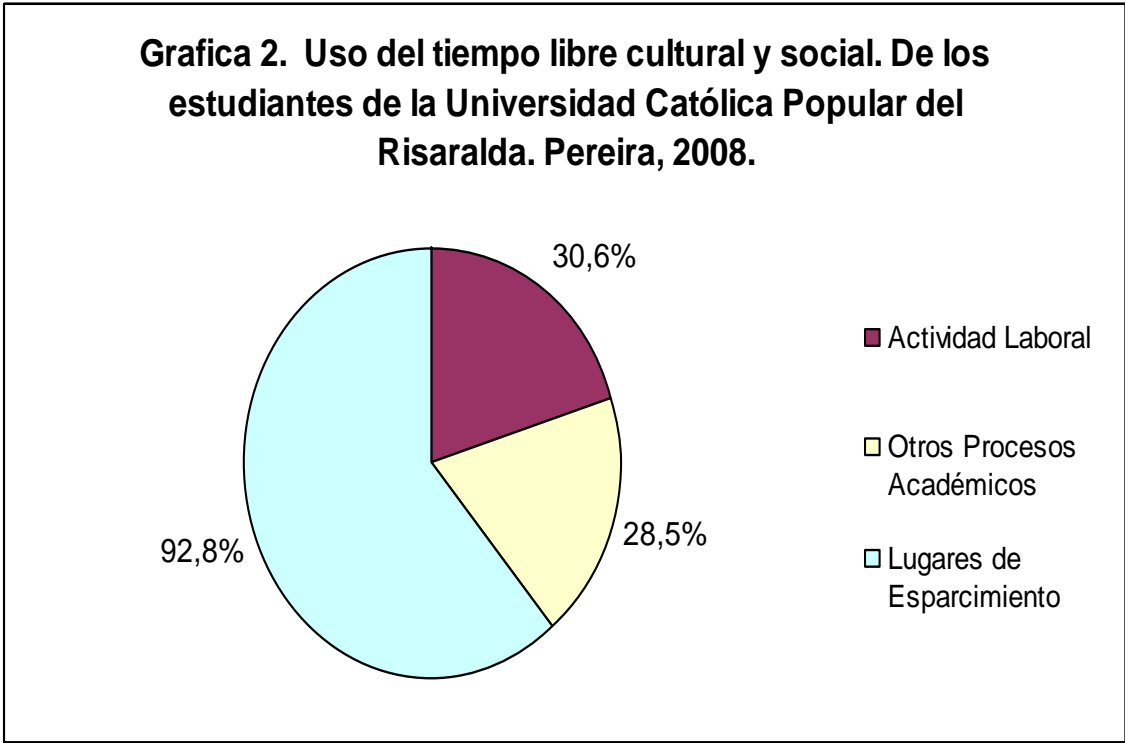
**Cuadro 6. Prácticas Sociales de los Estudiantes de la Universidad Católica Popular del Risaralda. Pereira, 2008.**

Respuesta Ítem	Si		No		NO CONTESTARON		Total	
	Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº	%
Práctica Religiosa	158	47,4%	172	51,7%	3	0,9%	333	100,0
Actividad Laboral	102	30,6%	230	69,1%	1	0,3%	333	100,0
Otros Procesos Académicos	95	28,5%	229	68,8%	9	2,7%	333	100,0
Lugares de Esparcimiento	309	92,8%	23	6,9%	1	0,3%	333	100,0
Actividad Física y/o Deporte	196	58,9%	134	40,2%	3	0,9%	333	100,0
Grupos y/o Voluntariado	68	20,4%	256	76,9%	9	2,7%	333	100,0
Grupos Artísticos	48	14,4%	277	83,2%	8	2,4%	333	100,0
Tiempo Libre al Interior de la Universidad	317	95,2%	12	3,6%	4	1,2%	333	100,0

En el cuadro anterior se exponen todos los ítems relacionado con las prácticas sociales mas frecuentes de ocio, recreación y tiempo libre de los estudiantes, pero para un mayor análisis los ítems se dividirán de la siguiente manera:

**Cuadro 7. Uso del Tiempo Libre Cultural Social. De los estudiantes de la Universidad Católica Popular del Risaralda. Pereira, 2008.**

PREGUNTA	Nº ESTUDIANTES	%
Lugares de Esparcimiento	309	92,8%
Actividad Laboral	102	30,6%
Otros Procesos Académicos	95	28,5%



En cuanto al uso del tiempo libre sociocultural se aprecia que el porcentaje más alto se encuentra en la asistencia a lugares de esparcimiento con un 92.8% y dentro de las opciones se encuentran los siguientes con sus respectivos porcentajes:



**Cuadro 8. Lugares Esparcimiento. De los estudiantes de la Universidad Católica Popular del Risaralda. Pereira, 2008.**

<b>OPCIONES</b>	<b>Nº Estudiantes</b>	<b>%</b>
C. COMERCIAL	218	65,5%
BARES	194	58,3%
CINE	182	54,7%
DISCOTECAS	157	47,1%
PISCINAS	91	27,3%
PARQUES	83	24,9%
C. INTERNET	51	15,3%
BILLARES	27	8,1%
OTRO	23	6,9%

Los estudiantes de la Universidad Católica Popular del Risaralda, prefieren lugares de esparcimiento como los centros comerciales, bares, cines y discotecas con porcentajes de 65.5%, 58.3%, 54.7% y 47.1% respectivamente. Colocándolos como los lugares mas visitados por esta población.

La segunda preferencia de los estudiantes en relación con el uso del tiempo libre sociocultural hace referencia a las actividades laborales con un 30.6% y las opciones para esta pregunta fueron las siguientes con sus respectivos porcentajes:

**Cuadro 9. Actividades Laborales. De los estudiantes de la Universidad Católica Popular del Risaralda. Pereira, 2008.**

<b>OPCION</b>	<b>No Estudiantes</b>	<b>%</b>
OTRO	53	15,9%
COMERCIANTE	23	6,9%
SISTEMAS	15	4,5%
MONITOR	12	3,6%
ARTESANO	5	1,5%
DOMICILIO	3	0,9%

Dentro del porcentaje que estando matriculados trabajan se encontró que las opciones propuestas no tienen una gran preferencia y por lo tanto la opción con más aceptación es la de otro con un 15.9%, dentro de esta opción se encuentran diferentes tipos de actividades laborales como: Dj, Meseros, Administradores de bares, entre otros.

A la pregunta de si aparte de los procesos académicos de la universidad, ellos realizaban otros el 28.5%, respondió que si y las siguientes eran las opciones:

**Cuadro 10. Otros Procesos Académicos. De los estudiantes de la Universidad Católica Popular del Risaralda. Pereira, 2008.**

<b>OPCION</b>	<b>No Estudiantes</b>	<b>%</b>
OTRO IDIOMA	46	13,8%
ARTES	17	5,1%
OTRO	16	4,8%
INFORMÁTICA	13	3,9%
TÉCNICOS	13	3,9%
TECNOLÓGICOS	6	1,8%

En relación con esta pregunta el 13.8% dice que estudian otros idiomas, seguido de las artes con un 5.1% y un 4.8% que prefieren otras opciones diferentes a las propuestas como: conferencias, diplomados, investigación, entre otros.

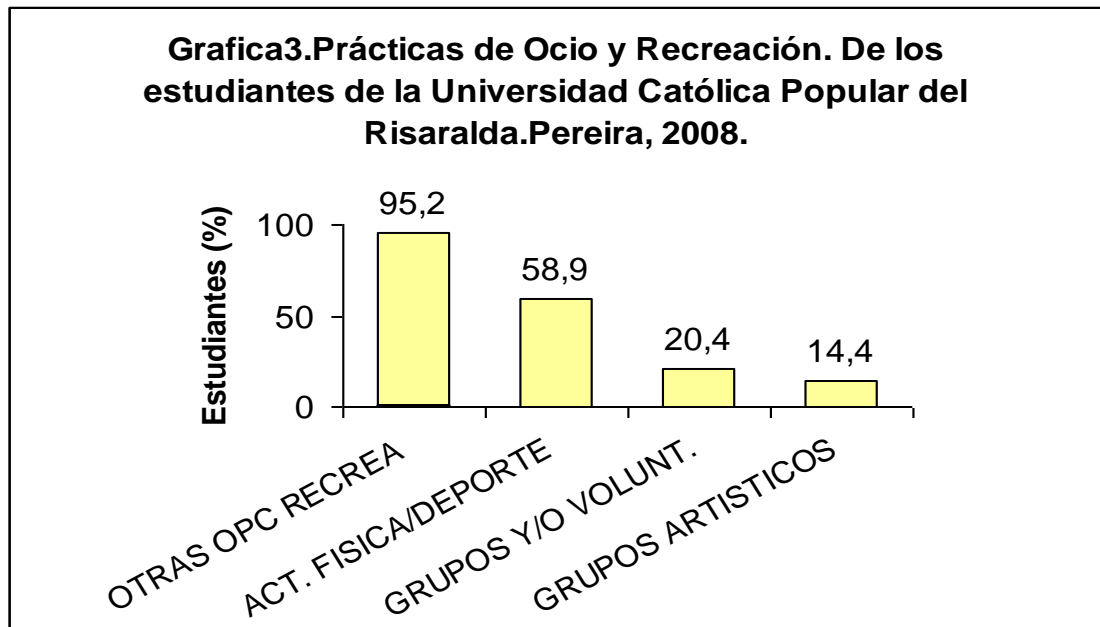
#### **6.1.4 Prácticas de ocio y recreación.**

En esta variable se analizan las actividades que los estudiantes realizan y que tienen que ver con el ocio y la recreación en general, propuestas en el instrumento, agrupandolas según los porcentajes obtenidos y encontrando lo siguiente:

**Cuadro 11. Prácticas de Ocio y Recreación. De los estudiantes de la Universidad Católica Popular del Risaralda. Pereira, 2008.**

<b>OPCION</b>	<b>No Estudiantes</b>	<b>%</b>
OTRAS OPC RECREA	317	95,2%
ACT. FISICA/DEPORTE	196	58,9%
GRUPOS Y/O VOLUNT.	68	20,4%
GRUPOS ARTISTICOS	48	14,4%

**Grafica3.Prácticas de Ocio y Recreación. De los estudiantes de la Universidad Católica Popular del Risaralda.Pereira, 2008.**



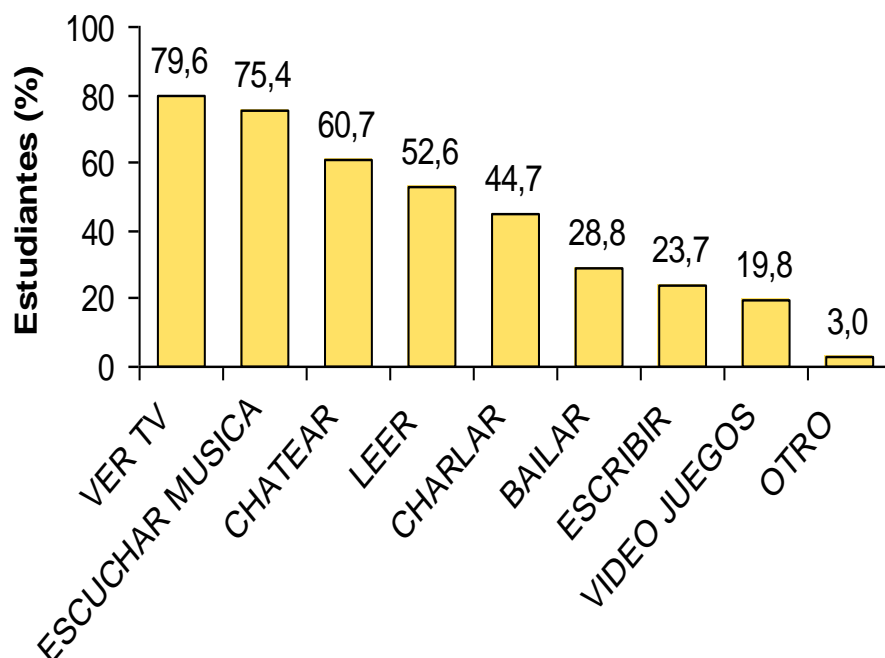
Se observa que otras opciones de recreación cuenta con un porcentaje mayor al de los otros ítems con un 95.2%, seguido del ítem actividad física y/o deporte con un 58.9% y grupos de voluntariado y artísticos con un 20.4% y 14.4% respectivamente.

Dentro de las opciones dadas para responder la pregunta otras opciones de recreación se encontró lo siguiente:

**Cuadro 12. Otras opciones de recreación. De los estudiantes de la Universidad Católica Popular del Risaralda. Pereira, 2008.**

OTRAS OPCIONES	No Estudiantes	%
VER TV	265	79,6
ESCUCHAR MUSICA	251	75,4
CHATEAR	202	60,7
LEER	175	52,6
CHARLAR	149	44,7
BAILAR	96	28,8
ESCRIBIR	79	23,7
VIDEO JUEGOS	66	19,8
OTRO	10	3,0

**Grafica 4. Otras opciones de recreación. De los estudiantes de la Universidad Católica Popular del Risaralda. Pereira, 2008.**



La opción ver televisión cuenta con un porcentaje del 79.6%, seguida de las opciones escuchar música y chatear con porcentajes del 75.4% y 60.7%.

Las demás opciones propuestas cuentan con porcentajes inferiores a los anteriormente dados. Estas opciones fueron leer con 52.6%, charlar 44.7%, bailar 28.8%, escribir 23.7%, video juegos 19.8% y la opción otros con 3%.

A continuación se muestran los porcentajes obtenidos para las demás prácticas de ocio y recreación:

**Cuadro 13. Actividad física y/o deporte. De los estudiantes de la Universidad Católica Popular del Risaralda. Pereira, 2008.**

<b>OPCIÓN</b>	<b>No Estudiantes</b>	<b>%</b>
FUTBOL(MICRO)	70	21,0
GIMNASIA	57	17,1
NATACIÓN	31	9,3
BALONCESTO	26	7,8
VOLEIBOL	24	7,2
OTRO	24	7,2
DEPOR. RAQUETA	21	6,3
ATLETISMO-TROTE	18	5,4
CICLISMO	10	3,0





El 21% de los estudiantes practica fútbol o micro-fútbol, seguido de gimnasia con un 17.1%, cabe anotar que esta opción se refiere sobre todo a los gimnasios. Estas dos opciones son las que alcanzan los porcentajes más relevantes puesto que las otras opciones dadas tienen porcentajes muy bajos.

**Cuadro 14. Grupos y/o Voluntariados. De los estudiantes de la Universidad Católica Popular del Risaralda. Pereira, 2008.**

<b>GRUPOS</b>	<b>No Estudiantes</b>	<b>%</b>
JUVENILES	29	8,7
OTRO	20	6,0
SEMILLEROS	12	3,6
LECTURA	6	1,8
SCOUT	4	1,2
ECOLÓGICOS	4	1,2
CRUZ ROJA	3	0,9
BOMBEROS	0	0,0
DEFENSA CIVIL	0	0,0

Los porcentajes correspondientes a esta pregunta son relativamente bajos, pues los grupos juveniles cuenta con 8.7%, la opción otro cuenta con un 6.0% entre los que se encuentran grupos políticos, religiosos, ONG entre otros y semilleros con un 3.6%, para las demás opciones propuestas los porcentajes no son significativos.

**Cuadro 15. Grupos artísticos. De los estudiantes de la Universidad Católica Popular del Risaralda. Pereira, 2008.**

<b>GRUPOS</b>	<b>No Estudiantes</b>	<b>%</b>
DANZA	17	5,1
MUSICA	17	5,1
CANTO	6	1,8
FOTOGRAFIA-VIDEO	5	1,5
PINTURA	4	1,2
DIBUJO-GRAFITI	3	0,9
MANUALIDADES	3	0,9
TEATRO	3	0,9
CLUB DE CINE	2	0,6
OTRO	2	0,6
CUENTERIA	1	0,3

Esta pregunta dentro de las prácticas de ocio y recreación cuenta con el porcentaje más bajo en referencia a las otras preguntas hechas en esta variable. Se encuentra un porcentaje del 17% para los grupos de danza y música, 1.8% grupos de canto, 1.5% grupos de fotografía-video y 1.2% grupos de pintura. Para

los demás grupos propuestos en esta pregunta los porcentajes son muy bajos pues no alcanzan el 1%.

### 6.1.5 Prácticas de Tiempo Libre y Ocio en la Universidad.

En esta variable se pretende articular las prácticas y los conceptos sociales de tiempo libre, ocio y recreación con la participación de los estudiantes en programas establecidos en la universidad y el uso de estas prácticas y conceptos al interior de esta, encontrando lo siguiente:



**Cuadro 16. Uso del tiempo libre al interior de la universidad. De los estudiantes de la Universidad Católica Popular del Risaralda. Pereira, 2008.**

<b>USO</b>	<b>No Estudiantes</b>	<b>%</b>
COMPARTIENDO/AMIGOS	222	66,7
CONSULTANDO/BIBLIOTECA	149	44,7
NAVEGANDO/INTERNET	60	18,0
GRUPOS ACADÉMICOS	23	6,9
OTRO	13	3,9
EN CINE CLUB	9	2,7
GRUPOS ARTÍSTICOS	5	1,5
TALLERES ARTÍSTICOS	5	1,5





Un gran porcentaje utiliza el tiempo libre al interior de la universidad, el 66.7% lo utiliza compartiendo con amigos, el 44.7% lo utiliza consultando en la biblioteca y el 18% navegando en Internet. A pesar que estos porcentajes son relativamente altos cabe anotar que las demás opciones propuestas cuentan con porcentajes muy bajos y que estas opciones corresponden a programas implementados por parte del área de proyecto de vida de esta universidad.

**Cuadro 17. Espacios que utiliza en su tiempo libre al interior de la universidad. Universidad Católica Popular del Risaralda. Pereira, 2008.**

<b>ESPACIOS</b>	<b>No Estudiantes</b>	<b>%</b>
CAFETERÍAS	259	77,8
BIBLIOTECA	136	40,8
SALONES	105	31,5
CORREDORES	68	20,4
SALA DE SISTEMAS	60	18,0
TERRAZAS	34	10,2
OTRO	8	2,4
OFICINAS	4	1,2







Los espacios que mas utilizan los estudiantes al interior de la universidad son las cafeterías con un porcentaje del 77.8%, seguido de la biblioteca con el 40.8% y los salones con 31.5%. Los corredores, salas de sistemas, terrazas oficinas y otros lugares como las zonas verdes, las canchas entre otros son poco utilizados por los estudiantes.

**Cuadro 18. Compañía dentro de la universidad en los lugares que utiliza. Universidad Católica Popular del Risaralda. Pereira, 2008.**

<b>TIPO DE COMPAÑÍA</b>	<b>No Estudiantes</b>	<b>%</b>
AMIGOS DEL SEMESTRE	266	79,9
AMIGOS DE OTROS PROGRAMAS	131	39,3
DOCENTES	58	17,4
PAREJA	51	15,3
NO IMPORTA CON QUIEN	30	9,0
ADMINISTRATIVOS/EMPLEADOS	16	4,8
OTRO	1	0,3



El 79.9% de los estudiantes prefieren compartir su tiempo libre con amigos del semestre y el 39.3% lo comparten con amigos de otros programas.

**Cuadro 19. En que momentos hace uso de su tiempo libre. Universidad Católica Popular del Risaralda. Pereira, 2008.**

<b>MOMENTO DEL DIA</b>	<b>No Estudiantes</b>	<b>%</b>
ENTRE CLASE Y CLASE	168	50,5
FINALIZANDO LA JORNADA	150	45,0
AL MEDIO DIA	138	41,4
SABADO	132	39,6
PERMANECE EN LA UNIVERSIDAD	25	7,5
NO ASISTE A CLASES	23	6,9
OTRO	10	3,0

El 50.5% de los estudiantes hace uso de su tiempo libre en los intermedios de clase, el 45% al finalizar la jornada de clases, bien sea al medio día o por la tarde, el 41.4% al medio día y el 39.6% hace uso de este tiempo los sábados.

## ANALISIS COMPARATIVO

### 6.1.6 Comparación entre universidades privadas (Fundación Universitaria del Área Andina y Universidad Católica Popular del Risaralda) y universidad pública (Universidad Tecnológica de Pereira).

La primera comparación que se hará será la que se refiere a los conceptos de tiempo libre, ocio y recreación de los cuales los estudiantes de las tres universidades dijeron lo siguiente:

**Cuadro 20. Comparación representación social del concepto, entre universidad pública (Universidad Tecnológica de Pereira) y universidades privadas (Fundación Universitaria del Área Andina y Universidad Católica Popular del Risaralda). Pereira, 2008.**

UNIVERSIDADES	PÚBLICA		PRIVADAS			
	UTP		FUAAA	FUAAA	UCPR	UCPR
	% CORRECTO	% INCORRECTO	% CORRECTO	% INCORRECTO	% CORRECTO	% INCORRECTO
<b>Tiempo Libre</b>	44	55	45	55	38	60
<b>Ocio</b>	48	51	42	58	27	71
<b>Recreación</b>	62	37	41	59	64	34

En los porcentajes encontrados se observa que entre la Universidad Tecnológica de Pereira y la Fundación Universitaria del Área Andina los porcentajes son muy similares, pero, al comparar estas dos universidades con la Universidad Católica Popular del Risaralda se encuentran diferencias en los porcentajes en cuanto a todos los conceptos, sin embargo, en el concepto de recreación la Universidad Católica Popular del Risaralda tiene el mayor porcentaje frente a las otras universidades, o sea, el 64% de los estudiantes acierta en el concepto de recreación.



## 7 DISCUSION

En esta investigación se aplicó un instrumento que ya había sido validado en anteriores investigaciones como las de (Gómez y Pérez) y (Ceballos y cols), hechas en la Universidad Tecnológica de Pereira y la Fundación Universitaria del Área Andina respectivamente, teniendo en cuenta que este ya había sido aplicado se decidió iniciar con la recolección de los datos con el mismo formato que se aplicó en la Fundación Universitaria del Área Andina. Con algunas modificaciones y atendiendo las sugerencias hechas por la investigación anterior.

Se hace entonces la solicitud en el área de proyecto de vida de la Universidad Católica Popular del Risaralda, dando el consentimiento para iniciar con la investigación, se procede luego al cálculo de la muestra representativa, teniendo en cuenta que la población asciende a 2.495 estudiantes pertenecientes a 12 programas de pregrado, se aplicó la técnica de muestreo dando como resultado una muestra significativa de 333 estudiantes, seguido a esto se seleccionó aleatoriamente a los estudiantes a los cuales se les aplicó el instrumento.

Durante la aplicación de este instrumento se encontraron dificultades con relación a las investigaciones anteriores realizadas por (Gómez y Pérez) y (Ceballos y cols), la principal dificultad que se encontró fue conseguir los horarios con los diferentes grupos de las asignaturas, así, como también los salones y que los estudiantes estuvieran en estos, puesto que cambiaban de salón cada vez que cambiaban de asignatura, sumado a esto era sorprendente para ellos que una persona llegara a su salón de clase y preguntara específicamente por ellos. Aunque el instrumento ya había sido modificado debido a las sugerencias hechas en otras investigaciones, este seguía siendo extenso y fatigante para quienes lo diligenciaban, lo que generó que los estudiantes tomaran esto con un grado de seriedad más alto que otros, pues, los que no mostraban interés diligenciaban la encuesta de una forma inadecuada, dejando espacios en blanco, en la mayoría de los casos los espacios que dejaban en blanco era al que había que colocarle el número de horas que dedicaban a ciertas actividades, al ver estos espacios en blanco se les sugería llenarlos todos ya que al no hacerlo influía directamente en los resultados. Además ocurrió algo muy particular, el área de proyecto de vida tiene unas clases definidas para los estudiantes lo que era un problema por que cuando se iban a buscar estos estudiantes en el salón que supuestamente debían estar dando esa clase no había nadie, lo que generó abolir la posibilidad de buscar a los estudiantes en esas clases y horarios, sin embargo, se contó con mucha disposición y colaboración de los estudiantes, profesores y directivas de la universidad.

En cuanto al análisis de las variables demográficas, la Universidad Católica Popular del Risaralda es una institución de carácter privado, haciendo suponer que los estudiantes en su mayoría pertenecen a un nivel socioeconómico alto,



suposición que no se ve reflejada en los resultados de esta investigación, donde se evidencia que el 74.8% de los estudiantes pertenecen a un estrato medio y que el 26.9% pertenecen a un estrato bajo, siendo este último porcentaje mayor con relación a los estudiantes que pertenecen a un estrato alto. Al mismo tiempo se identifica que el 52.3% de los encuestados provienen de colegios privados, resultado que no coincide con los arrojados por investigaciones ya hechas en instituciones igualmente privadas como la realizada por Ceballos y cols, con un porcentaje del 35.7%. Dejando claro que indistintamente del nivel socio-económico de los estudiantes, el interés por la educación superior no se ve afectado por los costos que implica esta al ser en una universidad privada ya que la búsqueda de un futuro mejor es de vital importancia dejando atrás los costos de los programas académicos.

También, observamos que un 81.4% de los estudiantes de la Universidad Católica Popular del Risaralda provienen de la zona eje cafetero (Risaralda, Quindío, Caldas), este dato se acerca considerablemente a los obtenidos en las dos investigaciones anteriores, Ceballos y cols (71%) y Pérez y Gómez (71.1%). Atreviéndonos a decir que las universidades en su mayoría poseen estudiantes que provienen de ciudades cercanas a la ubicación de estas, a esto se le puede llamar regionalismo, sin dejar de lado la presencia de estudiantes de otras zonas del país (esto se presenta en proporciones diferentes entre las universidades analizadas), lo que genera pluralidad cultural sin desplazar la propia.

Ahora bien ya entrándonos en la teoría esta claro que los intercambios de culturas y la multiplicidad de prácticas en estas, han hecho que se apropie un concepto no muy acorde con su concepción real. Se encuentra solo un 24.6% de los estudiantes que coinciden con los autores (Gerlero y Ventosa), en los conceptos de recreación ocio y tiempo libre, parece ser que la mayoría de los estudiantes solo se basan en las vivencias personales para definir tales conceptos, por otro lado cabe destacar la clasificación que hace Ventosa, en sus publicaciones, en las que se distinguen dos topologías del tiempo, ya que para esta investigación es de gran relevancia contextualizar los resultados encontrados con la teoría, el tiempo en sí para los estudiantes genera un desorden cronológico, puesto que se confunden los términos de tiempo no disponible y tiempo disponible con sus subclasificaciones respectivas. Afirmando lo que culturalmente se piensa sobre el tiempo libre y la cual es una de las definiciones más ambiguas, *“el tiempo libre es aquel que queda después de las obligaciones laborales”* (Julia Gerlero).

Esto no solo se afirma en esta investigación, en investigaciones anteriores la coincidencia es notoria, más del 50% de los estudiantes no concuerdan con los autores y esto es indistintamente del carácter de la institución, o sea, sin importar si es pública o privada lo que supondría que cada quien asume el tiempo libre, el ocio y la recreación desde su propia perspectiva.

El ocio que generalmente es asociado al tiempo libre se ve opacado por las concepciones que los estudiantes tienen de él, pues el tiempo libre además de utilizarse para el placer y esparcimiento debe propender por alcanzar funciones propias del ocio como el descanso, la diversión y el desarrollo personal, claro está, sin opacar a aquellos estudiantes que ejercen de forma adecuada el ocio sin saber su funcionalidad.

Siguiendo este orden de ideas además de las concepciones de algunos autores, no es un secreto decir que la recreación como medio pedagógico para la enseñanza proporciona resultados de altísimas magnitudes en el campo académico, lo que sería de gran ayuda para las instituciones de educación superior ya que facilitaría el proceso permanente que posibilita el desarrollo de las potencialidades del ser humano, de una manera integral; como lo dice la ley 30 por la cual se rigen estas instituciones. Logrando así resaltar el valor de la recreación y el ocio como agentes formadores. Si bien es cierto, la legislación es muy clara al decir cuales son las funciones de las instituciones en materia de este tipo y conociendo que estas saben cual es su normatividad, no se evidencia una variedad considerable de alternativas para cumplir con el fin específico de estas políticas.

Lo anteriormente dicho, debe ser tomado en cuenta si miramos el tiempo que pasan los estudiantes dentro de la institución, el 66.7% dice ocupar su tiempo libre al interior de la universidad compartiendo con amigos, pareciendo que hacen falta propuestas por parte de la institución que incentiven a los estudiantes a hacer un adecuado uso del tiempo libre, lo que es contradictorio ya que la Universidad Católica Popular del Risaralda tiene propuestas deportivas, recreativas, culturales y religiosas para sus estudiantes proporcionando así esa autorrealización personal y satisfaciendo más las necesidades de cada individuo, pero, a pesar de ofrecer alternativas los estudiantes prefieren ocupar su tiempo libre en otras cosas diferentes a las que les brinda la universidad. Lo que genera una alerta en la institución por que a pesar de tener actividades programadas los estudiantes no participan como se quisiera en estas, lo que supone una falla en la forma de cómo informa, de cómo promueven y motivan a su participación o como y de que forma se realizan. Todo esto no solo es preocupante para esta universidad sino que nuevamente coincide con las demás investigaciones de este corte dando la sensación que la tarea se queda corta por parte de las instituciones de educación superior. Es preciso hacer un ajuste en lo que se refiere a programas para el aprovechamiento del tiempo libre, ya que en todas las universidades donde se realizó esta investigación coinciden en que los programas no son suficientes o por lo menos así lo hacen ver los estudiantes.

Ahora miraremos otros puntos de interés de esta investigación. La época moderna ha traído consigo innumerables comodidades a todos los niveles, para efectos más precisos dentro de las prácticas sociales ilustradas en este estudio, Julia Gerlero nos dice *“el creciente impulso en el desarrollo de las tecnologías, que*

*facilitan el diario vivir y ofrecen alternativas novedosas, afectan directamente el tiempo libre autónomo. La radio, la televisión, el cine capturan horas de tiempo libre diario y de fin de semana, al punto de ejercer una hegemonía en las posibilidades del uso del tiempo”,* lo que refuerza lo hallado en esta investigación y siguiendo el planteamiento de la autora, las practicas de ocio y recreación que los estudiantes prefieren tienen que ver con esta tecnología, por que además de la radio, la televisión y el cine se le suman otros como el computador y los videojuegos, siendo estas las practicas a las que mas se dedican los estudiantes en su tiempo libre, presumiendo un apaciguamiento de la practicas dinámicas, que demandan movimiento, que también son practicas sociales de ocio y recreación como lo son la actividad física, el deporte y el ejercicio físico.

Tal aseveración no coincide totalmente, los porcentajes obtenidos en practicas sociales como: ver televisión, escuchar música y chatear son elevados casi duplicando los resultados que tienen la práctica del deporte, la actividad física y el ejercicio físico, pues las primeras tienen una gran preferencia por los estudiantes a la hora de ocupar su tiempo libre sin obviar que las segundas también tienen un grado de aceptación no tan alto como las otras, pero que son suficientes para indicar que estas practicas están dentro de las elegidas por los estudiantes para hacer uso de su tiempo libre, señalando que debería haber mas insistencia por parte de la institución incentivando a sus educandos a que participen en este tipo de practicas generando estrategias masivas de participación, como las actividades de reto aventura, actividades experienciales, actividades al aire libre en busca de el mantenimiento de la salud, la disminución del estrés propio de las obligaciones académicas y la sociabilidad, todo lo anterior esta concatenado con lo observado en la investigación de Pérez y Gómez, quienes encontraron que depende del valor que le de la institución, desde un enfoque critico donde los espacios del verdadero tiempo libre se aprovechen al máximo, que tengan un sentido, que realmente nos lleven a ese crecimiento integral y que nos beneficien en nuestra vida.

Otras prácticas de ocio y recreación vistas fueron las de la participación de los estudiantes en grupos y/o voluntariados y artísticos, lo que nos deja un alto grado de preocupación puesto que los porcentajes encontrados son muy bajos, siendo una generalidad en los otros trabajos de investigación revisados, Pérez y Gómez infieren que la baja participación en este tipo de prácticas es debido a la falta de compromiso, indiferencia a actividades de carácter voluntario que no representan remuneración alguna y la falta de promoción de elementos culturales en el entorno, planteamiento que refuerza Ceballos y cols, al decir que la remuneración es casi nula en este tipo de grupos, por lo dicho hasta ahora, esta problemática no se acentúa del todo cuando se cree que el factor monetario tiene mucha importancia y que por tal razón los estudiantes tienen obligaciones laborales lo que en los resultados de esta investigación y en las de Pérez y Gómez y Ceballos y cols, demuestran que se mantiene un porcentaje muy bajo en los estudiantes que además de las actividades académicas tienen un empleo (30.6%),. No

coincidiendo esto entonces con lo expresado a la hora de justificar la poca participación en grupos de voluntariado (20.4%) y artísticos (14.4%).

En consecuencia de lo expuesto antes se deduce que los conceptos propuestos en esta investigación por la autora Julia Gerlero y la legislación colombiana no son comprendidos en su totalidad por los estudiantes, debido a que muchos conceptualizan sobre el tema y que no se imparte una política clara acerca de estos haciendo ver la importancia social de estos para el desarrollo de las personas y en este caso los estudiantes universitarios.

Así las cosas al escudriñar sobre todas las practicas sociales que podían existir dentro del contexto universitario se encuentra que un sin numero de ellas tienen una incidencia directa al fenómeno tecnológico que estamos viviendo, pero esto no tiene relevancia ya que las practicas sociales constituyen la realidad social, adquiriendo diferentes expresiones según el entramado de aquellas (Pedro V. Castro), dejando claro entonces que las practicas sociales dependen en su mayoría del contexto y la posibilidad que se tenga de practicarlas según el mismo.

## **8 CONCLUSIONES**

- El 24.6 % de los estudiantes encuestados asociaron los conceptos de la forma correcta y el 39.0 % relaciono el concepto de recreación de forma correcta pero confundía el del ocio con el de tiempo libre, esto puede ser debido a que el ocio y el tiempo libre significan lo mismo para los estudiantes o porque muchas de las actividades de ocio se realizan en el tiempo libre.
- Todas las investigaciones anteriores en las otras universidades de Pereira, demuestran que los estudiantes tienen conceptos errados para definir ocio y tiempo libre pero al definir la recreación se hace de forma correcta menos en la investigación realizada en la Universidad del Área Andina donde mas del 50% de los estudiantes definieron mal los tres conceptos. Demostrándose una falta de conocimiento real de los términos, por sus características polisémicas similares o por tratarse de términos poco comunes en sus practicas cotidianas.
- Se identifico que la practicas sociales frente a lo cultural y social mas apetecidas por los estudiantes para ocupar su tiempo libre era visitar centros comerciales (65,5%), bares (58,3%) y cines (54,7%), atribuible esto al nivel socio económico, puesto que el 74.8% se encuentran en un estrato socio económico medio y adicional a esto estas practicas están vinculadas al un componente lúdico y a una dimensión social (integración).
- Practicas sociales como ver televisión (79,6), escuchar música (75,4) y chatear (60,7), ocupan el primer lugar para satisfacer las necesidades de ocio y recreación, debido a que la accesibilidad a los componentes tecnológicos es cada día mayor y a que vivimos en una sociedad de consumista a la que salir del confort y la moda le cuesta. Adicionalmente, hoy día, son muchas las ofertas de canales y emisoras radiales que satisfacen la identidad de los jóvenes.
- Las practicas deportivas y de actividad física son de alguna preferencia para los estudiantes, el 58.9 % dicen realizar algunas de estas; aunque el porcentaje supera mas del 50% este debería ser mayor al observar las instalaciones deportivas con las que cuenta la Universidad Católica Popular del Risaralda y a demás porque desde el área de proyecto de vida se realizan programas deportivos como: el deporte formativo, competitivo y recreativo, para promover su practica y esto sin contar que también se realizan participaciones deportivas en torneos a nivel local, regional y nacional.
- El 47.4% de los estudiantes de esta universidad practican alguna creencia religiosa, esto se puede atribuir a que la universidad católica tiene un

énfasis religioso y promueve estas actividades a través de: actividades encuentro equipo de pastoral, convivencias y retiros, consejería, celebraciones litúrgicas, grupo de acción social, reflexión fe y razón, cátedra Juan Pablo II.

- El 20.4 % pertenece a un grupo y/o voluntariado y el 14.4% a un grupo artístico, los porcentajes no tienen relevancia al compararlos con otras prácticas, lo relevante es que el área de proyecto de vida propone actividades culturales de formación, proyección y difusión para que sus estudiantes exploren este componente cultural y artístico, sin embargo los estudiantes no participan mucho de estas actividades. Deben plantearse otras estrategias de motivación y difusión que favorezcan la vinculación de los estudiantes a estas.
- Se puede pensar que los estudiantes no participan en estos grupos y/o voluntariados porque las alternativas propuestas no satisfacen sus necesidades motivacionales o por que no tienen una remuneración económica y no se encuentra la justificación cuando solo el 30,6 % dice realizar una actividad laboral, o sea que solo se dedican a las actividades académicas. Se deben ampliar las propuestas teniendo en cuenta las necesidades y expectativas de los estudiantes.
- Existe un gran porcentaje de estudiantes que utiliza el tiempo libre al interior de la universidad (95.2 %), y el 66.7% utiliza su tiempo libre compartiendo con los amigos entre clase y clase, en lugares como las cafeterías o en los corredores, existiendo la posibilidad de llegar tarde a clase y pudiendo dejar de asistir algunas de ellas, debido a que son los únicos espacios de tiempo que quedan para poder charlar o compartir con estos. Se deben favorecer otros espacios de esparcimiento propios para la lectura, ambientados para la conversación libre y espontánea, e inclusive que las clases favorezcan metodológicamente, el intercambio dialógico entre los estudiantes.
- La Universidad Católica Popular del Risaralda cuenta con los escenarios adecuados para implementar actividades recreo-deportivas, culturales y artísticas de forma segura y con calidad, y a demás se preocupa por el bienestar integral de sus estudiantes a través de la implementación de programas extracurriculares para satisfacer las necesidades de recreación y ocio de estos, haciendo un uso adecuado del tiempo libre a través de la coordinación del área de proyecto de vida.





## 9 RECOMENDACIONES

- En los programas ofrecidos por el área de proyecto de vida se harían modificaciones de tiempo como por ejemplo:

Área deportiva: A demás de los programas que se están realizando se pueden implementar carreras de observación urbana destacando la cultura de nuestra ciudad, también se puede implementar 1 (una) vez al semestre un festival deportivo donde se cuente con deportes tales como el canopi, acenso y descenso por cuerdas, entre otras actividades deportivas en las que los estudiantes encuentren variedad y motivación hacia el deporte, donde se incluya a todos los programas y donde participen todos los semestres.

Área recreativa: Se pueden implementar estrategias desde la animación socio cultural como rumba - terapias recreativas, macro juegos como chambonatos con pelotas gigantes, ferias recreativas, festivales culturales para la celebración de actividades como la semana del idioma y la niñez en concurso de la canción bambuco, el concurso de coreografías, que ya son actividades con trayectoria institucional.

También se puede ubicar un espacio de esparcimiento donde los estudiante se puedan relajar adecuado con hamacas, colchonetas espumas y juegos de mesa donde puedan recurrir en el tiempo libre y así aprovecharlo en aquellas practicas como chatear, compartir con sus amigos, charlar, escuchar música, leer entre otras.

Área cultural y artística: se recomienda realizar convenios con los cines mas reconocidos de nuestra región con el fin de proyectar películas de todo índole donde se toquen temas actuales y también controversiales que ayuden a la disertación entre los estudiantes haciendo parte esto de la formación integral del ser humano como se pretende.

A demás la recomendación es para que se realicen presentaciones artísticas (danza, teatro, canto, pintura, escultura) con los grupos no solo de esta universidad sino que se propicie una multidisciplinariedad invitando otras universidades para que se reconozcan todas aquellas prácticas.

Las anteriores recomendaciones se hacen en relación a las prácticas que se identificaron en los estudiantes de esta universidad, ya que se cuenta con las instalaciones adecuadas para realizar este tipo de practicas y también porque de esta forma se cumple con esa formación de un ser bio-psicosocial.

- El canal de comunicación para la difusión de los programas ofrecidos a través de proyecto de vida no es asertivo por lo que se sugiere realizar una campaña de publicidad de estos a través de volantes, afiches, pendones, cuñas radiales, redes sociales (Internet), en donde todos los estudiantes se enteren de lo que esta sucediendo en su universidad y a demás que programas les esta ofreciendo y que pueden ser de su interés.
- Antes de realizar cualquier tipo de programa se recomienda hacer un sondeo donde se de cuenta de la disponibilidad de tiempo de los estudiantes, así se garantizara tener el mayor numero de participación pues se escogerá un horario en el que la mayoría pueda participar.
- Se propone hacer un buzón de sugerencias solo para el área de proyecto de vida donde los estudiantes cuenten que actividades les gustaría realizar o cuales les gustaría mejorar y como, esto con el fin de informarse sobre las necesidades de los estudiantes y poder garantizar mayor vinculación en el aprovechamiento del tiempo libre.

## 10 BIBLIOGRAFIA

ALVARAN GIRALDO, José Orlando. Identificación de las actividades recreativas y utilización de espacios en el tiempo libre de los jóvenes de media vocacional en colegios urbanos de Pereira. Pereira. 2001, 42. Profesional en Ciencias del Deporte y la Recreación. Universidad Tecnológica de Pereira. Facultad Ciencias de la Salud, Ciencias del Deporte y la Recreación.

ALZÁTE, DÍAZ, MEDINA, MONTOYA. Uso del tiempo libre y actividades bibliográficas de los estudiantes de la universidad tecnológica de Pereira. Pereira. 1998, 11. Licenciado en Áreas Técnicas. Universidad Tecnológica de Pereira. Facultad de Educación, Licenciatura en Áreas Técnicas.

ARBELÁEZ, LOZANO. Los impresos y uso del tiempo libre. Armenia. 2002, 11. Maestría en Comunicación Educativa. Universidad Tecnológica de Pereira en convenio con la Universidad del Quindío. Facultad de Tecnología Educativa, Programa de Comunicación Educativa.

BOLAÑO MERCADO, Tomás Emilio. Qué hacer del ocio. Elementos teóricos de la recreación: tipos de recreación. 1 ed. Armenia (Colombia): Kinesis, 2005.

GERLERO, Julia. ¿Ocio, Tiempo Libre o Recreación?. Aportes para el estudio de la recreación. 1 ed. Buenos aires (Argentina): Editorial de la Universidad Nacional del Comahue, 2004.

DUMAZEDIER, Joffre. Ocio y sociedad de clases. Estela. Barcelona. 1978.

FUNLIBRE. Adaptation de Driver, B.L. and Bruns, D.H. Concepts and uses of the benefits approach to leisure. Beneficios de la Recreación. 2004 [Artículo de Internet]. Fundación Colombiana de Tiempo Libre y Recreación. Disponible en: [www.funlibre.org](http://www.funlibre.org).

FUNLIBRE. Educación para el tiempo libre. Recreación y tiempo libre, fenómeno actual. 1 ed. Manizales (Colombia): Cerlibre, sf.

ICONTEC. Compendio tesis y otros trabajos de grado. 5<sup>ta</sup> ed. Bogotá (Colombia): Icontec, 19 de marzo de 2002.

LERMA G, Héctor Daniel. Metodología de la investigación. 1 ed. Pereira (Colombia), 1999.

LOPATEGUI, Edgar. Recreación. SaludMed: Ciencias de la Salud y del Movimiento [en línea]. 2003. [Citado el 20 de Diciembre de 2007]. Disponible desde < <http://www.saludmed.com/Recrea/RecreaM.html>>

LÓPEZ, VELÁZQUEZ. Referencias y escogencias de carrera, uso del tiempo libre y actividades bibliográficas en los estudiantes de la facultad de Ciencias de la Educación. Pereira. 1997, 6. Licenciado en Áreas Técnicas. Universidad Tecnológica de Pereira. Facultad de Educación, Licenciatura en Áreas Técnicas.

MINISTERIO DE SALUD. Resolución N° 008430. Título II. De la investigación en seres humanos. Capítulo 1, Artículo 5. Colombia, 4 de Octubre de 1993.

MORFIN, María del Carmen. Administración del tiempo libre. El ocio y el tiempo libre a través de la historia. 1 ed. México DF (México): Trillas, 2003.

RED ACADÉMICA. Todo lo que tienes que saber sobre la Educación superior [en línea]. Bogotá (Colombia): 2008. [Citado el lunes 02 junio de 2008]. Disponible desde: <<http://www.redacademica.edu.co/redacad/export/REDACADEMICA/estudiantes/mifuturo/educativo/orientacion/edsuperior.html>>

SÁNCHEZ, BECERRA. Utilización adecuada del tiempo libre. Condoto. 1997, 6. Licenciado en Ciencias Sociales. Universidad Tecnológica de Pereira. Facultad Ciencias de la Educación, Escuela de Ciencias Sociales.

SANCHEZ, Osvaldo. Diccionario enciclopédico. Universal y de Colombia. 1 ed. Bogotá (Colombia): Euro libros LTDA, 1993.

UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE PEREIRA. Explicación guía de proyectos de investigación.

UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE PEREIRA. Informe de autoevaluación institucional. Bienestar institucional. 1 ed. Pereira: Crie, 2005.

WAICHMAN, Pablo. Tiempo libre y recreación un desafío pedagógico. 1 ed. Armenia (Colombia): Kinesis, 2000.

GUZMAN, Alejandro. Elaboración teórica del concepto de recreación. Introducción a la educación física, al deporte y a la recreación. 1 ed. Pereira (Colombia): Taller de publicaciones UTP, 2003.

VENTOSA, Victor. Ocio, cultura y tiempo libre. Manual de Monitor de Tiempo Libre. 1 ed. Madrid (España): CSS, 1998

VALDES Demetrio. Tiempo Libre y Modo y Vida: algunas perspectivas para el siglo XXI [en línea]. (México): 2006. [Citado el 28 de Enero de 2008]. Disponible en: <<http://www.redcreación.org/relareti/documentos/modovida.html>>

## ANEXO A. Instrumento Utilizado



UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE PEREIRA  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
PROGRAMA CIENCIAS DEL DEPORTE Y LA RECREACIÓN



**"PRÁCTICAS Y REPRESENTACIONES SOCIALES DE TIEMPO LIBRE, OCIO Y RECREACIÓN EN LOS ESTUDIANTES DE PREGRADO DE LA UNIVERSIDAD CATOLICA POPULAR DEL RISARALDA DE 2008"**

Agradecemos su colaboración para el presente trabajo de investigación que pretende conocer qué entienden y qué realizan los estudiantes de la de la universidad católica popular del risaralda con relación a la recreación, el ocio y el uso que hacen de su tiempo libre y como impacta ello en sus dinámicas sociales y de comportamiento, como en la construcción de opciones saludables por parte de la institución.

Garantizamos total confidencialidad con la información que aquí se origine.

### 1. INFORMACION GENERAL

<b>1.1 Facultad:</b>	<b>1.4 Género:</b> <input type="checkbox"/> M <input type="checkbox"/> F	<b>1.7 Zona:</b> <input type="checkbox"/> Rural <input type="checkbox"/> Urbana
<b>1.2 Programa:</b>	<b>1.5 Edad:</b>	
<b>1.3 Egresado de un colegio:</b>  <input type="checkbox"/> Público <input type="checkbox"/> Privado	<b>1.6 Estrato socioeconómico:</b> <input type="checkbox"/> Alto <input type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Bajo Barrio _____	<b>1.8 Lugar de procedencia:</b> <input type="checkbox"/> Pereira <input type="checkbox"/> Santa Rosa <input type="checkbox"/> Dosquebradas <input type="checkbox"/> Otro <input type="checkbox"/> Cartago ¿cuál? _____ <input type="checkbox"/> La Virginia

### 2. REPRESENTACION SOCIAL DEL CONCEPTO

**Asocie los siguientes conceptos:**

1. Recreación	Es un estado del alma donde se desarrollan actividades libres, de no trabajo*
2. Ocio	Es un espacio cronológico útil para una vivencia de libertad, dominio y diversión*
3. Tiempo Libre	Actitud de placer, de libertad para volver a crearse, relacionada con el juego*

### 3. FRENTE AL USO DEL TIEMPO LIBRE (CULTURAL-SOCIAL)

<b>3.1 ¿Practica alguna creencia religiosa?</b> SI <input type="checkbox"/> NO <input type="checkbox"/>	<b>3.1.1 No. de horas</b>
---	---------------------------

<b>3.2 ¿Estando matriculado usted trabaja?</b>  SI <input type="checkbox"/> NO <input type="checkbox"/>	<b>3.2.1 Tipo de trabajo</b>	<b>No. horas</b>
	<input type="checkbox"/> Domicilio	
	<input type="checkbox"/> Sistemas	
	<input type="checkbox"/> Artesano o artístico	
	<input type="checkbox"/> Monitoria	
	<input type="checkbox"/> Comerciante	
<input type="checkbox"/> Otro ¿Cuál?		

3.3 ¿Otros procesos académicos?  SI <input type="checkbox"/> NO <input type="checkbox"/>	3.3.1 Tipos de opciones	No. horas
	<input type="checkbox"/> Técnicos	
	<input type="checkbox"/> Tecnológicos	
	<input type="checkbox"/> Artes	
	<input type="checkbox"/> Otros idiomas	
	<input type="checkbox"/> informática	
	<input type="checkbox"/> Otro ¿Cuál?	

3.4 ¿Asiste a lugares para el esparcimiento?  SI <input type="checkbox"/> NO <input type="checkbox"/>	3.4.1 Tipos de opciones	No. horas
	<input type="checkbox"/> parques	
	<input type="checkbox"/> Piscinas	
	<input type="checkbox"/> bares	
	<input type="checkbox"/> Discotecas	
	<input type="checkbox"/> Cines	
	<input type="checkbox"/> Billares	
	<input type="checkbox"/> Café internet	
	<input type="checkbox"/> Centros comerciales	
<input type="checkbox"/> Otro ¿Cuál?		

#### 4. REPRESENTACION SOCIAL Y PRÁCTICA DEL CONCEPTO

Asocie los siguientes conceptos:		
1. Recreación		Experiencia de disfrute voluntaria que implica temporalidad, intencionalidad y organización, generando satisfacción hacia el propio yo*
2. Ocio		Experiencia de libertad y un estado mental, de libre elección en el tiempo propio*
3. Tiempo Libre		Modo del tiempo social de participación voluntaria, de actividades de no trabajo*

#### 5. PRACTICAS DE OCIO Y RECREACION

5.1 ¿Practica actividad física y/o deporte?  SI <input type="checkbox"/> NO <input type="checkbox"/>	5.1.1 Tipos de actividades	No. horas
	<input type="checkbox"/> Natación	
	<input type="checkbox"/> Futbol (micro)	
	<input type="checkbox"/> Voleibol	
	<input type="checkbox"/> Baloncesto	
	<input type="checkbox"/> Gimnasia	
	<input type="checkbox"/> Atletismo – trote	
	<input type="checkbox"/> Ciclismo	
	<input type="checkbox"/> Deportes de raqueta	
	<input type="checkbox"/> Otro ¿Cuál?	

5.2 ¿Participa en grupos y/o voluntariados?  SI <input type="checkbox"/> NO <input type="checkbox"/>	5.2.1 Tipos de grupos	No. horas
	<input type="checkbox"/> Juveniles	
	<input type="checkbox"/> Scout	
	<input type="checkbox"/> Bomberos	
	<input type="checkbox"/> Defensa Civil	
	<input type="checkbox"/> Cruz Roja	
	<input type="checkbox"/> Semilleros	
	<input type="checkbox"/> Ecológicos	
	<input type="checkbox"/> Lectura	
	<input type="checkbox"/> Otro ¿Cuál?	

5.3 ¿Participa en grupos artísticos?	5.3.1 Tipos de grupos	No. horas
SI <input type="checkbox"/> NO <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Danza	
	<input type="checkbox"/> Música	
	<input type="checkbox"/> Canto	
	<input type="checkbox"/> Cuentearía	
	<input type="checkbox"/> teatro	
	<input type="checkbox"/> Clubes de cine	
	<input type="checkbox"/> Manualidades	
	<input type="checkbox"/> Dibujo - grafiti	
	<input type="checkbox"/> Fotografía - video	
	<input type="checkbox"/> Pintura	
	<input type="checkbox"/> Otro ¿Cuál?	

5.4 ¿Otras opciones de recreación?	5.4.1 Tipos de opciones	No. horas
SI <input type="checkbox"/> NO <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Ver TV	
	<input type="checkbox"/> Escuchar música	
	<input type="checkbox"/> Video juegos	
	<input type="checkbox"/> Chatear	
	<input type="checkbox"/> Charlar	
	<input type="checkbox"/> Leer	
	<input type="checkbox"/> Escribir	
	<input type="checkbox"/> bailar	
	<input type="checkbox"/> Otro ¿Cuál?	

## 6. REPRESENTACION SOCIAL Y PRÁCTICA DEL CONCEPTO

Asocie el concepto con las actividades:		
1. Recreación		Escuchar música, lo artístico, auto formarse, socializarse*
2. Ocio		Actividades de no trabajo, ausencia de obligaciones, de trascendencia y desarrollo personal*
3. Tiempo Libre		Actividades para el descanso, la libertad, autonomía e independencia*

\*Gerlero Julia C. ¿Ocio, tiempo libre y recreación?. Primera Edición. Editorial Educo. Neuquén (Argentina) 2004

## 7. PRACTICAS SOCIALES DE TIEMPO LIBRE Y OCIO EN LA UNIVERSIDAD

7.1 ¿Utiliza su tiempo libre al interior de la U?	7.1.1 Tipos de utilización	No. horas
SI <input type="checkbox"/> NO <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Consultando en la biblioteca	
	<input type="checkbox"/> Compartiendo con amigos	
	<input type="checkbox"/> Grupos académicos	
	<input type="checkbox"/> Navegando en internet	
	<input type="checkbox"/> En los grupos artísticos	
	<input type="checkbox"/> En cine club ojo x ojo	
	<input type="checkbox"/> En talleres artísticos	
	<input type="checkbox"/> Otro ¿Cuál?	

7.2 ¿Espacios o lugares que utiliza si usa su tiempo libre al interior de la U? SI <input type="checkbox"/> NO <input type="checkbox"/>	7.2.1 Tipos de lugares	No. horas
	<input type="checkbox"/> Cafeterías	
	<input type="checkbox"/> Biblioteca	
	<input type="checkbox"/> Terrazas	
	<input type="checkbox"/> Sala de sistemas	
	<input type="checkbox"/> Salones	
	<input type="checkbox"/> Oficinas	
	<input type="checkbox"/> corredores	
	<input type="checkbox"/> Otro ¿Cuál?	

7.3 ¿Comparte estos espacios con alguien? SI <input type="checkbox"/> NO <input type="checkbox"/>	7.3.1 Tipos de compañía	No. horas
	<input type="checkbox"/> Con su pareja	
	<input type="checkbox"/> Con amigos del semestre	
	<input type="checkbox"/> Con amigos de otros programas	
	<input type="checkbox"/> Con administrativos o empleados	
	<input type="checkbox"/> Con docentes	
	<input type="checkbox"/> No importa quien	
	<input type="checkbox"/> Otro ¿Cuál?	

7.4 ¿En que momentos del día hace uso de su tiempo libre? SI <input type="checkbox"/> NO <input type="checkbox"/>	7.4.1 Tipos de momento	No. horas
	<input type="checkbox"/> No asiste a algunas clases	
	<input type="checkbox"/> Entre clase y clase	
	<input type="checkbox"/> Al medio día	
	<input type="checkbox"/> Finalizando la jornada	
	<input type="checkbox"/> El sábado	
	<input type="checkbox"/> Permanece en la U	
	<input type="checkbox"/> Otro ¿Cuál?	

## 8. REPRESENTACION SOCIAL DEL CONCEPTO

Asocie los siguientes conceptos:		
1. Recreación		Es el uso constructivo que el ser humano hace de él.... en 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 psico biológica*
2. Ocio		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 practica de actividades físicas o intelectuales de esparcimiento*
3. Tiempo Libre		Es un espacio creativo, de expansión de la personalidad, de contenido lúdico, formativo, auto expresivo y de salud en sus acepciones de bienestar, físico, psíquico y social

\*Gerlero Julia C. ¿Ocio, tiempo libre y recreación? Primera Edición. Editorial Educo. Neuquén (Argentina) 2004

\*Ley 181 de 1995, ley General del Deporte. Artículo 5.



**ANEXO B.** Instrumento recomendado a partir de las modificaciones de ceballos y cols.



UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE PEREIRA  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
PROGRAMA CIENCIAS DEL DEPORTE Y LA RECREACIÓN



**"PRÁCTICAS E IDENTIFICACION DE CONCEPTOS SOCIALES DE TIEMPO LIBRE, OCIO Y RECREACIÓN EN LOS ESTUDIANTES DE PREGRADO DE LA UNIVERSIDAD CATOLICA POPULAR DEL RISARALDA DE 2008"**

Agradecemos su colaboración para el presente trabajo de investigación que pretende conocer los conceptos que manejan y las prácticas que realizan los estudiantes de la Universidad Católica Popular del Risaralda con relación a la recreación, el ocio y el uso que hacen de su tiempo libre y como impacta ello en sus dinámicas sociales y de comportamiento, como en la construcción de opciones saludables por parte de la institución.

Garantizamos total confidencialidad con la información que aquí se origine.

**1. INFORMACION GENERAL**

<b>1.1 Facultad:</b>	<b>1.4 Género:</b> <input type="checkbox"/> M <input type="checkbox"/> F	<b>1.7 Zona:</b> <input type="checkbox"/> Rural <input type="checkbox"/> Urbana
<b>1.2 Programa:</b>	<b>1.5 Edad:</b>	
<b>1.3 Egresado de un colegio:</b>  <input type="checkbox"/> Público <input type="checkbox"/> Privado	<b>1.6 Estrato socioeconómico:</b> <input type="checkbox"/> Alto <input type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Bajo Barrio _____	<b>1.8 Lugar de procedencia:</b> <input type="checkbox"/> Pereira <input type="checkbox"/> Santa Rosa <input type="checkbox"/> Dosquebradas <input type="checkbox"/> Otro <input type="checkbox"/> Cartago ¿cuál? _____ <input type="checkbox"/> La Virginia _____

**2. REPRESENTACION SOCIAL DEL CONCEPTO**

<b>Para usted que es:</b>	
<b>Recreación</b>	
<b>Tiempo libre</b>	
<b>Ocio</b>	

**3. FRENTE AL USO DEL TIEMPO LIBRE (CULTURAL-SOCIAL)**

*Se debe colocar el total del número de horas, teniendo en cuenta los siete días de la semana (lunes a domingo) en todas las preguntas.*

<b>3.1 ¿Practica alguna creencia religiosa?</b> SI <input type="checkbox"/> NO <input type="checkbox"/>	<b>3.1.1 No. de horas x semana</b>
---	------------------------------------

<b>3.2 ¿Estando matriculado usted trabaja?</b>  SI <input type="checkbox"/> NO <input type="checkbox"/>	<b>3.2.1 Tipo de trabajo</b>	<b>No. Horas (semanales)</b>
	<input type="checkbox"/> Domicilio	
	<input type="checkbox"/> Sistemas	
	<input type="checkbox"/> Artesano o artístico	
	<input type="checkbox"/> Monitoria	

	<input type="checkbox"/> Comerciante	
	<input type="checkbox"/> Otro ¿Cuál?	

<b>3.3 ¿Otros procesos académicos?</b>  <b>SI</b> <input type="checkbox"/> <b>NO</b> <input type="checkbox"/>	<b>3.3.1 Tipos de opciones</b>	<b>No. Horas (semanales)</b>
	<input type="checkbox"/> Técnicos	
	<input type="checkbox"/> Tecnológicos	
	<input type="checkbox"/> Artes	
	<input type="checkbox"/> Otros idiomas	
	<input type="checkbox"/> informática	
	<input type="checkbox"/> Otro ¿Cuál?	

<b>3.4 ¿Asiste a lugares para el esparcimiento?</b>  <b>SI</b> <input type="checkbox"/> <b>NO</b> <input type="checkbox"/>	<b>3.4.1 Tipos de opciones</b>	<b>No. Horas (semanales)</b>
	<input type="checkbox"/> parques	
	<input type="checkbox"/> Piscinas	
	<input type="checkbox"/> bares	
	<input type="checkbox"/> Discotecas	
	<input type="checkbox"/> Cines	
	<input type="checkbox"/> Billares	
	<input type="checkbox"/> Café internet	
	<input type="checkbox"/> Centros comerciales	
	<input type="checkbox"/> Otro ¿Cuál?	

#### 4. PRÁCTICAS DE OCIO Y RECREACIÓN

<b>4.1 ¿Practica actividad física y/o deporte?</b>  <b>SI</b> <input type="checkbox"/> <b>NO</b> <input type="checkbox"/>	<b>4.1.1 Tipos de actividades</b>	<b>No. Horas (semanales)</b>
	<input type="checkbox"/> Natación	
	<input type="checkbox"/> Futbol (micro)	
	<input type="checkbox"/> Voleibol	
	<input type="checkbox"/> Baloncesto	
	<input type="checkbox"/> Gimnasia	
	<input type="checkbox"/> Atletismo – trote	
	<input type="checkbox"/> Ciclismo	
	<input type="checkbox"/> Deportes de raqueta	
	<input type="checkbox"/> Otro ¿Cuál?	

<b>4.2 ¿Participa en grupos y/o voluntariados?</b>  <b>SI</b> <input type="checkbox"/> <b>NO</b> <input type="checkbox"/>	<b>4.2.1 Tipos de grupos</b>	<b>No. Horas (semanales)</b>
	<input type="checkbox"/> Juveniles	
	<input type="checkbox"/> Scout	
	<input type="checkbox"/> Bomberos	
	<input type="checkbox"/> Defensa Civil	
	<input type="checkbox"/> Cruz Roja	
	<input type="checkbox"/> Semilleros	
	<input type="checkbox"/> Ecológicos	
	<input type="checkbox"/> Lectura	
	<input type="checkbox"/> Otro ¿Cuál?	

<b>4.3 ¿Participa en grupos artísticos?</b>  <b>SI</b> <input type="checkbox"/> <b>NO</b> <input type="checkbox"/>	<b>4.3.1 Tipos de grupos</b>	<b>No. Horas (semanales)</b>
	<input type="checkbox"/> Danza	
	<input type="checkbox"/> Música	
	<input type="checkbox"/> Canto	
	<input type="checkbox"/> Cuentearía	

	<input type="checkbox"/> teatro	
	<input type="checkbox"/> Clubes de cine	
	<input type="checkbox"/> Manualidades	
	<input type="checkbox"/> Dibujo - grafiti	
	<input type="checkbox"/> Fotografía - video	
	<input type="checkbox"/> Pintura	
	<input type="checkbox"/> Otro ¿Cuál?	

<b>4.4 ¿Otras opciones de recreación?</b>  SI <input type="checkbox"/> NO <input type="checkbox"/>	<b>4.4.1 Tipos de opciones</b>	<b>No. Horas (semanales)</b>
	<input type="checkbox"/> Ver TV	
	<input type="checkbox"/> Escuchar música	
	<input type="checkbox"/> Video juegos	
	<input type="checkbox"/> Chatear	
	<input type="checkbox"/> Charlar	
	<input type="checkbox"/> Leer	
	<input type="checkbox"/> Escribir	
	<input type="checkbox"/> bailar	
	<input type="checkbox"/> Otro ¿Cuál?	

## 5. PRÁCTICAS SOCIALES

**Una con una línea el concepto con las actividades:**

1. Recreación	Escuchar música, lo artístico, auto formarse, socializarse*
2. Ocio	Actividades de no trabajo, ausencia de obligaciones, de trascendencia y desarrollo personal *
3. Tiempo Libre	Actividades para el descanso, la libertad, autonomía e independencia*

\*Gerlero Julia C. ¿Ocio, tiempo libre y recreación?. Primera Edición. Editorial Educo. Neuquén (Argentina) 2004

## 6. PRACTICAS SOCIALES DE TIEMPO LIBRE Y OCIO EN LA UNIVERSIDAD

<b>6.1 ¿Utiliza su tiempo libre al interior de la U?</b>  SI <input type="checkbox"/> NO <input type="checkbox"/>	<b>6.1.1 Tipos de utilización</b>	<b>No. Horas (semanales)</b>
	<input type="checkbox"/> Consultando en la biblioteca	
	<input type="checkbox"/> Compartiendo con amigos	
	<input type="checkbox"/> Grupos académicos	
	<input type="checkbox"/> Navegando en internet	
	<input type="checkbox"/> En los grupos artísticos	
	<input type="checkbox"/> En cine club ojo x ojo	
	<input type="checkbox"/> En talleres artísticos	
	<input type="checkbox"/> Otro ¿Cuál?	

<b>6.2 ¿Espacios o lugares que utiliza si usa su tiempo libre al interior de la U?</b> SI <input type="checkbox"/> NO <input type="checkbox"/>	<b>6.2.1 Tipos de lugares</b>	<b>No. Horas (semanales)</b>
	<input type="checkbox"/> Cafeterías	
	<input type="checkbox"/> Biblioteca	
	<input type="checkbox"/> Terrazas	
	<input type="checkbox"/> Sala de sistemas	
	<input type="checkbox"/> Salones	
	<input type="checkbox"/> Oficinas	

	<input type="checkbox"/> corredores	
	<input type="checkbox"/> Otro ¿Cuál?	

6.3 ¿Comparte estos espacios con alguien?	6.3.1 Tipos de compañía	No. Horas (semanales)
SI <input type="checkbox"/> NO <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Con su pareja	
	<input type="checkbox"/> Con amigos del semestre	
	<input type="checkbox"/> Con amigos de otros programas	
	<input type="checkbox"/> Con administrativos o empleados	
	<input type="checkbox"/> Con docentes	
	<input type="checkbox"/> No importa quien	
	<input type="checkbox"/> Otro ¿Cuál?	

6.4 ¿En que momentos del día hace uso de su tiempo libre?	6.4.1 Tipos de momento	No. Horas (semanales)
SI <input type="checkbox"/> NO <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> No asiste a algunas clases	
	<input type="checkbox"/> Entre clase y clase	
	<input type="checkbox"/> Al medio día	
	<input type="checkbox"/> Finalizando la jornada	
	<input type="checkbox"/> El sábado	
	<input type="checkbox"/> Permanece en la U	
	<input type="checkbox"/> Otro ¿Cuál?	

## 7. CONOCIMIENTO LEGAL

¿Conoce usted las políticas relacionadas con tiempo libre y recreación en Colombia?

SI  NO

Si su respuesta es **SI**, asocie los siguientes conceptos, colocando entre el paréntesis la letra correspondiente a cada término.

**RECREACIÓN ( )**                      **TIEMPO LIBRE ( )**

- a) Experiencia de disfrute voluntaria que implica temporalidad, intencionalidad y organización, generando satisfacción hacia el propio yo\*
- b) Es el uso constructivo que el ser humano hace de él... en 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 psico biológica\*
- c) Es un espacio cronológico útil para una vivencia de libertad, dominio y diversión\*
- d) 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.

\*Ley 181 de 1995, ley General del Deporte. Artículo 5.

\*Gerlero Julia C. ¿Ocio, tiempo libre y recreación?. Primera Edición. Editorial Educo. Neuquén (Argentina) 2004

**ANEXO C.** Oficio de solicitud para aplicar el instrumento

Pereira, 15 de Abril de 2008

Doctor  
FABIAN MORALES QUICENO  
Director  
Proyecto de Vida  
Universidad Católica Popular del Risaralda  
Ciudad

Cordial saludo,

Con relación al proceso investigativo que desarrolla el Programa Ciencias del Deporte y la Recreación en torno a "Las Practicas y Representaciones Sociales de Tiempo Libre, Ocio y Recreación de los Estudiantes de las jornadas diurnas de las universidades de La ciudad de Pereira" y el cual queremos aplicar en su institución educativa, solicitamos su autorización para poder aplicar el instrumento a una serie de estudiantes de pregrado matriculados en el primer semestre del 2008, de los diversos programas de la institución que usted lidera.

De igual manera y de acuerdo al diseño metodológico que exige la investigación, es necesario conocer el número de estudiantes y el género, el listado de los mismos y el programa académico al que están inscritos, ello para facilitar el muestreo aleatorio simple. Nos comprometemos con la confidencialidad de los datos, a la vez que entregaremos un informe en la oficina de bienestar universitario con las posibles sugerencias para que se optimicen políticas para el uso del tiempo libre de sus estudiantes.

Agradecemos el apoyo para este proceso, atentamente

Mag. Norman Jairo Pachon Villamil  
Coordinador Área de Recreación  
Programa Ciencias del Deporte y la Recreación  
Universidad Tecnológica de Pereira

## **ANEXO D. Programas que ofrece proyecto de vida a los estudiantes.**

### **1. PROYECTO DE VIDA**

La Universidad Católica Popular del Risaralda considera que la pregunta fundamental que debe proponer a sus estudiantes no es sólo ni primordialmente “¿qué voy a hacer?” sino “¿qué voy a ser?”, y en la respuesta a esa pregunta, que es responsabilidad y derecho autónomo del estudiante, ha de colaborar la Universidad.

El proceso de “llegar a ser” y de “formarse en y para la vida” tiene una fase muy importante, cual es la de diseñar, imaginar e idear el propio PROYECTO PERSONAL DE VIDA. En el horizonte de ese proyecto han de ubicarse todos los aspectos, entre ellos, la opción profesional y la opción de fe. Sin un esfuerzo por diseñar el proyecto personal de vida las diversas actividades y quehaceres aparecen como disgregados, a veces opuestos y sin sentido. El estudiante debe tener la oportunidad de comprender que su vida es un proyecto que está en sus manos y del cual es responsable; que debe, para ello, aprender a mirar la propia existencia “en profundidad” y no dejar que se agote en la fugacidad del presente.

La Universidad debe proporcionar la ayuda y apoyo para que el estudiante diseñe su proyecto de vida y sepa situar en su horizonte, la cuestión específica de su opción profesional.

Además de ofrecer un ambiente propicio para los estudiantes, la Universidad debe constituirse en un espacio para que quienes laboran en ella encuentren posibilidades y condiciones propicias para desarrollar su proyecto personal de vida: docentes, administrativos, empleados deben poder sentir que su trabajo les permite el desarrollo personal y la realización de sus metas y aspiraciones. De esa manera el trabajo no se percibe meramente como una carga o un medio de sustento, sino como una posibilidad para avanzar en su proceso de realización personal, una contribución a la construcción de un proyecto colectivo, una satisfacción gratificante y dignificante.

Por ello el programa “proyecto de vida” es una oferta para todos los estamentos de la comunidad universitaria. La universidad ha de crear las condiciones que les permitan alcanzar sus metas personales (individuales, familiares, sociales) y profesionales a los docentes, administrativos y empleados (investigación, desarrollo docente, iniciativa, creatividad administrativa).

## 1.1 PASTORAL UNIVERSITARIA

Es el área de evangelización que desde Proyecto de Vida quiere responder a la tarea de anunciar y experimentar el amor de Dios en la comunidad universitaria.

- **ACTIVIDADES ENCUENTRO EQUIPO DE PASTORAL:** Martes 12:00m. En el Oratorio. Es el equipo dinamizador de las distintas tareas a realizar en la evangelización y misión de la comunidad universitaria.
- **CONVIVENCIAS Y RETIROS:** Es el espacio para profundizar a través de la catequesis y experimentar el amor de Dios que en Jesucristo se nos invita a vivir en al Iglesia.
- **CONSEJERÍA:** Es el acompañamiento personal en las distintas etapas y momentos difíciles de la comunidad universitaria.
- **CELEBRACIONES LITÚRGICAS:** Es la expresión de la vida de la iglesia a través de los ritos y celebraciones que comprenden especialmente la Eucaristía.
- **GRUPO DE ACCIÓN SOCIAL:** Viernes 2:00p.m. Es el espacio para ser solidarios y acompañar a los grupos y personas menos favorecidas de la ciudad.
- **REFLEXIÓN FE Y RAZÓN:** Es la tarea que desde la identidad de la universidad se nos invita para acercar la Fe y la Razón por caminos que nos ayuden a profundizar el ser Católicos.
- **CÁTEDRA JUAN PABLO II:** Es la expresión de la búsqueda en la profundización de los textos del Papa Juan Pablo II, que posibilita avanzar en la tarea de acercar la Fe y la Cultura.

## 1.2 DESARROLLO HUMANO

Es un área de Proyecto de Vida que busca a través de diferentes acciones fortalecer y resignificar los procesos de identidad y a la vez contribuir al crecimiento personal, de tal manera que le dé sentido a lo individual y a lo colectivo en sus diferentes esferas: Afectiva, cognitiva, estética, laboral, comunicativa, espiritual, lúdica, cívica, física y sexual, entre otras.

- **PROGRAMA DE ACOMPAÑAMIENTO ACADÉMICO – PAC:** Es un programa que ofrece el área de Proyecto de Vida de la UCPR y la Vicerrectoría Académica a los estudiantes de la Universidad, con el objetivo de brindarles los elementos útiles y necesarios para un óptimo desempeño académico.

### **BENEFICIOS DEL PAC:**

- Contribuye al crecimiento personal, social y emocional.
- Mejora el rendimiento académico.
- Facilita la adaptación a la vida universitaria.
- Posibilita el logro de metas propuestas.
- Contribuye al cambio de los estilos de aprendizaje.
- Permite disminuir el número de asignaturas perdidas, el índice de repitencia y deserción.

### **¿QUIENES PARTICIPAN?**

Estudiantes con:

- Dificultades académicas.
- Bajo rendimiento académico
- Inadecuado manejo de estrategias de estudio
- Dificultades en lectura y escritura
- Riesgo académico: Cursando una materia por tercera vez o estar en período de prueba.
- Dudas frente a la opción profesional.
- Y todos aquellos estudiantes que de manera voluntaria deseen participar activamente del programa.

### **¿QUE OFRECE?**

- **TALLERES:**

+ Estrategias de Aprendizaje: para el desarrollo de habilidades en Atención, memoria, pensamiento lógico, administración del tiempo, técnicas de estudio, auto-evaluación del aprendizaje, actitudes, motivación, manejo y control de la ansiedad académica.

+Estrategias de Comprensión Lectora y Construcción de Texto



+Estrategias en el Manejo y Control del Estrés

-**TUTORIAS:** (individuales y grupales)

+ En el área de las Matemáticas

-**MONITORIAS:** (Individuales y grupales) En las diferentes asignaturas.

- **ORIENTACION PROFESIONAL**

- **ASESORIA PSICOPEDAGOGICA**

- **CONSULTA PSICOLÓGICA**

### 1.3 EXPRESIÓN CULTURAL

- **Formación:** en primer semestre los estudiantes que ingresan a la universidad pueden optar por los talleres de cultura en teatro, danza, música, apreciación artística y apreciación cinematográfica. En este período de tiempo se hace énfasis en las expresiones artísticas y culturales, como una opción que hace parte en el desarrollo integral de un ser humano. Al finalizar el proceso del taller (16 semanas), los estudiantes pueden continuar haciendo parte de las agrupaciones de planta en cada una de las subáreas mencionadas.

En dichas agrupaciones los estudiantes profundizan un poco más en el componente formativo que de manera permanente es desarrollado en los ensayos y los montajes, presentaciones y exposiciones dentro y fuera de la universidad.

- **Proyección:** a lo largo del proceso de formación académica, los estudiantes que deseen pueden hacer parte de las agrupaciones de danza, teatro, música o apreciación artística. La finalidad de dichas agrupaciones es articular dentro y fuera de la universidad, procesos de difusión, montaje, presentación y exposición de obras de arte (en danza, teatro, música y artes plásticas y visuales). Las agrupaciones participan de manera frecuente en encuentros, festivales y muestras artísticas y culturales, a nivel local, regional y nacional. La agrupación de música se llama Se arrienda y es una propuesta de rock – fusión, con ritmos latinos, sus composiciones reflejan la vida cotidiana de los jóvenes con una mirada particular que los estudiantes exploran, con el fin de consolidar su estilo y proyectar sus canciones entre el público adolescente y juvenil. La agrupación de danza moderna se llama Le – k – bell, ellos manejan una propuesta de ritmos urbanos, revistas musicales con

mezclas provenientes de diferentes ámbitos del sonido en la ciudad. Es característica en sus montajes la presencia de escenografía, luces y un ambiente nocturno que aporta mayor contundencia a sus intervenciones. La agrupación de teatro se llama Vaticinio, sus montajes son de diversa procedencia, han realizado puestas en escena de carácter experimental en las que fusionan el mimodrama, las sombras chinescas y la coreografía dancística. La agrupación de apreciación artística trabaja en la gestión y exhibición de las propuestas plásticas tanto de estudiantes como de docentes y artistas de la región. Aportan elementos para el montaje de exposiciones durante las semanas culturales realizadas en la universidad.

- **Difusión:** en el transcurso del año se realizan diferentes eventos para la difusión del arte y la cultura. El más posicionado entre la comunidad universitaria es el cine club Linterna Mágica, que nace como un espacio apoyado por proyecto de vida y gestado por estudiantes de la universidad inquietos por el séptimo arte. A partir del 2007 comienza otra etapa en la que la un convenio interinstitucional permitirá proyectar cine en diversos formatos. Por otra parte en febrero, durante la celebración del aniversario de la institución se realiza la semana cultural, espacio propicio para que estudiantes, docentes y artistas invitados muestren sus producciones tanto académicas como artísticas. En abril se celebra la semana del idioma y la niñez con diversas actividades y en la semana de acción de gracias también se lleva a cabo el concurso de la canción bambuco, el concurso de coreografías, el salón de artes, muestras artísticas y culturales. Durante el año, de manera ocasional se realizan presentaciones de cuentería, música de diferentes géneros, audiciones musicales entre otras actividades. Es importante destacar la unión de Rectoría, Biblioteca, Proyección social y Proyecto de vida en la Comisión de Arte y Cultura, quienes programan diferentes actividades aportando gestión al interior y exterior de la universidad, con el fin de optimizar recursos. Gracias a esta labor en compañía con la agrupación de apreciación artística hemos realizado varias exposiciones de arte con la donación de algunas obras por parte de los expositores, dichas obras harán parte de la Pinacoteca de nuestra institución.

## **1.4 RECREACION Y DEPORTES**

### **OBJETIVO**

Fomentar la participación sana en la práctica deportiva y recreativa, y el aprovechamiento del tiempo libre para el desarrollo integral del ser humano de nuestra comunidad universitaria.

## **PROGRAMAS**

- **Deporte Formativo:**

**Objetivo:**

Mediante la academia, crear espacios de reflexión sobre la importancia de las actividades deportivas y recreativas del ser humano, orientando a los estudiantes en la realización de actividades físicas y deportivas de manera ordenada y que contribuyan a su desarrollo futuro de proyecto de vida y mejor calidad de vida.

**DEPORTES:**

- Fútbol
- Microfútbol
- Baloncesto
- Voleibol
- Tenis de Mesa
- Natación

- **Deporte Competitivo**

**Objetivo:**

Realizar procesos deportivos en los estudiantes, docentes, administrativos y empleados universitarios a través de las continuas prácticas de entrenamiento, convirtiendo al deporte de competencia en un medio que contribuya a la formación integral del ser humano.

**DEPORTES**

- Fútbol
- Microfútbol
- Baloncesto
- Voleibol
- Tenis de Mesa
- Natación

## **PARTICIPACIONES DEPORTIVAS**

- Intercambios deportivos universitarios
- Intercambios deportivos con los municipios
- Torneos locales invitacionales
- Torneos interdocentes
- Torneos de liga
- Torneo del deporte asociado

### **• DEPORTE RECREATIVO**

#### **Objetivo:**

Fomentar la integración de los miembros de la comunidad universitaria, a través de programas y actividades de recreación y uso del tiempo libre y ocio.

#### **Actividades:**

- Torneos inter-roscas: Fútbol, microfútbol, baloncesto, tenis de mesa, voleibol.
- Torneos interdocentes: Fútbol.
- Torneos Relámpagos: Voleibol, tenis de mesa.
- Natación recreativa: sábados de 1 a 3 p.m. Villa olímpica
- Aeróbicos: jueves de 5 a 6 p.m. UCPR.