

EFFECTO DE LAS SALIDAS ACADÉMICAS DE RECREACIÓN EN LAS  
HABILIDADES SOCIALES Y EL LIDERAZGO DE ESTUDIANTES DE CIENCIAS  
DEL DEPORTE Y LA RECREACIÓN, 2015.

JENNIFER CRISTINA CANO MAYA

JULIANA GUZMÁN VERGARA

UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE PEREIRA  
FACULTAD CIENCIA DE LA SALUD  
PROGRAMA CIENCIAS DEL DEPORTE Y LA RECREACIÓN  
PEREIRA  
2015

EFFECTO DE LAS SALIDAS ACADÉMICAS DE RECREACIÓN EN LAS  
HABILIDADES SOCIALES Y DE LIDERAZGO DE ESTUDIANTES DE CIENCIAS  
DEL DEPORTE Y LA RECREACIÓN, 2015.

JENNIFER CRISTINA CANO MAYA

JULIANA GUZMÁN VERGARA

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

Director e investigador principal

**CRISTIAN FERNANDO RAMOS RIOS**

Magister

Administración del Desarrollo Humano y Organizacional

UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE PEREIRA  
FACULTAD CIENCIA DE LA SALUD  
PROGRAMA CIENCIAS DEL DEPORTE Y LA RECREACIÓN  
PEREIRA  
2015

**NOTA DE ACEPTACIÓN:**

---

---

---

\_\_\_\_\_  
**Firma del Presidente del Jurado**

\_\_\_\_\_  
**Firma del jurado**

\_\_\_\_\_  
**Firma del jurado**

**Pereira, febrero 3 del 2016**

## **DEDICATORIA**

*Este logro en mi vida tiene una sincera dedicación al ángel que desde el cielo me acompaña, a mis padres y abuela por educarme con compromiso, amor, respeto y lealtad hacia mi ser y sentir, por su apoyo y compañía en este proyecto de vida. A mis apreciados maestros quienes compartieron sus experiencias y aprendizajes, inculcándome sentido de pertenencia por esta profesión, a mis compañeros con quienes formé profundos lazos de amistad y honestidad. Y todos aquellos que en el transcurso de mi carrera aportaron tanto y más para ser mejor persona y profesional.*

**Jennifer Cristina Cano Maya.**

*Este gran logro quiero dedicarlo principalmente a Dios quien me ha permitido llegar a este punto de mi vida, aprendiendo y creciendo día tras día, a cada una de las personas que me acompañaron a lo largo de este gran proceso. A mi familia que siempre me ha apoyado en cada una de mis decisiones, a mis maestros por sus grandes saberes y enseñanzas, a mis amigos y compañeros Sebastián Varela Varela y Laura Arango Zuluaga por compartir una etapa tan importante y valiosa en mi vida. Y a las demás personas que sin mencionar siempre estuvieron a mi lado.*

**Juliana Guzmán Vergara.**

## **AGRADECIMIENTOS**

### ***JENNIFER CRISTINA CANO MAYA.***

Agradezco a mi familia por apoyarme y ser mi fortaleza, haciendo posible cumplir este sueño junto a ellos. A mis abuelas quienes siempre se preocuparon por mi bienestar y felicidad, acompañándome en este camino con su más profundo amor; a los docentes, quienes hoy considero mis maestros de vida Norman Jairo Pachón Villamil y Cristian Fernando Ramos Ríos en su entrega por la docencia, amor inmensurable por la recreación y permitir desarrollarme desde diferentes roles del saber, a todos los que hacen o hicieron junto a mí, parte del Área de Recreación por su apoyo, compañía y motivación, a mis amigos por compartir el sueño de ser profesionales y al Programa Ciencias del Deporte y la Recreación del cual me enorgullezco ser parte.

### ***JULIANA GUZMÁN VERGARA***

Agradezco a mis padres que con amor y entrega siempre me han apoyado y brindado las mejores oportunidades, a mis maestros Martha Lucia Garzón, Norman Jairo Pachón y Cristian Fernando Ramos que siempre me brindaron sus más grandes conocimientos y amor por su labor, al Área de Recreación que me acogió como su practicante, su monitora y compañera haciéndome crecer como profesional y persona, a mis amigos que en todo momento estuvieron para ofrecer su mano, a mis compañeros de clase y al programa Ciencias del Deporte y la Recreación por hacerme una orgullosa profesional.

## CONTENIDO

<b>RESUMEN</b> .....	10
<b>INTRODUCCIÓN</b> .....	12
<b>DEFINICIÓN DEL PROBLEMA</b> .....	14
<b>1. JUSTIFICACIÓN</b> .....	15
<b>2. OBJETIVOS</b> .....	18
2.1 OBJETIVO GENERAL .....	18
2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	18
<b>3. MARCO REFERENCIAL</b> .....	19
3.1 MARCO CONTEXTUAL .....	19
3.1.1 Marco Institucional.....	19
3.1.2 Marco Legal.....	27
3.2 MARCO TEÓRICO .....	30
3.2.1 Recreación.....	30
3.2.2 Recreación y Desarrollo Humano .....	35
3.2.3 Recreación Educativa.....	39
3.2.4 Aprendizaje Vivencial.....	40
3.2.5 Campamentos Educativos .....	53
3.2.6 Inteligencia emocional .....	54
3.2.7 Habilidades Sociales.....	56
3.2.8 Liderazgo .....	59
3.3 MARCO DE ANTECEDENTES INVESTIGATIVOS.....	61
<b>4. METODOLOGIA</b> .....	71
4.1 TIPO, DISEÑO E HIPÓTESIS DE INVESTIGACIÓN .....	71
4.1.1 Tipo de investigación .....	71
4.1.2 Diseño .....	71
4.1.3 Hipótesis .....	71
4.2 POBLACIÓN.....	71
4.2.1 Criterios de inclusión:.....	72

4.2.2 Criterios de exclusión:.....	72
4.3 VARIABLES.....	72
4.3.1 Variable independiente.....	72
4.3.2 Variable dependiente.....	73
4.3.3 Variables de confusión.....	74
4.4 TECNICAS E INSTRUMENTOS.....	74
4.4.1 Descripción de las técnicas e instrumentos.....	74
4.4.2 Técnicas.....	77
4.4.3 Validación.....	77
4.5 EVALUACIÓN BIOÉTICA.....	78
<b>5. PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE LOS DATOS.....</b>	<b>79</b>
5.1 TRATAMIENTO DE LOS DATOS.....	80
5.2 DISCUSIÓN.....	93
5.3. PRODUCTOS E EFECTOS ESPERADOS.....	96
<b>6. CONCLUSIONES.....</b>	<b>98</b>
<b>7. RECOMENDACIONES.....</b>	<b>100</b>
TALENTO HUMANO.....	101
<b>8. BIBLIOGRAFÍA.....</b>	<b>102</b>

## ANEXOS

ANEXO 1 BITÁCORA DE LAS SALIDAS ACADÉMICAS “CAMPAMENTO DE INNOVACION METODOLOGICA EN RECREACIÓN CAMPING GUAYACANES”	123
ANEXO 2 BITÁCORA DE LA SALIDA ACADÉMICA “CAMPAMENTO DE ESTRATEGIAS DE EDUCACION EXPERIENCIAL Y ECOAVENTURA TOLÚ”	129
ANEXO 3 CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA EL DILIGENCIAMIENTO DE LOS TEST DE LA INVESTIGACIÓN	145
ANEXO 4 CUESTIONARIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL	147
ANEXO 5 TEST DE LIDERAZGO (MARISOL ESPINO)	151

## GRÁFICOS

GRÁFICO 2 PROMEDIO DEL NIVEL DE HHSS DE MODALIDAD RECREATIVA I. PEREIRA, 2015	82
GRÁFICO 3 ESTUDIANTES DE MODALIDAD RECREATIVA I SEGÚN NIVEL DE HHSS Y DE LIDERAZGO. PEREIRA,2015	83
GRÁFICO 4 PROMEDIO DEL NIVEL DE HHSS DE MODALIDAD RECREATIVA II. PEREIRA,2015	87
GRÁFICO 5 ESTUDIANTES DE MODALIDAD RECREATIVA II SEGÚN NIVEL DE HHSS Y DE LIDERAZGO. PEREIRA, 2015	88

## ILUSTRACIONES

ILUSTRACIÓN 1 COMPARACIÓN, EL APRENDIZAJE TRADICIONAL - APRENDIZAJE VIVENCIAL	44
ILUSTRACIÓN 2 EL MANEJO DE LA INCERTIDUMBRE	51

## TABLAS

TABLA 1 ANTECEDENTES INVESTIGATIVOS	61
TABLA 2 ESQUEMA DE INVESTIGACIÓN	71
TABLA 3 CATEGORÍAS DEL TEST DE INTELIGENCIA EMOCIONAL	75
TABLA 4 TABULACIÓN TEST DE LIDERAZGO MARISOL ESPINO	76
TABLA 5 TABULACIÓN TEST DE LIDERAZGO MARISOL ESPINO	76
TABLA 6 INTERPRETACIÓN DEL NIVEL DE INTELIGENCIA EMOCIONAL	79
TABLA 7 EVALUACIÓN POR DIMENSIONES	80
TABLA 8 GENERO GRUPO MODALIDAD RECREATIVA I	81
TABLA 9 EDAD GRUPO MODALIDAD RECREATIVA L	81
TABLA 10 GENERO GRUPO MODALIDAD RECREATIVA LL	81
TABLA 11 EDAD GRUPO MODALIDAD RECREATIVA LL	82
TABLA 12 HABILIDADES SOCIALES Y DE LIDERAZGO GRUPO MODALIDAD RECREATIVA I	83
TABLA 13 HABILIDADES SOCIALES Y DE LIDERAZGO GRUPO MODALIDAD RECREATIVA II	88
TABLA 14 PRODUCTOS RELACIONADOS CON NUEVO CONOCIMIENTO Y DESARROLLO TECNOLÓGICO	96
TABLA 15 PRODUCTOS DE FORTALECIMIENTO DE LA CAPACIDAD CIENTÍFICA NACIONAL	97
TABLA 16 PRODUCTOS DE APROPIACIÓN SOCIAL DEL CONOCIMIENTO	97



## RESUMEN

La siguiente investigación fue realizada por la necesidad que surge en el programa Ciencias del Deporte y la Recreación de la Universidad Tecnológica de Pereira de cuantificar estadísticamente el efecto que tienen las salidas académicas del área de Recreación sobre las habilidades sociales y de liderazgo de los estudiantes implícitos en ellas; para así permitir reconocer la importancia y contribución de las mismas sobre los estudiantes de 5to y 6to semestre. Además de reconocer que el desarrollo y afianzamiento de las HHSS y de liderazgo son un cimiento transcendental para el proceso académico del estudiante pues estas permiten que crezca no solo profesionalmente, sino en su entorno familiar, social y personal

Por tales razones surge la idea de desarrollar una investigación que tuvo como objetivo general: describir el efecto de las salidas académicas del área de recreación en las habilidades sociales y de liderazgo de los estudiantes de 5° y 6° semestre del programa Ciencias del Deporte y la Recreación. Para tales efectos se realizó una medición pre a las salidas académicas “CAMPAMENTO DE INNOVACION METODOLOGICA EN RECREACIÓN CAMPING GUAYACANES” y “CAMPAMENTO DE ESTRATEGIAS DE EDUCACIÓN EXPERIENCIAL Y ECOAVENTURA TOLÚ” y una medición post de las mismas con el fin de comparar estadísticamente el efecto de las salidas académicas sobre las HHSS y de liderazgo y así poder cuantificar estadísticamente los resultados.

La actual investigación, se encuentra enmarcada en el Paradigma Cuantitativo, bajo un diseño metodológico cuasi-experimental sin grupo control con pre prueba y post prueba. Para la medición del estudio, se utilizaron los instrumentos: “Cuestionario para la medición de la inteligencia emocional” (Tobias & Jimena Ramos Callejas, 2001) y el “test de liderazgo” de (González M. E., 2012). Los cuales fueron utilizados en dos ocasiones en ambos grupos pre prueba y post prueba.

Los sujetos implícitos en la investigación fueron 86 estudiantes del programa Ciencias del Deporte y la Recreación de 5to y 6to semestre, quienes cursaron las asignaturas Modalidad Recreativa I y Modalidad Recreativa II. Con un total de 56 hombres (21 Modalidad Recreativa I y 35 para modalidad recreativa II) y 30 mujeres (12 Modalidad Recreativa I y 18 en Modalidad Recreativa II) quienes oscilan entre los 18 y 27 años de edad. Los estudiantes se hicieron presentes en las salidas académicas “CAMPAMENTO DE INNOVACION METODOLOGICA EN RECREACIÓN CAMPING GUAYACANES” y “CAMPAMENTO DE ESTRATEGIAS DE EDUCACION EXPERIENCIAL Y ECOAVENTURA TOLÚ” correspondientemente.

La diferencia estadísticamente significativa solo se logró evidenciar en los resultados ofrecidos a través la salida académica “CAMPAMENTO DE ESTRATEGIAS DE EDUCACIÓN EXPERIENCIAL Y ECOAVENTURA TOLÚ” con

un promedio total de 362,6 en su prueba pretest, y que después de presentar la prueba postest aumentó notablemente su nivel alto alcanzando un promedio de 398,0; donde 6 de las 8 habilidades evaluadas alcanzaron una diferencia estadísticamente significativa (autocontrol, relaciones con los demás, autoestima, automotivación, liderazgo y empatía) mostraron mejorías respecto a su nivel inicial, autoconocimiento y comunicación son las dos categorías que aunque presentaron aumento positivos no fueron estadísticamente significativos.

Por otra parte en la salida académica “CAMPAMENTO DE INNOVACIÓN METODOLÓGICA EN RECREACIÓN GUAYACANES” no se presentó diferencias estadísticamente significativas; no obstante se logró evidenciar que el grupo se ubica en un nivel alto de HHSS y de liderazgo con un promedio de pretest y postest de 380,3 y 383,3 respectivamente.

## INTRODUCCIÓN

Las habilidades para la vida son “aptitudes necesarias para comportarse de manera adecuada y enfrentar con éxito las exigencias y desafíos de la vida diaria. Estas favorecen comportamientos saludables en las esferas físicas, psicológicas y sociales. Comprende tres categorías de habilidades: sociales, cognitivas y para el control de las emociones”. (Organización Panamericana de Salud, 2001)

La presente investigación se enfoca en el trabajo y desarrollo de las habilidades sociales, es por ello que es necesario y relevante poder definir las; “Las habilidades sociales, se definen como la facilidad de llevarnos bien con la gente sin tener problemas, es la manera de comunicar nuestros pensamientos y sentimientos de manera asertiva, es decir las cosas sin ofender, ni molestar a nadie. Entonces cuando hablamos de habilidades sociales, decimos que son los comportamientos necesarios para establecer relaciones interpersonales satisfactorias compartidas que están caracterizadas por la intimidad de dar y recibir afecto”. (Luna, 2011)

Las habilidades sociales (HHSS) son fundamentales en las relaciones interpersonales satisfactorias, en la convivencia social, el estado de ánimo, las intenciones y motivaciones de las personas, por ello, deben ser desarrolladas por todos los individuos.

La persona, como ser social, ha tenido siempre que establecer relaciones con su entorno, en el que se encuentran por supuesto otras personas, esta situación exige que seamos capaces de poder interactuar eficazmente en el contexto social que nos toque vivir. No siempre es posible desenvolvernos adecuadamente, no porque no estemos aptos para hacerlo, sino porque no hemos adquirido las habilidades para la vida necesarias. Decimos entonces que todos podemos aprender estas habilidades. Gran parte de los problemas de las personas en su vida diaria tienen que ver con esto, ya que si carecemos de algunas habilidades para la vida, entonces no podremos llevar una buena relación con aquellos que nos rodean (nuestra familia, nuestra pareja, nuestros amigos, nuestros compañeros de trabajo etc.) y tener una vida saludable. (Guzmán, s.f)

Varios estudios han demostrado que programas de desarrollo de habilidades para la vida han logrado disminuir índices de agresión y/o violencia, maltrato, consumo de drogas, malos hábitos etc.

En Colombia El Ministerio de Salud determinó a través de un estudio realizado en 1993 que la violencia, específicamente el homicidio, era la causa principal de muerte en el país, y que los jóvenes eran los principales afectados. Debido a este estudio, Fe y Alegría, una ONG nacional, recibió la tarea de desarrollar y hacer una prueba piloto de un plan de desarrollo de habilidades para la vida en las escuelas. Esta prueba piloto estaba dirigida a jóvenes marginales. Se desarrollaron tres módulos: Expresión y control de sentimientos, positivismo y

control de conflictos. Los temas específicos de salud que estuvieron entrelazados en los planes fueron la violencia, el uso del alcohol y el tabaco. Las metas del programa tuvieron un doble propósito: Llevar a las escuelas hacia el enfoque no sólo de los aspectos cognitivos del desarrollo de los jóvenes, sino también a la formación integral que incluye las necesidades emocionales y sociales; y enfocar el problema de la violencia por medio del aprendizaje de habilidades interpersonales. Los planes de habilidades para la vida se ampliaron para incluir el pensamiento crítico y la toma de decisiones. (Guzmán, s.f)

Es de gran importancia y relevancia estar atentos al desarrollo de las HHSS y liderazgo, ya que éstas son indispensables para la adaptación al medio en el que se desenvuelve el ser humano, las HHSS proporcionan herramientas fundamentales para que los jóvenes y adultos se desarrollen en su esfera social, siendo así un individuo pleno de un ambiente social, familiar y laboral.

La falta o escaso desarrollo de habilidades sociales, puede ser algo doloroso para las personas. Los seres humanos vivimos en sociedad, es parte de nuestra naturaleza, es por ello que la comprensión de las relaciones y de las demás personas es algo imprescindible para una vida emocionalmente sana. Y esto tiene repercusión en los demás ámbitos de la vida, escolar, laboral, sentimental, personal, etc. (Urquia, 2015)

El poco desarrollo de las HHSS se ve reflejado en problemas de autoestima, dificultad para expresar deseos y opiniones, dificultades para relacionarse con los demás, problemas académicos y malestar emocional.

## DEFINICIÓN DEL PROBLEMA

Por todo lo anteriormente mencionado en la Universidad Tecnológica de Pereira, Programa Ciencias del Deporte y la Recreación y área de recreación se viene implementando hace cinco (5) años los campamentos educativos como escenario de aprendizaje y desarrollo integral de los estudiantes. Sin embargo, y a pesar, que se realizan cada semestre y la comunidad educativa del programa las identifica y reclama como un espacio de aprendizaje, no se ha evaluado cuantitativamente el efecto que estos espacios tienen sobre las habilidades sociales de los estudiantes implícitos en ellas.

Dentro de las problemáticas que acapara la no cuantificación del efecto de las Salidas Académicas (S.A.) sobre los estudiantes del programa Ciencias del Deporte y la Recreación (C.D.R.) se encuentra, que el área de recreación no tiene una constancia sobre el efecto de las salidas académicas realizadas por la misma; y aunque los docentes realicen procesamiento evaluativos después de cada actividad diseñada e intencionada para el desarrollo de habilidades y desarrollo de dimensiones no se conocen el verdadero efecto que se genera después de haberse presentado el aprendizaje vivencial. Además de esto, algunos estudiantes no visualizan ni consideran importante la asistencia a las salidas académicas, eso puede deberse a que no se les ha presentado un estudio investigativo que constate que las SA del área de recreación aumentan el desarrollo de ciertas habilidades sociales e individuales de los estudiantes inmersas en ellas; de este modo también puede ser considerado que algunos de los estudiantes no tengan claro ni sean conscientes de la importancia del desarrollar de las HHSS y el liderazgo como una herramienta de desarrollo humano e integral en el ser humano.

Por lo tanto se dilucida un cuestionamiento dentro de las prácticas del área de Recreación del programa Ciencias del Deporte y la Recreación. ¿Cuál es el efecto de las salidas académicas del área de recreación en las habilidades sociales y el liderazgo de los estudiantes de 5° y 6° semestre del programa de Ciencias del Deporte y la Recreación?

## 1. JUSTIFICACIÓN

La continua necesidad de ofrecer al medio una educación práctica y vivencial diferenciada de la educación clásica, que estimule en el adolescente el desarrollo de habilidades y permita desenvolverse en el campo en el cual está siendo formado, ha llevado a que la educación moderna tenga como instrumento de educación las salidas académicas.

El aprendizaje experiencial es el proceso mediante el cual adquirimos nuevas habilidades, conocimientos, conductas, instalamos y reforzamos los valores, como resultado del análisis, de la observación y de la experiencia. Estos cambios pueden alcanzar grados diversos de estabilidad, y se producen como resultado de estímulos y respuestas. Los aprendizajes del ser humano desde un punto de vista individual, se pueden convertir en aprendizajes colectivos, en la medida que se guíen y socialicen, compartiéndolos al llevarlos hacia reflexiones y aprendizajes grupales, que fortalezcan la integración en cada comunidad, la eficacia y la productividad en el fomento por alcanzar grupos humanos inteligentes, abiertos al aprendizaje. (Yturalde, s.f)

Por tales motivos el área de Recreación del programa Ciencias del Deporte y la Recreación ha implementado como herramientas pedagógicas los campamentos educativos utilizando la recreación educativa y el aprendizaje vivencial como medio. Es de vital importancia buscar nuevas metodologías que permitan el desarrollo integral de las HHSS y de liderazgo del estudiante para que se desenvuelva en su entorno a nivel personal, familiar, social y profesional.

Para que las salidas académicas tengan una validez y sean aceptadas como instrumentos o herramientas educativas y de aprendizaje vivencial es necesario que sean evaluadas, estudiadas, investigadas y analizadas con soportes teóricos, científicos y estadísticos que permitan demostrar la importancia que estas tienen en el desarrollo de las HHSS y de liderazgo permitiendo al estudiante un espacio de desarrollo de su potencial y sus dimensiones.

Ernesto Yturalde manifiesta que las nuevas tendencias en el campo del aprendizaje se inclinan hacia el aprendizaje basado en la experiencia aplicando la metodología del aprendizaje experiencial mediante la implementación de talleres experienciales; estos cumplen un papel primordial para promover desde la experiencia directa o mediática, el auto-descubrimiento desde lo fáctico, fomentando espacios para la construcción de los aprendizajes fundamentados en la inter-relación entre la experiencia y la reflexión tanto para los individuos como para los grupos y equipos con variables incidentes como los conocimientos básicos de cada socio del aprendizaje, sus valores instalados, sus supuestos, fortalezas interpersonales así como sus limitaciones. Con la metodología el aprendiz es protagonista de su propio aprendizaje.

Como también lo mencionan (Pachon Villamil & Ramos Rios, 2012) afirmando que, los campamentos educativos con un enfoque de la educación experiencial y la eco aventura son oportunidades metodológicas y técnicas que permiten la adquisición de habilidades ajustadas a contextos de otras culturas, al igual que afianzan el plano personal y social del estudiante en lo referente a sus comportamientos profesionales, sus actitudes éticas, su capacidad de entender el contexto y leer otros escenarios culturales, el aplicar sus conocimientos a la realidad y sus vivencias e identificar los beneficios que la recreación aporta: El fortalecimiento de habilidades personales, de liderazgo y de trabajo en equipo, el reconocimiento de las potencialidades humanas en lo personal, social y profesional, el nivel de pertenencia que se quiere frente a la profesión al vivenciar procesos experienciales que potencializan los valores de superación, autorrealización, trascendencia, y responsabilidad (personal y social) y las dimensiones del concepto de recreación y sus componentes, al igual que el reconocimiento de estrategias metodológicas para favorecer la promoción y las prácticas saludables.

Las HHSS contribuyen a la solución de problemas sociales asegura (Osorio, Servicio de la Fundación Colombiana de Tiempo Libre y Recreación, 2015); el uso de programas de ocio y recreación pueden contribuir a prevenir y reducir el crimen en las comunidades; hay una fuerte evidencia que muestra el éxito de los programas que son estructurados para dar soporte social desde adultos líderes, liderazgo juvenil, una atención permanente e individualizada a los participantes, un sentido de pertenencia al grupo, inclusión de los jóvenes en los procesos de toma de decisiones acerca de los programas y oportunidades de servicio a la comunidad. Estos además de contribuir a la solución de un problema social, reducen costos para el sector de la justicia pues cumplen una labor preventiva, educativa, y en muchos casos de rehabilitación o procesos de re-educación.

Otra de las funciones sobre la sociedad que cumplen las HHSS es el desarrollo de estilos de vida saludables, a través del tiempo se ha podido observar que los programas y servicios de recreación pueden contribuir a mejorar esta situación y abrir alternativas para que las personas tengan una mejor salud a través del ejercicio, mejoramiento y mantenimiento de estados emocionales positivos, experiencias sociales e intelectuales. Las personas con altos niveles de bienestar tienden a hacer un mejor uso de su tiempo libre que aquellas que lo hacen esporádicamente.

A esto se debe añadir que los programas y servicios de recreación son una oportunidad para relajar las tensiones de la vida actual. Las evidencias demuestran el valor terapéutico de los entornos naturales y que tienen tanto un efecto psicológico como físico. El costo del estrés medioambiental en términos de días de trabajo perdidos, y los servicios médicos, podrían por el contrario ser una fuente de financiación para los programas de recreación.

Finalmente podemos concluir que los programas recreativos tienen gran influencia sobre la sociedad, modificando y cambiando conductas dentro del ser humano y su entorno, los programas y servicios recreativos además de prevenir y reducir conductas incorrectas reduce en gran medida costos sociales por su gran efecto dentro de la sociedad y su conducta humana, desarrollando estilos de vida saludables y generando en la sociedad el satisfacer las necesidades básicas como reconocimiento y desarrollo de habilidad en ambientes diferentes al laboral llevando al ser humano a cubrir dichas necesidades en entornos disímiles al profesional como el en espacio de ocio y tiempo libre.

## **2. OBJETIVOS**

### **2.1 OBJETIVO GENERAL**

Describir el efecto de las salidas académicas del área de Recreación en las habilidades sociales y de liderazgo de los estudiantes de 5° y 6° semestre del programa Ciencias del Deporte y la Recreación.

### **2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

1. Evaluar el nivel de las habilidades sociales en los estudiantes de 5° y 6° semestre de Ciencias del Deporte y la Recreación.
2. Realizar seguimiento a las salidas académicas del área de recreación diseñadas para este grupo de estudiantes en 5° y 6° semestre.
3. Establecer el efecto de las salidas académicas del área de recreación en las habilidades sociales de los estudiantes participantes de las mismas.

### **3. MARCO REFERENCIAL**

#### **3.1 MARCO CONTEXTUAL**

##### **3.1.1 Marco Institucional**

La siguiente es la reseña histórica de la Universidad Tecnológica de Pereira y el Programa Ciencias del Deporte y la Recreación; lugar de origen de la investigación:

##### **3.1.1.1 Universidad Tecnológica de Pereira**

La Universidad Tecnológica de Pereira es una Universidad Colombiana de carácter público (estatal), que cuenta, (de acuerdo con el boletín electrónico de indicadores publicado en el año 2014) con 17.613 estudiantes en los programas de pregrado y 1.265 en los de posgrado, cursando sus estudios en jornada diurna, nocturna y jornada en horarios especiales.

En 1989 se crea el programa de Ciencias del Deporte y la Recreación adscrito a la Facultad de Medicina, con el objetivo de formar profesionales en el Deporte y la Recreación capaces de adecuar actividades deportivas y recreativas a las distintas etapas del desarrollo humano, liderar programas y proyectos de atención personal y grupal en el campo del deporte y la recreación en el medio.

En sus últimos 10 años la Universidad ha venido impulsando programas de formación avanzada o de Postgrado, en unos casos con recursos humanos, técnicos y físicos propios y en otros, mediante convenios con otras Instituciones de Educación Superior, tales como: Proyectos de Desarrollo en convenio con la Escuela Superior de Administración Pública (ESAP) Especialización en Gerencia de Tecnología en convenio con la Escuela de Administración de Negocios (E.A.N) Especialización en Gerencia y Gestión Cultural en convenio con la Universidad Colegio Mayor de Nuestra Señora del Rosario. Especialización en Salud Ocupacional en convenio con la Universidad de Antioquía. Especialización en Redes y Servicios Telemáticos en convenio con la Universidad del Cauca. Especialización en Literatura en convenio con la Universidad de Caldas.

La Universidad en Convenio con CORPOICA, Instituto Valenciano de Investigaciones Agrarias (IVIA) y la Universidad Politécnica de Valencia (España) ofrece la Especialización en Citricultura.

Igualmente en convenios interuniversitarios se ofrece el Programa de Maestría en Comunicación Educativa en convenio con la Universidad de Nariño, este postgrado se ha desarrollado igualmente con la Universidad del Quindío, en la ciudad de Armenia. A través de la historia la Universidad Tecnológica de Pereira ha logrado un notorio desarrollo, su zona de influencia es cada vez mayor respecto al ingreso de estudiantes de todas las regiones del país y de países vecinos. (Universidad Tecnológica de Pereira, 2013)

### **Función de la Universidad.**

La Universidad Tecnológica de Pereira, creada por la Ley 41 de 1958, es un ente universitario autónomo del orden nacional, con régimen especial, con personería jurídica, autonomía administrativa, académica, financiera y patrimonio independiente, vinculado al Ministerio de Educación Nacional, cuyo objeto es la educación superior, la investigación y la extensión.

La Universidad Tecnológica de Pereira, tendrá como sede principal la ciudad de Pereira.

Podrá crear y organizar Sedes o Dependencias en otros Municipios y participar en la creación de otras entidades, así como adelantar planes, programas y proyectos por sí sola o en cooperación con otras entidades públicas o privadas y especialmente con universidades e institutos de investigación del Estado. (Universidad Tecnológica de Pereira, 2014)

### **Misión.**

Es una Universidad estatal vinculada a la sociedad y economía del conocimiento en todos sus campos, creando y participando en redes y otras formas de interacción.

Es un polo de desarrollo que crea, transforma, transfiere, contextualiza, aplica, gestiona, innova e intercambia el conocimiento en todas sus formas y expresiones, teniendo como prioridad el desarrollo sustentable en la ecorregión eje cafetero

Es una Comunidad de enseñanza, aprendizaje y práctica, que interactúa buscando el bien común, en un ambiente de participación, diálogo, con responsabilidad social y desarrollo humano, caracterizada por el pluralismo y el respeto a la diferencia, inmersa en procesos permanentes de planeación, evaluación y control.

Es una organización que aprende y desarrolla procesos en todos los campos del saber, contribuyendo al mejoramiento de la sociedad, para formar ciudadanos competentes, con ética y sentido crítico, líderes en la transformación social y económica.

Las funciones misionales le permiten ofrecer servicios derivados de su actividad académica a los sectores público o privado en todos sus órdenes, mediante convenios o contratos para servicios técnicos, científicos, artísticos, de consultoría o de cualquier tipo afín a sus objetivos misionales. (Universidad Tecnológica de Pereira, 2010)

### **Visión Institucional**

Universidad de alta calidad, líder al 2019 en la región y en el país, por su competitividad integral en la docencia, investigación, innovación, extensión y gestión para el desarrollo humano con responsabilidad y efecto social, inmerso en la comunidad internacional. (Universidad Tecnológica de Pereira, 2010)

### **3.1.1.2 Programa Ciencias del Deporte y la Recreación**

El Programa Ciencias del Deporte y la Recreación, fue presentado al Concejo Superior de la UTP el 6 de abril de 1989, según acta 003; autorizado como programa de formación por éste ente universitario, en el nivel de pregrado, por medio del acuerdo 00018 de junio 19 del mismo año, y aprobado por el ICFES según oficio 004643 de agosto 28 de 1991.

El Programa se adscribe a la Facultad de Medicina en 1990, partiendo de la necesidad de establecer un espacio para la formación de profesionales afines al deporte y la recreación con un enfoque hacia la salud.

Inicia labores académicas en febrero de 1991 con 45 estudiantes, siendo encargado como Director el Dr. Alberto Restrepo, Médico con especialización en Medicina Deportiva, bajo la rectoría del Dr. Gabriel Jaime Cardona, quien lideró junto con el Dr. Restrepo y un grupo de profesionales de la educación física y el deporte de la ciudad, la propuesta y su implementación.

La planta docente para ese entonces se conformó con docentes catedrático y un contrato transitorio del Director encargado. A finales de 1991 renuncia el Dr. Restrepo, asumiendo el encargo el Dr. José Carlos Giraldo T., a partir del I semestre del año 1992; año en el cual se autoriza la primera plaza, ocupada por el Dr. Giraldo en febrero de 1993; posteriormente en agosto del mismo año se ocupan tres cargos más con los docentes Licenciados en Educación Física con formación posgraduada Alejandro Guzmán D., Clareth Jaramillo R, y el Tecnólogo Deportivo Carlos Danilo Zapata V.

En el año 1994, ingresan a conformar una planta docente básica el Médico Jhon Jairo Trejos P., el Licenciado en Educación Física Mauricio Gallo C., la Tecnóloga en Recreación Margarita María Cano E., y el Psicólogo José Reiner Rivera R.

En 1995, por el mes de septiembre, el Dr. Giraldo se va de comisión de estudios, asumiendo el encargo el Profesor Carlos Danilo Zapata V., quién es nombrado como Director en propiedad en octubre 31 de ese mismo año, cargo que asumió hasta el 2007, en el 2008 asume como Director el Magister Gustavo Adolfo Moreno Bañol, hasta la fecha.

Han asumido el cargo de secretarías, Clara Jenny Vanegas 1991 – 1994, Martha Doris Morales Medina en 1995 – 2001, Sandra Patricia Correa Ceballos 2003, hasta la fecha.

El Programa cuenta con 483 egresados, 752 estudiantes, 55 docentes entre ellos 14 son de planta, 1 transitorio de medio tiempo, 34 hora cátedra, 1 administrativo y dos directivos.

En su proceso evolutivo acoge la autoevaluación para la acreditación como una estrategia de desarrollo, sometiéndose a la mirada de pares externos, siendo acreditados, así: Medicina en el año 2000 y renovada la acreditación por 7 años

en el 2005 según resolución del Ministerio de Educación Nacional 0033 y Ciencias del Deporte y la Recreación el 7 de noviembre del año 2001, por un período de 5 años, según Resolución 2748.

Luego de la decanatura del Dr. Alberto Campo Posada la Facultad ha sido dirigida por los doctores: Juvenal Gómez, Alberto Orduz Suárez, Héctor Arteaga Pacheco (dos períodos), Eduardo Baena, Edgar Beltrán, Rafael Alarcón Velandia, Luís Alfredo Castrillón, Jesús Herney Moreno, Álvaro Estrada Ospina y Samuel Eduardo Trujillo H. A través de la historia la Universidad Tecnológica de Pereira ha logrado un notorio desarrollo, su zona de influencia es cada vez mayor respecto al ingreso de estudiantes de todas las regiones del país y de países vecinos y la Facultad siempre ha acompañado este trasegar histórico hacia la excelencia académica. (Universidad Tecnológica de Pereira, 2012).

### **Misión**

El Programa Ciencias del Deporte y la Recreación forma profesionales con enfoque biopsicosocial y desarrolla el conocimiento científico en el área de la salud para beneficio de las personas y las comunidades, desde el deporte, la recreación y la actividad física. (Universidad Tecnológica de Pereira, 2012).

El Objetivo General del programa Ciencias del Deporte y la Recreación según (Universidad Tecnológica de Pereira, 2012). Radica en: formar profesionales en el Deporte y la Recreación desde una perspectiva integral, capacitándolos para asesorar, liderar y administrar actividades físicas, deportivas y recreativas, orientadas hacia el desarrollo y bienestar biopsico-social del ser humano a nivel individual y comunitario. Para la formación de profesionales en el Deporte y la Recreación se establecieron los siguientes objetivos específicos:

- Mantener un proceso continuo de revisión curricular, mediante la reflexión pedagógica y la modernización educativa, que propenda por el desarrollo integral del ser humano.
- Establecer y desarrollar líneas de investigación, acordes a las necesidades regionales y nacionales que permitan construir un cuerpo de conocimiento teórico y aplicado.
- Diseñar y ejecutar un programa permanente que permita la construcción de actos y espacios para el desarrollo social en la región y la nación.
- Lograr el reconocimiento regional, nacional e internacional como autor y actor de procesos de desarrollo en salud por medio del deporte y la recreación.
- Fortalecer la administración del programa para lograr autonomía y eficiencia en los procesos de docencia, investigación y extensión.
- Participar activamente como autores y actores en el sistema de bienestar de la Universidad Tecnológica de Pereira.
- Adelantar un proceso continuo de formación docente acorde con las necesidades y proyecciones del programa

- Elaborar y ofertar un plan de formación a nivel de postgrado.

Citando la (Universidad Tecnológica de Pereira, 2012) se presentan los perfiles profesional y ocupacional establecidos por el Programa Ciencias del Deporte y la Recreación

**Perfil profesional:** El profesional en Ciencias del Deporte y la Recreación de la Universidad Tecnológica de Pereira podrá desempeñarse en actividades relacionadas con: Planeación, ejecución y evaluación de procesos deportivos y/o recreativos, la administración deportivo recreativa, la investigación deportivo recreativa, la asesoría en programa deportivo y/o recreativo, procesos de educación formal y no formal.

**Perfil ocupacional:** Los ejes del programa de Ciencias del Deporte y Recreación están centrados en: La formación científica e investigativa en que se fundamenta la concepción epistemológica, teórica y práctica de la actividad física, el deporte, la recreación y la salud, los procesos y métodos que le son propios de cada actividad, los aspectos biomédicos, físicos y psíquicos, sobre los cuales se desarrolla el organismo humano, la formación humanística como elemento fundamental para lograr un profesional con una posición crítica centrada en valores y transformación social.

### 3.1.1.3 Área de Recreación

El área de recreación es un espacio académico de construcción colectiva ubicada en el contexto de la recreación para el desarrollo humano sostenible, que tiene como objeto fundamental pensar al hombre y recrear sus dimensiones, reconociéndose como manifestación esencialmente humana, que llevada de manera reflexiva y permanente representa un potencial para reivindicar la realidad que se vive en la sociedad y avanzar de la mano con sus organizaciones familiares, comunitarias y productivas en pro del ser humano bajo una concepción holista, con capacidad de interacción con la tecnología y la comunicación, con capacidad de gestión, con sensibilidad y sentido común de los acontecimientos sociopolíticos y económicos que suceden en el mundo para poseer una responsabilidad y compromiso con el país. (Blog Área de Recreación, 2012)

### Talento Humano

- Yenny Viviana Quiceno Barreto: Docente de las asignaturas: Técnicas de la Comunicación en III semestre.
- Norman Jairo Pachón Villamil: Coordinador del Área de Recreación, docente de las asignaturas: Introducción al Deporte y la Recreación en I semestre, Modalidad Recreativa II en VI semestre y Recreación Específica en VII semestre.
- Gustavo Adolfo Moreno Bañol: Director del programa Ciencias del Deporte y la Recreación, Docente de la asignatura: Recreación Específica en VII semestre.

- Cristian Fernando Ramos: Docente de las asignaturas: Taller de Ayudas para el Deporte y la Recreación en IV semestre, Modalidad Recreativa I en V semestre Y Modalidad Recreativa II en VI semestre.
- Mario Alejandro Galeano: Docente de las asignaturas: Modalidad Recreativa I en V semestre y Recreación Específica en VII semestre.
- Yhon Jairo Acosta Barajas: Docente de las asignaturas: Participación Comunitaria en II semestre y Seminario de Investigación I en VIII.

#### **3.1.1.4. Asignaturas correspondientes al proyecto de investigación**

A continuación se presentaran las asignaturas implícitas en la investigación, sus objetivos y metodología definidas por (Blog Área de Recreación, 2012)

##### **3.1.1.4.1 Modalidad Recreativa I**

Las dinámicas actuales que asume la humanidad, la globalización, la complejidad de las relaciones del hombre con su entorno y con los demás y las diferentes problemáticas sociales que surgen con la postmodernidad y el “desarrollo”, implican nuevas visiones del hombre, su condición y su bienestar, buscando contribuir con su calidad de vida desde un enfoque bio-sico social y ambiental de salud, con alternativas y procesos que permitan su desarrollo, y es aquí donde la Recreación cobra un propósito importante dentro de la transformación social en la búsqueda de generar estilos de vida saludables desde la promoción de la salud.

Redimensionar las concepciones de recreación y sus prácticas es una de las tareas de este curso, desde una visión con sentido, orientada a trascender los paradigmas existentes hasta llegar a propuestas teóricas propias y ajustadas a nuestro contexto. De ahí, que el proceso de formación de la recreación en el programa debe cualificar en el estudiante universitario, competencias que no solo desarrollen el conocimiento académico de este sector, sino que le permita posibilitar experiencias que estimulen la exploración de habilidades, el análisis social de contextos y comportamientos aplicables a los posibles espacios laborales, el trabajo comunitario, la intervención en la protección del medio ambiente, el desarrollo sostenible y la atención terapéutica - saludable; donde se entienda la recreación como una actitud permanente de la vida en la búsqueda del bienestar, basados en concepciones humanistas de salud, de educación y transformación social.

De allí, que debemos abordar la recreación desde lo individual y lo social, de tal forma que se asuma esta experiencia desde la reflexión, comprensión y actuación; siendo protagonistas de su propio proceso de aprendizaje, en la planeación, la ejecución y la evaluación. La educación universitaria actual nos exige asumir el proceso de formación de la recreación desde cuatro pilares fundamentales: aprender a conocer, aprender a hacer, aprender a ser y aprender a convivir; validando experiencias y construyendo las suyas propias, de tal manera, que cuente con elementos argumentativos y vivenciales que fortalezcan el énfasis

profesional en la recreación con aprendizajes significativos que contribuyan desde la interdisciplinariedad a toda su formación académica.

Según el (Blog Área de Recreación, 2012) la asignatura presenta los siguientes objetivos

### **Objetivo General**

Reconocer la recreación como un pilar fundamental dentro de la formación del profesional en Ciencias del Deporte y la Recreación, de tal forma que se cualifique desde lo conceptual, lo práctico y las vivencias académicas, enmarcadas en lo educativo, lo saludable, lo lúdico, el desarrollo humano y la integración de saberes.

### **Objetivos Específicos.**

- Profundizar en la reflexión epistemológica y la comprensión conceptual de la recreación, el tiempo libre, el ocio, la lúdica, como elementos propios para construir un saber disciplinar acorde a las características del futuro profesional.
- Reconocer los diversos escenarios contextuales de la recreación, sus enfoques y tendencias, de tal forma que desde la reflexión y el acercamiento crítico se construya un modelo propio para la región.
- Construir a partir de la actitud lúdica propia, una nueva propuesta frente a la vida desde lo individual y lo social, por medio de la vivencia recreativa con un propósito.
- Preparar al estudiante desde las competencias, los perfiles, el liderazgo y las conductas apropiadas del profesional del área de la recreación, fortalecido desde las vivencias y la integración con los beneficios de la recreación.
- Estimular desde las experiencias académicas y extra académicas, del desarrollo de actitudes éticas y la toma de conciencia de lo social y humano de tal forma que se contribuya con la formación integral del estudiante.

### **Metodología General**

Las características teórico prácticas de la asignatura y la intencionalidad que actualmente toma la Recreación, nos permiten desarrollar sus contenidos por medio de procesos pedagógicos activos que conlleven a altos niveles de valoración, pertenencia y compromiso, por medio de talleres recreativos, que propicien el análisis y discusión, para generar así actitudes investigativas y educativas en el marco de la recreación social sensible, validando escenarios formativos que ofrece la cotidianidad local, como la participación en eventos, programas y/o proyectos, el trabajo desdolarizado en la ejecución de productos escritos, la observación participativa de experiencias y una propuesta final con aplicación comunitaria.

Se contará con el apoyo de talleres de facilitación, cine con enfoque humano, trabajos grupales, Salida académica, conversatorios y debates inter grupales,

temáticas que favorezcan la claridad de los conceptos y criterios para afrontar las concepciones básicas y los fundamentos epistemológicos de la recreación y su contextualización. (Blog Área de Recreación, 2012)

#### **3.1.1.4.2 Modalidad Recreativa II**

La recreación, el ocio y el uso adecuado del tiempo libre, se reconocen como factores del desarrollo humano y social, en tal sentido se reafirman como una necesidad fundamental en todas las comunidades y culturas del mundo. Estos asuntos se han instaurado en el concepto de desarrollo, porque pueden favorecer y justificar los avances tecnológicos, científicos y económicos de un país, dado que el ser humano por naturaleza aspira permanentemente alcanzar niveles de bienestar. En la actualidad nos encontramos frente a un proceso de cambio y de innovación permanente, donde la recreación no es ajena y hace frente a los procesos de transformación social, la apertura a ambientes participativos comunitarios, la creación de indicadores de eficiencia y efectividad en los programas aplicados, los cambios políticos, las realidades sociales y la adopción de competencias laborales para el deporte, la recreación y la actividad física como una estrategia de desarrollo que caracteriza nuestro quehacer profesional.

En este sentido, la asignatura busca facilitar procesos y herramientas didáctico - lúdicas como fuente de enriquecimiento personal y profesional permanente, propendiendo por el manejo de habilidades en técnicas, métodos y estrategias pedagógicas recreativas, que logren concatenar el enfoque de la recreación del programa con el desarrollo educativo y profesional del estudiante.

“Se trata de procesos recreativos fundamentados en la vida cotidiana, que permitan en las personas la creatividad para interactuar y crear colectivamente su cultura, cuando se comparte un sentimiento de propósito, una sensación de fortaleza o la conciencia de ser agente de sus propios procesos es capaz de producirse y crearse una comunidad mejor”.

Por eso es importante pensar en renovar el rol de estudiante, del docente y del contexto de aplicación, en el desarrollo de los procesos académicos, donde la asignatura se oriente hacia estrategias de construcción permanente, el fomento de ambientes modernos de aprendizaje, la recreación con aplicabilidad, la pregunta – la innovación, la investigación y la acción, en el fomento y desarrollo de las competencias del profesional de Ciencias del Deporte y la Recreación en escenarios que son cada vez más retantes Y Exigentes.

Según el (Blog Área de Recreación, 2012) la asignatura presenta los siguientes objetivos

### **Objetivo General**

Contribuir al desarrollo de las competencias específicas en recreación para el manejo y el direccionamiento de procesos recreativos teniendo como referente el enfoque y los objetivos del programa Ciencias del Deporte y la Recreación.

### **Objetivos Específicos**

- Vivenciar y experimentar la orientación de una amplia tipología de procesos recreativos como complemento de sesiones teórico prácticas que generen inquietud, indagación y compromiso profesional.
- Fortalecer las competencias de desarrollo en recreación para el desempeño de procesos recreativos con sentido y enfoque saludable.
- Iniciar el proceso de construcción de una recreación al servicio de la salud por medio de la integración interdisciplinaria afín y la aplicación a diferentes contextos.
- Estimular el desarrollo de Actitudes éticas, durante el proceso de la asignatura que propenda por la construcción del valor en el diario convivir.

### **Metodología General**

Teniendo en cuenta la integralidad y la transversalidad de la Asignatura, se desarrollarán los contenidos por medio de procesos pedagógicos activos que conlleven a altos niveles de valoración, pertenencia y compromiso, por medio de talleres experimentales que propicien el análisis y la discusión en grupo para generar indagación, investigación y consulta de conocimientos, exploración de habilidades y visualización de actitudes hacia la recreación. Partiendo de los preconceptos y experiencias, “compartiéndolas” desde cada sentir, “interpretándolas” desde el contexto local y de la profesión, “ampliando y construyendo” desde lo teórico y “aplicando” los resultados a los procesos que inician para con su praxis, ello favoreciendo aspectos de crecimiento profesional y personal.

Se pretende igualmente, validar los escenarios formativos que ofrece la cotidianidad local, con la vinculación de la asignatura en eventos, programas y/o proyectos con des escolarización de horas. (Blog Área de Recreación, 2012)

### **3.1.2 Marco Legal**

Las siguientes son las normativas, reglamentos y leyes que fueron comprometidas dentro de la investigación; la primera implica el reglamentos estudiantil de la Universidad Tecnológica de Pereira principal institución de la investigación, seguido de la ley 181 Ley para el fomento del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la Educación Física, la Constitución Política de Colombia y la Ley de educación.

#### **3.1.2.1 Reglamento estudiantil**

## **CAPÍTULO VI**

### **DE LOS DEBERES Y DERECHOS DE LOS ESTUDIANTES**

(Universidad Tecnológica de Pereira, 2012) Establece en su reglamento estudiantil en su última actualización del 19 de junio del 2012 en el capítulo VI de los Deberes y Derechos de los estudiantes definido en su artículo número 6to que: El estudiante de la Universidad tiene derecho a participar en los concursos de monitorias, prácticas industriales, intercambios y competencias deportivas y culturales.

### **3.1.2.2 Ley para el fomento del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la Educación Física.**

Según la Constitución Política de Colombia de 1991 en su ley 181 de 1995 establece los siguientes lineamientos que se ven partícipes dentro de la investigación:

#### **Título I Capítulo I**

Enmarca en sus objetivos generales y rectores de la ley que, corresponden al artículo 1º.-Los objetivos generales de la presente Ley son el patrocinio, el fomento, la masificación, la divulgación, la planificación, la coordinación, la ejecución y el asesoramiento de la práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre y la promoción de la educación extraescolar de la niñez y la juventud en todos los niveles y estamentos sociales del país, en desarrollo del derecho de todas las personas a ejercitar el libre acceso a una formación física y espiritual adecuadas. Así mismo, la implantación y fomento de la educación física para contribuir a la formación integral de la persona en todas sus edades y facilitarle el cumplimiento eficaz de sus obligaciones como miembro de la sociedad.

#### **Capítulo II**

Dentro de los principios fundamentales en su artículo 4º Derecho Social. El deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, son elementos fundamentales de la educación y factor básico en la formación integral de la persona. Su fomento, desarrollo y práctica son parte integrante del servicio público educativo y constituyen gasto público social.

#### **Título II**

De la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la educación extraescolar  
Artículo 5º.- Se entiende que:

La recreación. Es un proceso de acción participativa y dinámica, que facilita entender la vida como una vivencia de disfrute, creación y libertad, en el pleno

desarrollo de las potencialidades del ser humano para su realización y mejoramiento de la calidad de vida individual y social, mediante la práctica de actividades físicas o intelectuales de esparcimiento.

El aprovechamiento del tiempo libre. Es el uso constructivo que el ser humano hace de él, en beneficio de su enriquecimiento personal y del disfrute de la vida en forma individual o colectiva. Tiene como funciones básicas el descanso, la diversión, el complemento de la formación, la socialización, la creatividad, el desarrollo personal, la liberación en el trabajo y la recuperación psicobiológica.

La educación extraescolar. Es la que utiliza el tiempo libre, la recreación y el deporte como instrumentos fundamentales para la formación integral de la niñez y de los jóvenes y para la transformación del mundo juvenil con el propósito de que éste incorpore sus ideas, valores y su propio dinamismo interno al proceso de desarrollo de la Nación. Esta educación complementa la brindada por la familia y la escuela y se realiza por medio de organizaciones, asociaciones o movimientos para la niñez o de la juventud e instituciones sin ánimo de lucro que tengan como objetivo prestar este servicio a las nuevas generaciones.

**Artículo 6º.**- Es función obligatoria 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 estímulo de esta actividad, de conformidad con el Plan Nacional de Recreación. La mayor responsabilidad en el campo de la recreación le corresponde al Estado y a las Cajas de Compensación Familiar. Igualmente, con el apoyo de Coldeportes impulsarán y desarrollarán la recreación, las organizaciones populares de recreación y las corporaciones de recreación popular. (Alcaldía de Bogotá, 1995)

### **3.1.2.3 CONSTITUCIÓN POLÍTICA DE COLOMBIA. ART. 52**

Según la constitución Política de Colombia se realiza el acto Legislativo Número 02 de 2000; por el cual se modifica el artículo 52 de la CPC.

El deporte y la recreación, forman parte de la educación y constituyen gasto público social. Se reconoce el derecho de todas las personas a la recreación, a la práctica del deporte y al aprovechamiento del tiempo libre.

### **3.1.2.4 Ley de Educación**

Los siguientes los artículos de la ley de Educación 115 de 1994 que se comprometen dentro de la investigación realizada en el título I de la Ley.

5o. Fines de la educación. De conformidad con el artículo 67 de la Constitución Política, la educación se desarrollará atendiendo a los siguientes fines:

9. El desarrollo de la capacidad crítica, reflexiva y analítica que fortalezca el avance científico y tecnológico nacional, orientado con prioridad al mejoramiento cultural y de la calidad de la vida de la población, a la participación en la búsqueda de alternativas de solución a los problemas y al progreso social y económico del país.

10. La adquisición de una conciencia para la conservación, protección y mejoramiento del medio ambiente, de la calidad de la vida, del uso racional de los recursos naturales, de la prevención de desastres, dentro de una cultura ecológica y del riesgo y la defensa del patrimonio cultural de la Nación.

11. La formación en la práctica del trabajo, mediante los conocimientos técnicos y habilidades, así como en la valoración del mismo como fundamento del desarrollo individual y social.

12. La formación para la promoción y preservación de la salud y la higiene, la prevención integral de problemas socialmente relevantes, la educación física, la recreación, el deporte y la utilización adecuada del tiempo libre

13. La promoción en la persona y en la sociedad de la capacidad para crear, investigar, adoptar la tecnología que se requiere en los procesos de desarrollo del país y le permita al educando ingresar al sector productivo. (Organización de Estados Iberoamericanos, 1994)

## **3.2 MARCO TEÓRICO**

### **3.2.1 Recreación**

La recreación entendida como medio de aprendizaje lúdico experiencial, que facilita los dinamismos de la educación para la aproximación de las vivencias que todo profesional debe afrontar en su quehacer en el trascurso de su formación como Profesional en Ciencias del Deporte y la Recreación, para generar en las actividades que realiza el ser humano una ejecución de forma placentera, estimulando de igual manera en su concientización a través de los saberes vivenciados, haciendo énfasis en los vínculos que se deben perpetuar entre el idealizar y el realizar. Favoreciendo la intervención de facilitadores que establecen en su cátedra procesos de emprendimiento e innovación para los diferentes propósitos que se plantean de educación, instaurando expectativas de altos logros y mayor reconocimiento.

Vista como un principio fundamental, fomentar desde el valor educativo y establecerse como elemento esencial para mejorar la calidad de vida de una comunidad ha de considerarse “La recreación como un derecho humano básico, como son la educación, el trabajo y la salud. Nadie debe verse privado de este

derecho por razones de género, orientación sexual, edad, raza, credo, estado de salud, discapacidad o condición económica. El desarrollo del ocio se facilita a través de la provisión de las condiciones de vida básicas como la seguridad, el cobijo, los ingresos, la educación, los recursos sostenibles, la equidad y la justicia social". (Hillel, 2000, pág. 121) ya que es una cuestión que integra los diferentes entornos en los que se progresa como individuo, permitiendo aprovechar todos los recursos que la sociedad ofrece y posibilita el afianzamiento en la constante transformación y mejora de la vida. Para contribuir en el bienestar y evolución de manera colectiva o individual de la población "La Recreación debe ser 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" (Alcaldía de Bogotá, 1995) enriquecer y mantener eficientemente la rutina diaria de la población, prevaleciendo la necesidad de disfrutar y aprovechar la vida, creando una identidad que fomente las condiciones cívicas y el uso adecuado del tiempo libre.

Proporcionar la oportunidad de formas permanentes de cambio que implique el goce y aprovechamiento de nuevos espacios y metodologías hace que la recreación sea participe de "Un proceso de construcción permanente que desde la condición humana y la visión sistémica promueve actitudes de vida y de disfrute, en escenarios participativos desde lo individual y lo social, en la búsqueda de generar experiencias creativas, educativas y saludables que promuevan la calidad de vida" (Villamil, 2008) aumente la demanda de programas privados o del estado empeñados en proporcionar características modernas que acojan las principales fundamentaciones de la enseñanza y nuevos propósitos innovadores para enriquecer la vida desde la experiencia.

El estado ha participado en la creación de diferentes fuentes de conocimiento y participación con la línea firme de emprender mejoras con miras de un futuro equilibrado y consiente en la población para mantener y mejorar en las habilidades para la vida, es el caso del departamento de Antioquia uno de los más persistentes en la percepción e ideología de que el deporte, la educación, "La recreación, el ocio y el uso adecuado del tiempo libre, se reconocen como factores del desarrollo humano y social, en tal sentido se reafirman como una necesidad fundamental en todas las comunidades y culturas del mundo. Estos asuntos se han instaurado en el concepto del Desarrollo, porque pueden favorecer y justificar los avances tecnológicos, científicos y económicos de un país, dado que el ser humano por naturaleza aspira permanentemente alcanzar niveles de bienestar" (Plan Departamental de Recreación de Antioquia, 2002-2012)

### 3.2.1.2 Beneficios de la recreación

Las sociedades son complejas y están interrelacionadas y la recreación no puede separarse del resto de los objetivos vitales. Para lograr un estado de bienestar físico, mental y social, un individuo o grupo debe ser capaz de identificar y materializar sus aspiraciones, satisfacer sus necesidades e interactuar positivamente con el entorno. Por lo tanto el ocio se considera un recurso para mejorar la calidad de vida.

El concepto moderno de la recreación la define con un sentido más social, en la medida que tiene impacto no únicamente sobre el desarrollo de la personalidad individual sino que busca que este desarrollo trascienda al ámbito local y propicie dinámicas de mejoramiento y auto dependencia de las comunidades, a partir de unos indicadores y beneficios que deben ser garantizados en la calidad de vivencia, la cual debe respetar su dimensión humana esencial: la lúdica, las actitudes y la libertad de elección por parte de quien se re-crea.

(FUNLIBRE, 2005) Afirma que la psicología evolutiva plantea un amplio rango de factores que pueden influir en el desarrollo humano. Incluye áreas de estudio como la psicología, la genética, la historia psicosocial, las experiencias de ocio y recreación facilitadas por satisfactores sinérgicos, abordan muchos de estos factores, en la medida que no se dan únicamente en el contexto de lo individual sino también de lo colectivo.

La experiencia, facilita la generación de dinámicas, se dan en un entorno bajo la influencia de un sistema ideológico que influye en los procesos e interacciones que se dan entre las diferentes dimensiones del desarrollo humano y de éstas con medioambiente en el que el individuo se desenvuelve.

De esta manera la construcción de satisfactores sinérgicos desde la recreación que faciliten experiencias de ocio sociales y existenciales que garanticen sus beneficios requiere una mirada intencional a los beneficios que esta procura.

La Asociación Nacional de Parques y Recreación de los Estados Unidos (O'Sullivan, 1999) divide los beneficios de la recreación en tres niveles así:

**1. Mejoramiento de una condición:** El mejoramiento de una condición puede ocurrir para un individuo o un grupo tal como la familia, el grupo de trabajo, el vecindario o la sociedad, o de una entidad tal como el medio ambiente físico. Este tipo de beneficios se orientan a la salud, la cohesión grupal, el hacer de una comunidad un entorno más rico, la calidad del agua o del aire, hacia el incremento, y mejora de un grupo de beneficiarios.

**2. Prevención para que una condición empeore:** Se relaciona con el intentar mantener una condición deseada como un medio de prevenir que las condiciones empeoren. Por ejemplo, mantener condiciones de accesibilidad a un espacio cultural abierto para mantener la comunidad o región en un lugar adecuado o atractivo para los visitantes o para que el comercio se desarrolle.

**3. Realización de una experiencia psicológica:** Se refiere a la categoría de beneficios donde los participantes seleccionan cierto tipo de alternativas de ocio con el propósito específico de realizar una experiencia psicológica particular. Por ejemplo para reducir el estrés, y propiciar el disfrute estético y la autorrealización. (Osorio, Servicio de la Fundación Colombiana de Tiempo Libre y Recreación, 2015)

También como se plantea en (FUNLIBRE, 2004) las categorías utilizadas en el movimiento de beneficios son:

**Beneficios individuales:** Se refiere a las oportunidades para vivir, aprender y llevar una vida satisfactoria y productiva así como para encontrar caminos para experimentar sus propósitos, placer, salud y bienestar. Entre los más específicos se encuentran: Una vida plena y significativa, balance entre trabajo y juego, satisfacción con la vida, calidad de vida, desarrollo y crecimiento personal, autoestima y autoreciliencia, sentido de acompañamiento, creatividad y adaptabilidad, solución de problemas y toma de decisiones, salud y mantenimiento físico, bienestar psicológico, apreciación y satisfacción personal, sentido de aventura, etc.

**Beneficios comunitarios:** Se refiere a las oportunidades para vivir e interactuar con a familia, los grupos de trabajo, los vecindarios, las comunidades y el mundo. Ninguna persona es una isla, vivimos e interactuamos con otros, el ocio y la recreación, y parques juegan un rol integral en la provisión de oportunidades para estos tipos de interacciones. Beneficios más específicos incluyen: Comunidades vitales, fuertes e integradas, integración familiar, tolerancia y comprensión étnica y cultural, apoyo para los jóvenes, condiciones adecuadas para los adultos mayores, más autonomía y menos alienación, reducción de la delincuencia, comprensión y tolerancia entre otras.

**Beneficios ambientales:** Provee y preserva parques y espacios abiertos mejora y contribuye a la seguridad y salud de sus habitantes, beneficios más específicos incluyen: Salud y protección ambiental, neutraliza los efectos de las relocalizaciones, salud física y bienestar, reducción del estrés, recursos para la comunidad, incremento de los valores de la propiedad, limpieza del aire y del agua, protección del ecosistema.

**Beneficios económicos:** Los parques y la recreación son más que servicios que se venden, contribuyen al bienestar de los individuos para la continuidad y

viabilidad de las comunidades y el mundo. Otros beneficios incluyen: estímulo económico, reduce los costos de salud, reduce el vandalismo y el crimen, cataliza el turismo, mantiene una fuerza de trabajo productivo.

### **3.2.1.3 Principios de la recreación**

Según (Correa, 2009)“La educación para la recreación puede contribuir al desarrollo de capacidades humanas que tengan incidencia sobre las decisiones y las prácticas de recreación de los sujetos y sobre otras áreas de su vida. Para ello es necesario favorecer diversos procesos de conocimiento, educativos, sociales que si se hacen transversales a la oferta de programas y servicios de recreación pueden aportar, como proceso, a un cambio significativo en los sujetos, el entorno y las prácticas de las instituciones y organizaciones de recreación” alternativas que pretenden comprender en pluralidad los diferentes procesos para construir alternativas de formación. Es por ello que para lograr los estados de bienestar satisfactorios y enriquecedores para la salud y la educación (Correa, 2009) propone diferentes propósitos que se plantean desde la recreación, tales como el desarrollar un conjunto de capacidades humanas que le facilitan construir una visión del mundo y de la realidad y desarrollar competencias que le permiten lograr un mayor equilibrio en sus vidas hacia el logro de una vida digna, y otros más específicos tales como;

1. Reformular la noción de bienestar usada en las ciencias sociales en el sentido de tener libertad para llevar una vida valiosa, la calidad de vida depende de lo que el sujeto sea capaz de conseguir, contribuir a determinar de manera más específica cuáles son las capacidades que son sustanciales para que los seres humanos alcancen la vida que quieren.
2. Contribuir al desarrollo de las capacidades humanas, en primera instancia, aquellas que afectan directamente las posibilidades de tener acceso a oportunidades de recreación o una recreación enriquecedora para sus vidas, y también aquellas que les permiten lograr estados de bienestar satisfactorios para su vida en salud, educación u otras dimensiones de su desarrollo.
3. Ofrecer espacios donde los sujetos tengan la opción de contar con un conjunto de elementos para valorar en qué medida la recreación contribuye a su propio bienestar, al logro de sus metas personales y sociales a partir de una visión crítica de los medios y fines que orientan sus seres y hacer en la vida cotidiana, en lo público y lo privado

### 3.2.2 Recreación y Desarrollo Humano

Las siguientes son las condiciones para abrir desarrollo humano desde la recreación tomada del texto “la recreación y sus aportes al desarrollo humano” por: Esperanza Osorio Directora Ejecutiva nacional de FUNLIBRE.

Lograr el acceso a contextos de ocio y recreación que garanticen de manera sostenible sus beneficios requiere de unas condiciones éticas, políticas, de empoderamiento individual y colectivo, de desarrollo del conocimiento que hagan de los espacios humanos, etc., ambientes para el desarrollo humano con impacto sobre los niveles y condiciones de vida de las personas.

• **Condiciones éticas:** La vinculación de la recreación con el desarrollo, por sí misma lleva a consideraciones de tipo ético. Cuál es el tipo de sociedad que se desea construir, desde que valores y con qué fines son preguntas que se hacen desde la recreación por su alto poder de transformación social e individual.

La posición ética que asuma quien diseña la oferta de recreación determinará en gran medida el poder de transformación. Un contexto de ocio y recreación puede por sí misma contribuir a alinear, a mantener condiciones de inequidad y de exclusión de un sistema o por el contrario puede facilitar procesos que contribuyan a construir sociedades distintas donde los resultados del desarrollo le lleguen a las personas.

Las sutilezas de lo que ocurre en la vida cotidiana, aquello que de tanto verlo se nos ha vuelto un lugar común, la inequidad de género, la conformidad con el hábito, la aceptación de la desigualdad, el consumo de bienes innecesarios entre otras, son aspectos que pueden ser transformados a partir de la vivencia recreativa.

La experiencia que se vive a través del juego y de formas jugadas, logran sacar a los sujetos de la comodidad de la rutina y facilitar su reflexión sobre sí mismo, sus condiciones y las de su entorno.

A menudo se piensa que dado el carácter imprescindible de la recreación de favorecer el placer y la diversión en la vivencia, es contradictorio pretender abordar asuntos serios de la vida a partir de la misma. Sin embargo, una experiencia satisfactoria y alegre no excluye la posibilidad de conocimiento sobre sí mismo, de reflexión y reconocimiento de las realidades que pueden ser transformadas.

Es justamente la posibilidad de potenciar la dimensión lúdica de los sujetos como transversal a sus experiencias de vida, es un desafío para la recreación. No implica una vida sin dolor o sufrimiento, pues ello hace parte de lo humano, es la

posibilidad de reivindicar una relación con el mundo desde sus posibilidades y no desde sus limitaciones.

La construcción misma de un proyecto de sociedad es una de las tareas de la recreación que le abre enormes posibilidades de intervención.

• **Condiciones políticas:** Estas son vistas desde varios aspectos. Por una parte, se refiere a las condiciones políticas que requiere el sector mismo para que se incremente la inversión en recreación en los departamentos. Supone por lo tanto un posicionamiento en las instancias de decisión nacional y regional que asegure el que la recreación sea tenida en cuenta tanto en las políticas públicas sociales como en los planes de desarrollo en todos los ámbitos (Nacional, departamental y municipal).

Lograr el posicionamiento de la recreación en lo político requiere de quienes trabajan en el sector un conocimiento amplio de lo político y lo administrativo, del funcionamiento del Estado, de la constitución, del marco legal de los diferentes sectores, de capacidades para la participación social y política, de tal manera, que pueda acceder de manera responsable a las instancias de decisión y estando en ellas, incidir en las decisiones políticas.

En este sentido el actor sectorial se juega un papel pedagógico, pues al estar en instancias de decisión, con posibilidad de acceso a los medios masivos de comunicación, ampliará las oportunidades de informar y formar en un concepto de ocio y recreación que trasciende al entretenimiento y al consumo, para que sea visto como una alternativa de desarrollo humano.

Como resultado, se espera incidir en la toma de decisiones en relación con las políticas laborales y demás sectores de la política pública.

Crear las condiciones políticas también significa incidir en los procesos de formación de ciudadanía. La recreación no puede estar exenta de su responsabilidad de formación política de los sujetos en sus diferentes etapas de la vida.

Si se asume éticamente que la vivencia recreativa es transformadora, necesariamente implica tomar conciencia del papel que juega en los procesos de formación política. Desde esta perspectiva se asume que la formación política se da desde la primera infancia e implica el crear contextos de empoderamiento desde la oferta recreativa, más aun considerando que está presente en todos los ámbitos de interacción de los seres humanos.

La capacidad de participación en este contexto cobra especial relevancia, desde la recreación se abre un espacio pedagógico que contribuye al desarrollo de

competencias y habilidades que empoderan al sujeto y le amplían su posibilidad de acceso a alternativas de desarrollo.

La recreación orientada al desarrollo de una capacidad humana compleja como la participación abre mayores posibilidades de acceso a alternativas de desarrollo a personas en condiciones de pobreza, aumentando las oportunidades para hacer parte de la toma de decisiones en el diseño de programas y servicios que respondan mejor a sus necesidades, abordando las mismas barreras para la participación; en última el desafío es que las instituciones y organizaciones sociales de recreación trabajen por la inclusión para encontrar medios innovadores para proveer espacios para el desarrollo (Osorio, Funlibre, 2005).

• **Condiciones desde los ámbitos de interacción:** La institución educativa pública o privada, la empresa, la familia, la comunidad, son espacios donde por excelencia es posible generar procesos de educación para el ocio y la recreación. Difícilmente será posible que programas aislados de las dinámicas de los seres humanos en la vida cotidiana logren los beneficios esperados de la recreación.

Si lo que se espera es que el resultado del desarrollo le llegue a las personas en concreto, será en su vida cotidiana donde se hagan posibles los beneficios de la recreación. Esto no significa intervenir en la vida privada de las personas, ni predeterminedar sus opciones recreativas, el reto por el contrario, es el desarrollo de la autonomía y de la capacidad para incidir tanto en sus decisiones de recreación como en las tendencias locales o globales a las que tiene acceso.

Por ejemplo, desde las políticas empresariales pueden facilitar o favorecer procesos de educación para el ocio y la recreación. El tipo de oferta que se le ofrezca al empleado, sus posibilidades de disfrute de tiempo libre y los “usos” de la recreación son determinantes aspectos de empoderamiento en este ámbito, o por el contrario, puede constituirse en un factor de alineación de procesos de cambio para que nada cambie.

Al pensar en el desarrollo social de un país, sentimos el vacío de un modelo que conduzca a una transformación productiva con equidad social, la cual está en total divergencia con la equidad, cuando deberían caminar de manera articulada. La primera indica un direccionamiento para la racionalidad económica, la segunda implica un compromiso ético.

Partiendo de este enfoque la recreación en la empresa, es vista como una posible vía de responsabilidad ético social. Con base en este direccionamiento podemos vislumbrar una construcción de una sociedad mejor, donde los individuos puedan disfrutar de una vida saludable, tener acceso a los recursos necesarios para un digno patrón de bienestar social y calidad de vida. En este sentido hay un largo camino por recorrer.

En la escuela, el ideal es que los procesos de educación para el ocio y la recreación se den desde la primera infancia, en esa medida los niños y las niñas desarrollan competencias tempranas para el manejo de su tiempo libre y paralelamente aporta cualitativamente a la calidad de la educación.

Así familia, comunidad, son espacios donde día a día los sujetos construyen hábitos, se desarrollan y tiene la posibilidad de que el ocio y la recreación sean facilitadores u obstaculizadores de sus procesos de crecimiento, como producto de la interacción de satisfactores, lo cual hace que se constituyan o no en mediadores del desarrollo humano.

• **Condiciones relacionadas con el conocimiento:** Se parte del supuesto que el conocimiento es desarrollo. Garantizar que el ocio y la recreación contribuyan al desarrollo humano a través de los beneficios en dimensiones concretas del sujeto, es posible en la medida que los satisfactores que se construyan a partir de la articulación de elementos ideológicos, teóricos y metodológicos, partan de un conocimiento a profundidad tanto del ocio y la recreación como de aquellas áreas sobre las que pretende tener un efecto.

El asunto de construir alternativas de desarrollo requiere de un cuerpo de conocimiento interdisciplinar relacionado tanto el ocio y la recreación, como de los contextos e intencionalidades de transformación. En consecuencia, garantizar los beneficios de la recreación requiere de profesionales formados para ello.

La sostenibilidad del sector de la recreación y la garantía del valor de su impacto social, educativo, económico, por mencionar algunas de sus categorías de beneficios, requiere un proceso continuo de producción y validación de conocimiento y una interrelación permanente con otras áreas de conocimiento.

La construcción de opciones de desarrollo desde la recreación, no es sólo un asunto técnico, demanda competencias ciudadanas y en el manejo de áreas específicas desde lo teórico y lo metodológico, pero también desde la formación misma desde el “ser” de quienes asumen la responsabilidad de diseñar tales opciones.

Los anteriores son apenas algunas de las condiciones sobre las cuales sería necesario actuar para garantizar una oferta de ocio y recreación equitativa y justa, muchos otros aspectos no son considerados en este análisis, pero por ello no menos importantes, tales como la incidencia sobre el manejo que los medios masivos de comunicación dan a la misma, el papel de la industria del entretenimiento en la construcción de imaginarios; el problema de la exclusión, el papel de la globalización, del desarrollo tecnológico, son entre otros aspectos que se deberían abordar para ser socialmente responsables.

### 3.2.3 Recreación Educativa

A través de los años la síntesis de la recreación está centrada en la asimilación del conocimiento por medio de la RE-CREACIÓN basadas por las metodologías previamente aprendidas o conceptualizadas por propuestas fundadas desde la perspectiva de la recreación educativa así que podríamos definirla, siguiendo a Cuenca, como un modelo vivencial de educación en el ocio, en tanto intervención educativa a largo plazo, que se basa en situaciones, vivencias y experiencias formativas relacionadas con el tiempo libre. Estas propuestas las encontramos tanto en instituciones formales -actividades extraescolares- como en el ámbito no formal -asociacionismo juvenil, etc.- (2004:148). “En la recreación educativa hay un énfasis en el proceso grupal, con una propuesta abierta a los intereses del grupo y privilegiando la autonomía y participación de los participantes en la elaboración y gestión de la experiencia. El enfoque educativo pretende generar procesos grupales basados en la participación, que permitan a la comunidad ser protagonista de sus procesos de aprendizaje, asumiendo la gestión de su propio tiempo”. (Lema, 2011)

“La recreación educativa trasciende a los ámbitos tradicionales de la educación formal, se propone la definición de seis ámbitos de intervención y se da importancia la diversidad de agentes que intervienen en la implementación de los diferentes planes de recreación educativa” (Lema, 2011). Con exigencias socioculturales que provocan reconocer las capacidades y necesidades de incentivar y acrecentar las ciencias especiales que iluminan al ser para ayudar en la toma de decisiones y comprensión del entorno para enfrentarse a las pretensiones cotidianas.

Con este giro educativo, causado a su vez por las exigencias socioculturales que provocaron en la persona la necesidad de reconocer sus capacidades y actitudes, tanto científicas como humanas, para enfrentarse así a través de ellas al cambio, va a dar origen a la aparición de una escuela adecuada a nuestra sociedad. Una escuela que reconozca que aún “no poseemos una idea unitaria del hombre...” que sea consciente de que “la multitud siempre creciente de ciencias que se ocupan del hombre, ocultan la esencia de este mucho más de lo que la iluminan, por valiosas que sean...” y que parta del hecho de que “en ninguna época de la historia ha resultado el hombre tan problemático para así como en la actualidad” (Fritz, 2009) humanizar al ser, educando desde lo indispensable y puntual de la vida, para crear conductas prosperas, esto influye directamente con el desarrollo en la colectividad del individuo.

### **3.2.4 Aprendizaje Vivencial**

#### **3.2.4.1. Nacimiento del outdoor training**

Según el (GRUPO IOE) el outdoor training es una de las formaciones más de moda en los últimos años y cuya característica principal es que consiste en actividades lúdicas que se realizan al aire libre complementadas con formación relacionada con la actividad realizada. Cuando se habla de aprendizaje vivencial inmediatamente debemos referirnos al outdoor training como metodología global.

(Reinoso, 2008 ) En su tesis doctoral relata el nacimiento del outdoor training: el Outward Bound mostrando el inicio y la evolución a través del tiempo que ha sucedido respecto al outdoor training / aprendizaje vivencial:

Muchas escuelas en el transcurso de la historia hicieron intentos para involucrar elementos experimentales en sus programas, pero no fueron lo suficientemente impactantes como para asimilarlos como propuestas de formación. Tuvieron que pasar muchos siglos hasta que en 1941, en Alemania, se fundara la primera escuela cuya base fundamental fuera el aprendizaje experimental.

Autores como Bank (1985), Wagner, Baldwin y Roland (1991), Tuson (1994), DuFrene, Sharbrough, Clipson y McCall (1999), coinciden en señalar y reconocer que la principal y más directa influencia del outdoor training es el Outward Bound.

Durante la II Guerra Mundial, mientras los barcos alemanes hundían a los buques mercantes británicos, los marineros que esperaban ser rescatados luchaban por sobrevivir en aguas muy frías. Misteriosamente, la tasa de supervivencia entre los marineros más jóvenes era menor con respecto a los más veteranos. Este hecho provocó que Sir Lorenzo Holt (Jefe de la flota mercante de Gran Bretaña) invitara a su viejo amigo y educador Kurt Hahn para analizar la razón de este hecho y, si era posible, ponerle remedio. Hahn estaba convencido de que este problema no fue ocasionado por la carencia de conocimientos o habilidades físicas de los más jóvenes, sino más bien porque éstos aún no habían alcanzado una comprensión de sus propios recursos físicos, emocionales y psicológicos.

Para poner solución a todo este problema, en el año 1941, en Aberdovy (País de Gales), Kurt Hahn, con la ayuda financiera de Holt, funda una nueva escuela, "Outward Bound", que proporciona experiencias similares, usando la naturaleza como aula. Se pretende ayudar a los reclutas jóvenes a desarrollar la confianza y otras habilidades emocionales necesarias no sólo para sobrevivir en las frías aguas del Mar Norte, sino también cómo hacerlo en la propia vida cotidiana, generando experiencias de riesgo para establecer comportamientos de los alumnos bajo presión.

Los programas que organizaba "Outward Bound" estaban muy focalizados en la tarea, y relativamente en menor medida en la revisión de lo acontecido, aunque los participantes recibían durante la actividad un importante feedback por parte del tutor del grupo. Se pretendía desarrollar tanto a la persona como al grupo en un sentido amplio, ofreciéndole una serie de tareas y retos físicamente exigentes que obligasen a tensar su capacidad intelectual y emocional cuidando no llegar demasiado lejos, es decir, no sobrepasando el límite de la zona de "pánico". La idea, por tanto, era sacarles de sus zonas de "confort o comodidad", y adentrarles en sus zonas de "reto y desarrollo", en las que se produce el aprendizaje y el desarrollo tanto personal como profesional. Trataban de inculcar y desarrollar en cada individuo el convencimiento de "que hay en ti mucho más de lo que tú crees" como actitud para afrontar la vida y el trabajo.

Para explicar el proceso de aprendizaje que se daba en el "Outward Bound", Wals y Golins (1976), y un año después Gager (1977), desarrollan un modelo muy conocido: "Outward Bound Process Model" en el que se afirma que el resultado de la tensión, de los desafíos y de la maestría en un ambiente desconocido debe ser reorientar el significado y la dirección de la experiencia en la vida de los participantes.

Hahn está muy influenciado desde muy joven por los ideales educativos de Platón, mientras que su énfasis en la experiencia y en la terapia experimental se puede entender como una consecuencia de los trabajos de Pestalozzi y Dewey.

Este tipo de experiencias que propone Kahn tienen lugar en el campo, se estructuran de tal forma que ayuden a los participantes a descubrir y comprender sus recursos internos, se diseñan con el propósito de reflejar un ambiente similar al que el participante operará en un futuro, y por último, se basan en actividades de aventura como medio o vehículo para la consecución de unas determinadas metas.

Aumentar la autoconfianza y el conocimiento de uno mismo, mejorar el trabajo en equipo, desarrollar habilidades de dirección y valores, como el respeto y la solidaridad, reforzar la responsabilidad, etc., son algunos de los objetivos perseguidos por Hahn en su escuela al aire libre.

Los cursos al aire libre que se imparten en esta escuela son un equilibrio del desafío, la diversión, el entusiasmo y el aprendizaje, en los que la seguridad del participante es lo primordial. No se trata de un entrenamiento físico ni de una escuela de supervivencia. No es un entrenamiento en el mar, sino a través del mar.

Este tipo de metodología de trabajo tan innovador propuesto por "Outward Bound" se difundió muy rápidamente por todo el mundo, realizándose múltiples programas

de aprendizaje experimental muy diferenciados entre sí por dos aspectos principales: la orientación que se le quiera dar, y al colectivo que vaya destinado.

Así, después de la Guerra este enfoque educativo se afianzó en Inglaterra y posteriormente, a principios de los años sesenta se implantó en Estados Unidos. La primera escuela "Outward Bound" en este país se fundó en el año 1962 (Colorado), por Josh Miner, un discípulo de Hahn en la escuela de Gordonstom (Escocia).

En 1971 algunos instructores de la organización "Outward Bound" en Estados Unidos, crearon en un High School de Massachussets, "Project Adventure": un programa de aprendizaje basado en la experiencia dirigido a los estudiantes. Tres años más tarde, con ayuda federal, se extendió con enorme éxito a otras muchas escuelas del país.

A lo largo de los años setenta se empiezan a popularizar este tipo de cursos entre empresas y organizaciones de la administración americana. Así por ejemplo, "Harvard Business Review" en Mayo de 1977 publica un artículo clásico sobre esta metodología de aprendizaje: "Two women, three men on a raft".

En la actualidad, en EE.UU. hay aproximadamente unos 10.000 parques construidos en la naturaleza, de los que, los más conocidos, son los generados por "Project Adventure D.R." y "Atlantic Challenge D.R.". De su desarrollo en Europa es responsable principalmente el "European Institute for Outdoor Adventure Education and Experiential Learning". En estos parques, cientos de multinacionales (Toyota, Dupont, Coca - Cola, etc.) han utilizado como herramienta de formación los programas de entrenamiento experimental para mejorar sus climas organizacionales, desarrollar habilidades de liderazgo, etc.

En España, Compañía Maderera del Ocio es la única empresa especializada que promueve y construye Instalaciones y Centros de Multiaventura en la Naturaleza tanto para jóvenes como para adultos.

Las ideas de Hahn inspiraron a muchos otros educadores que expandieron su modelo y centros al aire libre alrededor del mundo. Sus ideas siguen siendo hoy tan vigentes como lo eran en 1941, y los valores de base, pese a que las actividades en la naturaleza no sólo sean en el mar (montañas, ríos, desiertos,...), no han cambiado.

Cuando Kurt Hahn murió en el año 1974, el periódico londinense "The Times" escribió esta frase entre sus páginas: *"Ninguna persona de nuestros tiempos ha creado más ideas educativas innovadoras y, a la vez, poseído el don de implementarlas"*

### 3.1.4.2. ¿Qué es aprendizaje vivencial?

Desde enfoques que plantea Carl Rogers en su teoría humanista para profundizar en el aprendizaje se fundamenta en el crecimiento personal, construcción de conocimientos prácticos, sustentación de lo cotidiano en la aproximación de lo vital para su desarrollo en el entorno, garantizando el autoaprendizaje por medio de sentimientos y aptitudes, incluyendo entre las posibilidades los errores o dificultades ante las situaciones que enfrenta, dando esa libertad para basarse en su vida para afirmar ese objetivo, “en una teoría educativa que resulta tan antigua como la pedagogía misma, Rogers trata de revivir la vieja pretensión Socrática: no enseñar, sino alumbrar conocimientos, la cual señala como principal objetivo educativo “el descubrimiento propio de algún nuevo saber”” (Casanova, 2012). Centrándose en el desarrollo de la personalidad y auténtico aprendizaje del ser por medio de cambios en la conducta, asimilando el cambio de la propia personalidad a través de la experiencia.

El tipo de teorías del aprendizaje según Rogers pretende afianzar las consideraciones vivenciales, empoderándose de “La capacidad natural para aprender del ser humano, el aprendizaje ocurre cuando el alumno advierte que el material a estudiar le servirá para alcanzar las metas que se ha fijado, el aprendizaje exige un cambio en la organización del yo (autopercepción), lo que representa una amenaza y es resistido. Los aprendizajes que son una amenaza real para el yo se captan con mayor facilidad cuando el peligro externo es mínimo; y gran parte del aprendizaje se adquiere por la práctica lo que le facilita al estudiante participar responsablemente en el proceso adquisitivo” (Casanova, 2012)

El aprendizaje vivencial es un enfoque metodológico que ayuda a manejar las incertidumbres en cuanto a las expectativas en el proceso de aprendizaje. En este proceso no se evitan las incertidumbres; se les asigna espacios flexibles, a los que pueden acceder los alumnos a fin de darles forma. (SENA, 2011) Entablar una educación propositiva y dinámica, para desarrollar las perspectivas tanto de alumnos como docentes, para fundar mejores espacios de socialización conductuales y metodológicos. Exhortar al sujeto en formación a plantear estrategias de aprendizaje, idealizando rumbos modernos y rompiendo paradigmas de la educación.

En comparación, el aprendizaje tradicional presenta unas características diferentes contrastadas con el aprendizaje vivencial como lo plantea (Yturalde, s.f) En su página en internet:

## Ilustración 1 Comparación, el aprendizaje tradicional - aprendizaje vivencial

Aprendizaje Tradicional	Aprendizaje Experiencial
Profesor	Facilitador
Enfoque hacia la Educación	Enfoque hacia el Aprendizaje
Intelectual	Emocional - Racional
Salón de Clases convencional	Indoor/Outdoor Training
Cabeza	Corazón
Estructurado	Creativo
Serio	Curioso
Rígido	Espontáneo
Se revela la respuesta	Se descubre la respuesta
Repetición	Intuición
Memorización / Razonamiento	Vivencial / Razonamiento
Involucramiento pasivo	Involucramiento activo
Temor	Confianza
Siendo el mejor	Dando lo mejor de uno
Conocimiento	Entendimiento
Rápido	Pausado
Espectro residual limitado	Espectro residual permanente

Fuente: (Yturralde, s.f)

### 3.2.4.3 El ciclo de aprendizaje vivencial

Todo proceso educativo se ciñe por un ciclo que indica las etapas de realización por las que cada sujeto debe pasar para poder afirmar que ha realizado un aprendizaje, el aprendizaje vivencial como lo expresa (Navarro, Aprendizaje vivencial, s.f.) permite extraer de cada persona su propio estilo, capacidades, competencias y habilidades a través de las diferentes experiencias que las acciones formativas presentan; de esta manera, trabajarás, sí, pero siempre desde lo que tú eres, desde tus características y desde tu propia experiencia.

Ahora bien, (Cadavid, Quiñones, Olave, Moreno Bañol, & Callejas, 1999) Explican el ciclo de aprendizaje vivencial:

#### 1. Experimentando

Esta primera fase es donde se genera la información, es frecuentemente asociada como la fase más “simpática” del proceso, el “juego”, el “ejercicio”, lo gracioso o alegre.

Sin embargo, si el proceso termina con esta primera fase, no hay garantía de un aprendizaje completo, el facilitador no ha cumplido con su papel.

Se podría incluir en esta fase la mayoría de las actividades que ayuden al autodescubrimiento y/o la interacción entre personas. En este curso se usa comúnmente actividades como:

- Planificación
- Competencias entre grupos
- Simulación de papeles (role play)
- Descubrimiento de sí
- Solución de problemas
- Negociación
- Estudio de casos
- Retroalimentación
- Comunicación no verbal

El aprendizaje “inductivo” significa aprendizaje a través del descubrimiento, y podrá hacerse mediante los grupos permanentes, grupos ad-hoc, triadas, etc. Guarda íntima relación con el Método Scout, es el “Aprender - Haciendo” llevado a un nivel más acorde con el potencial de los miembros del grupo.

## 2. Compartiendo

Aquí la intención es de informar acerca de la experiencia de cada individuo en términos de su aprendizaje “cognitivo” (datos, información, etc.) y “afectivo” (sentimientos hacia mi persona/hacia otras personas).

Algunos métodos de compartir información usada frecuentemente en este curso son:

- Evaluación de productividad, satisfacción, confianza, liderazgo, ejercicio, comunicación, etc.
- Entrevistas por parejas o subgrupos
- Ejercicios de “adivina quién”, análisis de roles ejercidos por diferentes individuos
- Discusión abierta y libre

## 3. Interpretando

Esta fase es la más crítica de todas, ya que se trata de un análisis sistemático de la experiencia que ha sido compartida por todos.

Se trata de lo que realmente pasó dentro del grupo, el comportamiento individual y colectivo, y el efecto de éste sobre sus miembros. En esta fase es importante recalcar que el “contenido” de la actividad de aprendizaje es sólo una herramienta para asegurar que el “proceso” se cumpla.

#### 4. Ampliando

En esta fase hay que dar el gran salto de la actividad y sus implicaciones dentro del ambiente controlado de este curso, hacia la realidad de nuestra vida diaria.

Las preguntas claves aquí son ¿y qué? ¿Para qué? Los participantes deben enfocarse en situaciones de su vida personal y laboral, similares a aquellas de la actividad de aprendizaje misma, y extraer información que les será útil para su diario quehacer.

Esta fase es la que le da sentido al Ciclo de Aprendizaje Vivencial, y si no es tratado con la profundidad del caso, resultaría en un aprendizaje más bien superficial.

#### 5. Aplicando

La fase final del Ciclo de Aprendizaje Vivencial refleja el propósito del proceso en sí. La pregunta clave en esta fase es ¿ahora qué? El facilitador ayudará a que los participantes apliquen las generalidades de la Fase II hacia situaciones reales, pero en términos de su comportamiento futuro en tales situaciones.

Algunas técnicas comúnmente usadas en este curso para lograr tal propósito son:

- Las Triadas, analizando situaciones de la vida diaria
- Fijación de metas a corto y mediano plazo
- Compromisos personales y grupales

Es más probable que las personas demuestren este nuevo comportamiento al retornar a su entorno normal si tiene la oportunidad de compartir su determinación con otros, previamente. En este momento podría surgir espontáneamente, algún sistema de apoyo (amigos, correspondencia, reuniones periódicas) que los participantes sienten que les sería de ayuda.

#### **3.1.4.4. Características del Outdoor Training**

El señor (Cuadrado I Salido, 2007) Menciona 10 características de un programa de outdoor training, las cuales son esenciales para el desarrollo óptimo del programa.

- Innovador: Las actividades propuestas son inéditas y desconocidas para los participantes, por lo que la incertidumbre del resultado es muy alta y nadie es considerado un experto.
- Experimental: Cuando se trata de aprender a través de vivencias, el nivel de retención es aproximadamente de un 75 %.

- Real: Si dos equipos tienen problemas de comunicación, se les propone una actividad donde el éxito requiera del uso de esta habilidad.
- Marco Seguro: Trabajando en un ambiente poco familiar se resaltan aspectos del comportamiento que pasan inadvertidos en el lugar de trabajo.
- El campo ofrece una escena segura (un error no tiene consecuencias dramáticas) para que los participantes arriesguen en sus actuaciones y en la difícil tarea de tomar decisiones, y por otro lado resalta los comportamientos que pasan inadvertidos en los sitios convencionales.
- Impactante: Las actividades requieren y comprometen la atención de los participantes, por lo que el recuerdo es perdurable y puede ser utilizado en experiencias análogas para asociar esa experiencia y el aprendizaje consecuente.
- Divertido: La variedad de actividades disponible, junto con la atmósfera informal y relajada del programa generan una experiencia de aprendizaje agradable y divertido.
- Motivante: El nivel de implicación y entusiasmo que se genera en los participantes es muy alto, lo cual conlleva algo más que: cambios en el comportamiento, aprendizajes, solución de problemas, cambios en la organización y cambios de cultura.
- Feedback: La administración del feedback tras la actividad provoca que los participantes puedan expresar sus experiencias y reconocer sus actuaciones.
- Con esta información el facilitador hará un diagnóstico a nivel individual y grupal, para de este modo establecer un plan de acción práctico con el objetivo de mejorar los comportamientos y habilidades perseguidos en el programa.
- Metafórico: Con la ayuda de las metáforas, todo lo acontecido durante la actividad se relaciona con las actuaciones que a diario ocurren en el lugar de trabajo.
- Transferible: Diferentes estudios prueban que los participantes llegan a sus puestos de trabajo “tocados” por la actividad, es decir, se produce un traslado de lo aprendido durante el programa al lugar de trabajo.

### 3.1.4.5. Elementos del outdoor training

(Reinoso Fernández, 2007) En su libro Outdoor Training: La mejor herramienta para el desarrollo de competencias emocionales en los directivos; destaca los elementos que debe contener un programa de outdoor training para que el mismo sea exitoso. Mencionados a continuación

- **Duración:**  
La duración de la mayoría de los programas de entrenamiento al aire libre oscila entre un día como mínimo y cinco como máximo.  
(NEILL, 2003) Investiga la relación existente entre la duración de un programa y su efectividad, concluyendo que los programas más largos son los más eficaces. La relación entre la duración del programa y su efectividad sigue una curva descendente, es decir, las ventajas de un programa de dos días con respecto a

uno de un día serán mucho más grandes que las ventajas entre un programa de siete y seis días, que serán también mayores que las ventajas entre un programa de catorce y trece días.

- ***Tamaño de los grupos:***

La decisión sobre el número de integrantes que han de conformar un equipo es muy importante, pues ha de ser lo suficientemente grande como para permitir la interacción de diferentes modos de comportamiento, pero lo suficientemente pequeño para funcionar como un auténtico bloque (Pilonieta, 2002)

En los ejercicios en los que se quiera trabajar la confianza, por ejemplo, se requiere de grupos muy reducidos (buscándose una mayor compenetración entre los participantes), mientras que en los ejercicios en los que se quiera trabajar la concienciación de equipo, será más útil trabajar con grupos numerosos. Por tanto, el tipo de objetivo y el número de participantes serán las dos variables que establezcan el nivel de interacción de la actividad.

Para que la interrelación entre los propios participantes con el facilitador sea exitosa, y la observación y análisis de las conductas del grupo sean las deseadas, es recomendable no superar los 12 participantes, lo cual no quiere decir que se no puedan hacer actividades exitosas con grupos más numerosos.

- ***La intensidad emocional:***

Evidentemente, un correcto manejo de la tensión generada y la motivación del aprendiz son dos requisitos clave para obtener actividades de desarrollo eficaces. En las experiencias al aire libre aparecen una amplia gama de intensas emociones: miedo, ansiedad, frustración, alegría, etc. Algunas de ellas son especialmente estresantes para muchos de los participantes, pero por regla general, el grado de tensión que se produce en éstos es tal que les resulta casi imposible distanciarse de la experiencia.

Muchos autores reconocen que la tensión que se genera en los programas de "Outdoor Training" no sólo es debida al riesgo físico que aparece en las actividades, sino también a la vulnerabilidad emocional que está presente cuando alguien no está al nivel esperado o no responde a las expectativas creadas por los facilitadores y por su grupo.

(NEILL, 2003), señala que los facilitadores deben crear situaciones en las cuales los participantes experimenten una tensión apropiada que se traduzca en una óptima dirección del desarrollo del individuo. El facilitador ha de supervisar que la tensión experimentada en cada participante vaya en una dirección positiva. Si no es así, deberá de alterar de inmediato la experiencia.

El manejo de la tensión experimentada por los participantes, sigue (NEILL, 2003), no es nada sencillo para los facilitadores. Se trata de un estado de malestar, que puede ser considerado como el nexo del desarrollo personal con el aprendizaje

experimental. Un factor valioso que ayuda en la creación y la gerencia de la tensión educativa es que los facilitadores se sumerjan en la experiencia al aire libre junto a los participantes, pues entre otras cosas, se ganan el respeto de los participantes, evitan ser percibidos como la autoridad y comprenden mejor a los participantes.

- **El “feedback”**

El conocimiento de resultados es uno de los atributos más conocido de los planes de entrenamiento eficaces. A través del “feedback” se puede hacer un análisis muy exhaustivo de todas las conductas y comportamientos desarrollados por los participantes en una determinada dinámica, determinando también el porqué del éxito o el fracaso de sus actuaciones (CUADRADO I SALIDO D. , 1998)

(ASSENS, 2002) Por ejemplo, justifica el uso de un video en la sesión de análisis, pues cada persona se busca en la pantalla para ver cómo ha actuado. Este tipo de “feedback” (muy objetivo), aclara el citado autor, es muy útil pues no genera rechazo entre los participantes. Igualmente, la participación es mucho mayor intercambiándose de un modo simpático tanto elogios como pequeñas reprimendas. Una de las claves del “feedback” es afrontar lo sucedido como una oportunidad para mejorar.

El “feedback” constituye una herramienta esencial para el facilitador, pues se trata de una información dada a una persona o grupo sobre cómo son percibidas por los demás sus actuaciones y conductas (Rodas Carrillo, 2000). Resulta muy útil en pruebas de mayor dificultad, cuando queremos provocar experiencias positivas, promover la confianza de los participantes y la sensación de cambio inmediato más que de frustración (Paredes, 2002)

Entre las características de una buena retroalimentación, (Carrillo, 2000) destaca: que sea descriptiva, oportuna, cercana en el tiempo, ofrecida y no impuesta, y, que permita la confrontación de sentimientos negativos. Por otro lado, según esta autora, lo que más dificulta la retroalimentación en los participantes es el factor emocional, especialmente cuando uno teme herir las sensibilidades del otro.

(Paredes, 2002) Formula algunos consejos que deben considerarse para incrementar la efectividad del “feedback”:

- Nunca se debe de comenzar el “feedback” si los participantes no han terminado la actividad.
- Procurar que los participantes descubran por sí mismos y elaboren sus propias reflexiones. Es más fácil que una persona cambie porque es consciente de ello que porque se le imponga.
- Es preferible abordar la reflexión individual antes de entrar en la reflexión grupal. Son dos perspectivas diferentes de cómo el participante ha enfocado su actuación. Por ejemplo, en la reflexión grupal se debe analizar cómo un individuo ha influido

en el grupo y el grupo con él, cómo ha compartido y aprendido del resto de opiniones y comportamientos, etc.

- La actuación del facilitador siempre ha de ser positiva y constructiva, pues de lo contrario merma la autoestima de los participantes y obstaculiza el cambio.
- Lo más apropiado para un facilitador es evidenciar los hechos y a partir de ahí invitar a los participantes a la reflexión.
- Establecer múltiples conexiones entre lo ocurrido durante la actividad y la realidad de su mundo laboral.
- Finalizar con un plan de acción, es decir, que los participantes adquieran un compromiso de cambio desarrollando nuevas propuestas y alternativas en función del análisis y conclusiones obtenidas.
- Apoyar, ayudar y ofrecer un seguimiento de los participantes en su lugar de trabajo.

(Carrillo, 2000) reflexiona sobre en qué parte del programa ha de ser introducida la sesión del “feedback” y establece que lo más común es al final de la actividad, pero, que cada vez más tiene lugar durante la actividad (en caliente), introduciendo algunas pausas para facilitar una mejora progresiva y analizar el desempeño.

- ***El refuerzo de la confianza en sí mismo***

Frecuentemente, cuando los participantes intervienen en una de las actividades propuestas a lo largo de un programa de “outdoor training”, saben lo que es necesario hacer para obtener un óptimo resultado pero les falta confianza en sí mismos para dar el paso y realizarlo.

Para poner solución a esto, algunos de los autores citados anteriormente, concuerdan en que los participantes sean expuestos ante un contexto totalmente diferente al usual, estimulándolos a reflexionar sobre todas sus actuaciones, tanto a nivel individual como grupal. Como consecuencia de este período de reflexión, los participantes extienden sus horizontes y ofrecen soluciones ante los problemas acontecidos, reforzándose de este modo su autoconfianza.

- ***El contrato psicológico***

Al inicio de un programa de “outdoor training”, sostiene (Carrillo, 2000) se reúnen los participantes y el facilitador para aprobar y comprometerse con el cumplimiento de un “contrato” que ha de incluir los siguientes elementos: cuidado de la seguridad física y emocional de todos los participantes; creación y mantenimiento de un ambiente propicio; tipo de comunicación requerida; actitudes deseadas hacia el aprendizaje, los compañeros, el facilitador y las actividades; y por último, las metas del aprendizaje que el grupo se fija. Si este contrato, añade la citada autora, no es respetado, el ambiente del grupo y el espacio educativo no será el propicio para la creación de una “comunidad de aprendizaje”.

- **Experimentación de la actuación máxima**

Un individuo experimenta una actuación máxima cuando interviene en un proceso o actividad en el que los niveles de efectividad, intensidad emocional y satisfacción personal son muy elevados. Por desgracia, la mayoría de personas no tienen la oportunidad de experimentar este tipo de experiencias en sus trabajos, por lo que deben recurrir a los programas “outdoor training”, donde se puede experimentar una actuación máxima con mucha más facilidad.

- **La incertidumbre**

El “outdoor training” compromete a los participantes a “descubrir” nuevas oportunidades para romper las “barreras” de su zona de comodidad. Éste es, sin lugar a dudas, uno de los principales fundamentos de este método de formación: se “actúa fuera de la Zona de Confort”, es decir, del lugar en el que actuamos cotidianamente. Las personas han de explorar “la Zona de Crecimiento”, también denominada de “reto”, en la que se progresa tanto a nivel personal como a nivel profesional. La creatividad o la innovación son competencias que tienen lugar aquí. Este cambio de zona hace que la actitud del individuo sea más receptiva y la eficacia de la formación sea mayor. Se debe de tener especial cuidado con no sobrepasar la frontera que nos separa de la “Zona de Pánico”, pues presionar a alguien a entrar en ésta puede resultar peligroso (miedo, vergüenza, ridículo, etc.)

**Ilustración 2 El manejo de la incertidumbre**



Fuente: (Tuson, 1994) (Tomando de (Fernandez-Caparrós, 2006)

Si un individuo permanece en su zona de comodidad quiere decir que no experimenta, no vivencia, no intercambia, no se involucra en los procesos, no se confronta con otras personas y realidades, y en definitiva, y lo que es más importante, no desarrolla nuevos aprendizajes. Si por el contrario rompe con estas “barreras” que llevan consigo cierto malestar y desequilibrio, y experimenta nuevas actuaciones, sensaciones y reflexiones, adquirirá nuevos aprendizajes.

A través de los desafíos diseñados en un programa de “outdoor training”, se pretende “empujar” a los participantes a salir de sus “zonas de confort”, para que

de este modo exploren sus zonas de crecimiento conducidos por la curiosidad, el espíritu de mejora o las propias circunstancias.

El entorno natural en el que tienen lugar los programas de “outdoor training” es muy desconocido para la gran mayoría de participantes, por lo que existe continuamente la posibilidad de la aparición de riesgos no esperados o calculados. Esta característica provoca que el grado de similitud con el ambiente que se respira en una oficina sea muy alto (Pilonieta, 2002)

Cada vez más, las empresas demandan que los profesionales estén dispuestos a salir de sus zonas de confort, para que de este modo: estimulen su creatividad, vean a la organización con ojos distintos y hagan cosas nuevas e innovadoras.

- ***El uso de lo lúdico***

La recreación se convierte en el medio más apropiado para tener el alcance de los procesos lúdicos, el juego y la creatividad, permitiendo incorporarlos a la vida de las personas de una forma definitiva, rompiendo, en el caso de la lúdica y el juego, las limitaciones de ser un ambiente exclusivamente para las primeras etapas de la vida como lo (Reina, 2012)

En el pasado XII Congreso de recreación en la ponencia la neurorecreación ambientes lúdicos, medios recreativos para el procesos de aprendizaje los señores (Quintero Reina & Montoya Pachón, 2012) afirmaban que: “El comenzar a entender a la recreación desde esta postura compleja, materializa la necesidad de reconocer la relación de estos tres conceptos (juego – lúdica y creatividad) y cómo por medio de ejercicios conscientes se enriquece de una forma íntima convirtiéndose en promotores de ambientes que impactan positivamente al ser humano”. Palabras más, palabras menos, el juego se convierte en la herramienta que convoca, es decir la excusa que permite obtener la atención y la participación de las personas; la lúdica en la estrategia que genera los ambientes que le da el sentido a lo que se está jugando y la aleja del activismo a la recreación y la creatividad la posibilidad de que sea incalculable la formas de interactuar evitando así la rigidez e invariabilidad en la relación entre actores, actividades y ambientes recreativos.

#### **3.1.4.5 Ventajas y desventajas del Outdoor Training**

(Alvarado, 2008) Destaca entre las ventajas más relevantes del outdoor training las siguientes:

- Facilita la adopción de posturas positivas con miras a la resolución de problemas
- Estimula sentimientos de confianza y conocimiento de cada uno de los participantes respetando sus diversos roles dentro del equipo de trabajo
- Proporcionar a cada participante la oportunidad de experimentar emociones en tiempo real, ayudando a educar y medir sus impulsos de respuesta.
- Inducir el auto compromiso activo en el aprendizaje y logro de los objetivos establecidos

- Rompen con mayor facilidad con antiguos modelos de forma de pensar, tensiones, conflictos y roles establecidos, al realizarse las actividades en espacio diferente al cotidiano.
- Revela ante las nuevas situaciones las competencias de cada integrante y su reacción ante tareas o momentos expuesto a tensión y cuál es su repuesta o acciones.
- Ver con claridad las fortalezas y aspectos a mejorar de cada uno de los integrantes, al ser una actividad que trabaja directamente en la zona de reto y fracaso, y no en su zona de confort o zona cotidiana.
- Fortalece las relaciones interpersonales e incita a auto-elaborar conductas a causa de los resultados objetivos, aporte, reflexión y análisis del trabajo realizado por parte de sus compañeros.
- Influye en los miembros de cada equipo por más tiempo y con mejores resultados, al afianzar un recuerdo en un medio agradable, es un gran método de formación.

Así mismo (Alvarado, 2008) indica las desventajas del outdoor training

- Pueden generarse incomodidades o inquietudes en lo participantes al no conocer el medio o lugar en el que se desarrollan las actividades, o estar expuestos a condiciones climatológicas.
- Exige actividades realistas y acordes a las actitudes y habilidades de los participantes, para no generar frustraciones o fracaso en el resultado final.

### **3.2.5 Campamentos Educativos**

El campamento es una actividad recreativa en el cual se puede reflexionar acerca de diversos temas. Mediante este tipo de campamentos se puede educar y reducir a la persona, estimulando de igual forma a la población vinculada en acciones de habilidad física. Es un medio para suprimir estereotipos de género. La recreación es reconocida como una actividad o experiencia, elegida arbitrariamente por las personas, ya sea porque reciben un estímulo inmediato o a largo plazo obtener incentivos personales y sociales a través de ella, y aún más ha de generarse al entablarse dicha relación con un espacio más diversificado y espontaneo. Los campamentos se instituyen como una actividad al aire libre o relacionado con el entorno que propone a los individuos, generando una opción para aislarse por un momento, de la rutina que genera la civilización. Además, brindan la oportunidad de un momento de afianzamiento con la naturaleza y el aprendizaje a adquirir, además de la prevalencia en la vida del ser humano.

Los campamentos educativos con un enfoque de la educación experiencial y la eco aventura son oportunidades metodológicas y técnicas que permiten la adquisición de habilidades ajustadas a contextos de otras culturas, al igual que afianzan el plano personal y social del estudiante en lo referente a sus

comportamientos profesionales, sus actitudes éticas, su capacidad de entender el contexto y leer otros escenarios culturales, el aplicar sus conocimientos a la realidad e sus vivencias e identificar los beneficios que la recreación aporta: El fortalecimiento de habilidades personales, de liderazgo y de trabajo en equipo, El reconocimiento de las potencialidades humanas en lo personal, social y profesional, El nivel de pertenencia que se quiere frente a la profesión al vivenciar procesos experienciales que potencializan los valores de superación, autorrealización, trascendencia, y responsabilidad (personal y social) y El dimensiones del concepto de recreación y sus componentes, al igual que el reconocimiento de estrategias metodológicas para favorecer la promoción y las prácticas saludables. (Pachon Villamil & Ramos Rios, 2012)

Los campamentos educativos pretenden justamente esta alianza (perturbada y pervertida en un momento de la vida), entre lo lúdico, la diversión, el juego y el proceso educativo. El tiempo, si no es libre, en la educación, no es tiempo. No se trata de divertir los tiempos de ocio, se trata de utilizar el juego, todos los aspectos lúdicos y divertidos en el proceso de aprendizaje, en la enseñanza. Cuando una persona aprende en un campamento a hablar en público, ante sus iguales, a sostener un discurso, sea cual sea este, en un fuego de campamento, seguramente ha significado un aprendizaje de la misma importancia que cuando aprende a despejar una incógnita en una ecuación. Ha aprendido a transmitir un concepto, una emoción, o un cúmulo de sensaciones, pero lo ha hecho con un método que implica la aparición de un interés que emana del juego, de la diversión.

Su implicación en ese aprendizaje es mucho mayor que la que sostiene en una labor pasiva intelectualizada o racionalizada, en la que nada le atañe, ni en su participación, ni en su concepción, ni en su creación. (Santamaria & Santamaria, 2006)

### **3.2.6 Inteligencia emocional**

La educación superior en los últimos años se ha preocupado por educar al estudiante frente a su inteligencia emocional, procurando que el mismo se desenvuelva en su mundo cotidiano: hogar, escuela, universidad, trabajo etc. de forma óptima y ejemplar; la inteligencia emocional permite controlar las emociones y expresarlas de forma asertiva algo prioritario en la vida de todo ser humano pues de ahí se desprenden los comportamiento y las conductas. Tal como lo expresa (Fernández-Berrocal & Extremera Pacheco, 2009) La inteligencia emocional (IE) ha suscitado un gran interés en el ámbito educativo como una vía para mejorar el desarrollo socioemocional de los alumnos.

Según (Goleman D. , 2008) la inteligencia emocional se puede definir como “la capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos y los de los demás, de motivarnos y de manejar adecuadamente las relaciones”.

Según (Goleman D. , 2008), el término inteligencia emocional incluye dos tipos de inteligencias:

1. La Inteligencia Personal: está compuesta a su vez por una serie de competencias que determinan el modo en que nos relacionamos con nosotros mismos. Esta inteligencia comprende tres componentes cuando se aplica en el trabajo:
  - Conciencia en uno mismo: es la capacidad de reconocer y entender en uno mismo las propias fortalezas, debilidades, estados de ánimo, emociones e impulsos, así como el efecto que éstos tienen sobre los demás y sobre el trabajo. Esta competencia se manifiesta en personas con habilidades para juzgarse a sí mismas de forma realista, que son conscientes de sus propias limitaciones y admiten con sinceridad sus errores, que son sensibles al aprendizaje y que poseen un alto grado de autoconfianza.
  - Autorregulación o control de sí mismo: es la habilidad de controlar nuestras propias emociones e impulsos para adecuarlos a un objetivo, de responsabilizarse de los propios actos, de pensar antes de actuar y de evitar los juicios prematuros. Las personas que poseen esta competencia son sinceras e íntegras, controlan el estrés y la ansiedad ante situaciones comprometidas y son flexibles ante los cambios o las nuevas ideas.
  - Automotivación: es la habilidad de estar en un estado de continua búsqueda y persistencia en la consecución de los objetivos, haciendo frente a los problemas y encontrando soluciones. Esta competencia se manifiesta en las personas que muestran un gran entusiasmo por su trabajo y por el logro de las metas por encima de la simple recompensa económica, con un alto grado de iniciativa y compromiso, y con gran capacidad optimista en la consecución de sus objetivos.
  
2. La Inteligencia Interpersonal: al igual que la anterior, esta inteligencia también está compuesta por otras competencias que determinan el modo en que nos relacionamos con los demás:
  - Empatía: es la habilidad para entender las necesidades, sentimientos y problemas de los demás, poniéndose en su lugar, y responder correctamente a sus reacciones emocionales. Las personas empáticas son aquellas capaces de escuchar a los demás y entender sus problemas y motivaciones, que normalmente tienen mucha popularidad y reconocimiento social, que se anticipan a las necesidades de los demás y que aprovechan las oportunidades que les ofrecen otras personas.
  - Habilidades sociales: es el talento en el manejo de las relaciones con los demás, en saber persuadir e influenciar a los demás. Quienes poseen habilidades sociales son excelentes negociadores, tienen una gran capacidad para liderar grupos y para dirigir cambios, y son capaces de trabajar colaborando en un equipo y creando sinergias grupales.

La inteligencia emocional no es sólo una cualidad individual. Las organizaciones y los grupos poseen su propio clima emocional, determinado en gran parte por la habilidad en IE de sus líderes. En el contexto escolar, los educadores son los principales líderes emocionales de sus alumnos. La capacidad del profesor para captar, comprender y regular las emociones de sus alumnos es el mejor índice del equilibrio emocional de su clase. (Fernández-Berrocal & Extremera, s.f)

### **3.2.7 Habilidades Sociales**

Las habilidades sociales son un conjunto de hábitos o estilos (que incluyen comportamientos, pensamientos y emociones), que nos permiten mejorar nuestras relaciones interpersonales, sentirnos bien, obtener lo que queremos y conseguir que los demás no nos impidan lograr nuestros objetivos. También podemos definir las como la capacidad de relacionarnos con los demás en forma tal que consigamos un máximo de beneficios y un mínimo de consecuencias negativas, tanto a corto, como a largo plazo.

El concepto de habilidades sociales incluye temas afines como la asertividad, la autoestima y la inteligencia emocional. Destaca la importancia de los factores cognitivos (creencias, valores, formas de percibir y evaluar la realidad) y su importante influencia en la comunicación y las relaciones interpersonales ya que comprenden la empatía para ponerse en el lugar del otro, el apego para establecer lazos afectivos, la asertividad para defenderse, la cooperación para lograr un objetivo común, la comunicación para con los demás, autocontrol interpretar y controlar lo que se percibe y siente, la comprensión de situaciones y la resolución de conflictos hacia la búsqueda de alternativas. Las habilidades sociales son imprescindibles y cada una está definida como,

- **Asertividad:** Es la forma de actuar que permite a una persona se movilice en base a sus intereses más importantes, defenderse sin ansiedad, expresar cómodamente sentimientos honestos o ejercer los derechos personales, sin negar los de los demás. Estos derechos comprenden: Derecho a juzgar nuestras propias aptitudes, a cometer errores, a decir "no" sin sentirnos culpables, a tener creencias políticas, a no justificarnos ante los demás, a decidir qué hacer con nuestro cuerpo, tiempo y propiedad, a ser independientes, a ser quien queramos y no quien los demás esperan, a ser tratados con dignidad y a decir "no lo entiendo".
- **Empatía:** Es una habilidad, propia del ser humano, que nos permite comprender y experimentar el punto de vista de otros sin por ello tener que estar de acuerdo. Es la capacidad de ponerse en el lugar de la otra persona para desde ahí comprenderle. No basta con entender al otro, hay que demostrarlo. Una persona puede tener motivos para actuar o pensar de esa forma.

- Saber escuchar: Escuchar con comprensión y cuidado, saber lo que la otra persona trata de comunicarnos y transmitir que hemos recibido su mensaje.
- Definir un problema: Analizar la situación, teniendo en cuenta los elementos objetivos, así como los sentimientos y necesidades puestos en juego.
- Evaluación de soluciones: Analizar las consecuencias que cada solución tendrá a corto y largo plazo para las personas implicadas.
- Negociación: Comunicación dirigida a encontrar una alternativa de solución que resulte aceptable para ambas partes. Dicha respuesta tendrá en cuenta los sentimientos, motivaciones e intereses de ambos.
- Expresión justificada de la ira, desagrado o disgusto: Manifestación de forma adecuada y respetuosa con los demás, de sentimientos negativos.
- Disculparse o admitir ignorancia: Capacidad de darse cuenta de los propios errores cometidos.

Es importante identificar que estas se adquieren a través del aprendizaje, se desarrollan de diferente manera cada una, ya sea por el sentimiento hacia ella, la idea o función que cumplen en la vida de cada quien, todas involucran al entorno y las conductas verbales y no verbales recíprocas al medio están determinadas por el “reforzamiento social” interpretándose como efectivo a lo que está acorde a una idea o emoción y nocivo con lo que se está en desacuerdo, para interpretar y accionar ante una situación. Algunas características en las que las HHSS implican componentes verbales, motrices, emocionales y cognitivos. Igualmente las HHSS son respuestas a situaciones específicas, esto quiere decir, que dependen del contexto en el cual se producen, de las personas que intervienen, y de la situación en la cual tienen lugar. Otra particularidad, es que las HHSS implican siempre la relación con otros, ya sean pares o adultos. Lo que define la cualidad de la interacción, son las personas que participan y el contexto en el cual se da dicha interacción (Gonzalez) “Las competencias sociales se aprenden y desarrollan a lo largo del proceso de socialización, como resultado de la interacción con otras personas. Este desarrollo se produce fundamentalmente en la infancia, los primeros años de vida son fundamentales para el aprendizaje de estas habilidades.

Se aprenden y desarrollan a través de los siguientes procesos:

- Experiencia directa. Desde una edad muy temprana se comienza a ensayar con las conductas sociales. Se producen determinadas experiencias a lo largo de la vida que se van interpretando e incorporan esas interpretaciones a su forma de pensar y actuar.

- Imitación. Desde pequeños aprende por lo que ve de las personas que son importantes para ellos. Imitar aquellas conductas sociales que se observan en los más cercanos, pero no solo las conductas, también aprender la manera de interpretar las situaciones y hasta de sentirse en determinados momentos.
- Refuerzos. Los refuerzos sociales que tengan sus conductas, ya sea de los adultos y/o iguales van a hacer que se desarrollen determinadas conductas y otras.” (Ruiz, 2013)

“A lo largo de la vida del ser humano éste va adquiriendo una serie de habilidades que le permiten adaptarse a su medio, tanto físico como social; que en primera instancia es la familia, entre estas habilidades destacan aquellas que hacen posible interactuar con otras personas: las habilidades sociales, que son capacidades que posee el individuo para resolver sus propios problemas y los de su medio sin perjudicar a los demás” (Arco, 2005) “Entendiéndose a las Habilidades Sociales como un conjunto de habilidades y capacidades variadas como específicas para el contacto interpersonal y la situación de problemas de índole interpersonal, así como socioemocional, desde actividades de carácter básico hacia otras de características avanzadas e instrumentales” (Arnold Goldstein; Colaboradores, 1980). “Es muy importante conocer la forma de cómo interactúan los jóvenes con el mundo teniendo en cuenta sus habilidades que poseen y que van a influir en su capacidad para afrontar nuevos conocimientos y experiencias, teniendo este conocimiento se posibilitará el reajuste o replanteamiento de programas dirigidos tanto a los jóvenes universitarios como a los padres de familia que ejercen gran influencia en sus hijos, que estarían dirigidas a mejorar las relaciones interpersonales tanto dentro y fuera de la familia, optimizando el desarrollo personal del estudiante.” (Arco, 2005)

Ahora bien, para efectos de la investigación referenciamos cinco parámetros o dimensiones básicas que estableció Goleman, añadido a esto las dos categorías de autoestima y comunicación establecidas por (Mercado Tóbias & Ramos Callejas, 2001) para la validación de un cuestionario para la medición de un para la inteligencia emocional

1. Empatía: se refiere a entender los sentimientos, emociones, necesidades y preocupaciones de los otros, es decir, comprender los intereses de los demás para tenerlos en cuenta.
2. Autocontrol: Se refiere a manejar los propios estados de ánimo, impulsos y recursos, teniendo en cuenta que las emociones en sí mismas no son ni buenas ni malas. Se necesita tomar el mando de nuestros pensamientos, dirigir oportunamente nuestras excitaciones nerviosas, llegar a ser buenos solucionadores de problemas, asumir las responsabilidades del propio desempeño laboral, flexibilidad en el manejo de las situaciones de cambio, sentirse cómodo con la nueva información, ideas o situaciones

3. Automotivación: Es usar nuestro sistema emocional para canalizar todo el sistema y mantenerlo en funcionamiento, es decir, tendencias emocionales que guían o facilitan el cumplimiento de las metas establecidas. Se presenta un esfuerzo por mejorar o alcanzar la excelencia, para esto, contamos con nuestro pensamiento positivo, visualización, respiración abdominal, sentido del humor, actividad física, amigos, familia, colegas, un mentor emocional, ya sea real o ficticio, y el propio entorno.
4. Autoconocimiento: Se refiere a averiguar cómo hacemos nuestras evaluaciones y cómo manejamos simultáneamente nuestros papeles de actores y observadores al mismo tiempo, reconocer los propios estados de ánimo, los recursos y las intuiciones. Hay que identificar las propias emociones, conocer las propias fortalezas y limitaciones.
5. Relaciones con los demás: Implica inducir respuestas deseadas en los otros. Depende del poder idear efectivas tácticas de persuasión, saber escuchar abiertamente al resto y elaborar mensajes convincentes, negociar y resolver los desacuerdos que se presenten en el equipo de trabajo, inspirar y guiar a los individuos del grupo, iniciar o administrar las situaciones nuevas, alimentar y reforzar las relaciones interpersonales, trabajar con otros para alcanzar metas, ser capaz de crear empatía para la consecución de metas colectivas.
6. Autoestima: Es el concepto que cada individuo tiene de sí mismo, puede ser positivo o negativo. Es tener un fuerte sentido del propio valor y capacidad.
7. Comunicación: Es la habilidad para manifestar por medio del lenguaje verbal o no verbal sentimientos, emociones, pensamientos e ideas, entre otros. Es la aptitud que tienen algunas personas de ser efectivas en el intercambio, registrando las pistas emocionales para afinar su mensaje, enfrentar directamente los asuntos difíciles, saber escuchar, buscar el entendimiento mutuo y compartir información de buen grado.

### **3.2.8 Liderazgo**

La relevancia para el cambio y desarrollo de la educación en la actualidad prevalece en quien puede y quiere guiar, con apropiación y doctrina que dé a lugar la sabiduría y confiabilidad sobre otros; aunque es un desafío que este tipo de enfoques educativos prospere, a través de la educación experiencial se pretende generar esa perspectiva por medio de prácticas y vivencias fructíferas para el estudiante y el educador, enfatizando la constancia y su orientación multidisciplinaria siendo así considerado “el liderazgo directivo a nivel de escuelas juega un rol altamente significativo en el desarrollo de cambios en las prácticas docentes, en la calidad de

estas prácticas, y en el impacto que presentan sobre la calidad de aprendizaje de los alumnos en las escuelas” (Anderson, 2010)

“El liderazgo está en la escuela y no en la persona del director; que ha de construir su propia capacidad de liderazgo. Las dimensiones transformacionales del liderazgo (rediseñar la organización), junto con el liderazgo instructivo o educativo (mejora de la educación ofrecida), en los últimos años han confluído en un liderazgo centrado en el aprendizaje (del alumnado, del profesorado y de la propia escuela como organización)” (Bolívar A. , 2010) Ser y dejar ser es indispensable para quien recibe el estímulo y convive en permanente transformación de sus propósitos y necesidad creando la identidad de liderazgo, creando una adherencia de este género en sus proyecciones, influir en la forma en que se vive y para que se vive en el entorno.

Concretamente, la realidad favorable frente a la concepción de liderazgo exitoso en ese aprendizaje de los estudiantes evidencia dos afirmaciones que enmarca Anderson en su documento de la teoría planteada en el 2004 por Leithwood, Seashore Louis, Anderson y Wahlstrom:

“1. El liderazgo es el segundo factor intra-escuela, después del trabajo docente en sala de clases, que más contribuye al logro de aprendizajes de los alumnos.

2. Los efectos del liderazgo usualmente son mayores en establecimientos donde son más necesarios para el logro de aprendizajes (Ej. escuelas vulnerables). No quiere decir que no hay que preocuparse de la calidad del liderazgo en escuelas de altos resultados que no se encuentran en circunstancias difíciles, sino que la visibilidad del impacto de un liderazgo eficaz es mayor en escuelas vulnerables.” (Anderson, 2010)

Es liderazgo es catalizador, capaz de generar e impulsar esos deseos de transformación, con mentalidad perseverante, conjunta con la evaluación de las aptitudes de quienes rodean y se hacen no indispensables, pero si precisos para la productividad y favorecimiento de la labor y el desarrollo, por esto y más es posible “entender por “liderazgo”, fundamentalmente, la capacidad de ejercer influencia sobre otras personas, de manera que éstas puedan tomar las líneas propuestas como premisa para su acción. Esta influencia, no basada en el poder o autoridad formal, se puede ejercer en distintas dimensiones, especialmente en el plano organizativo, cuando una dirección logra alcanzar consenso y moviliza a la organización en torno a metas comunes. Cuando estos esfuerzos van dirigidos a la mejora de los aprendizajes de los alumnos, hablamos de liderazgo educativo o pedagógico.” (Bolívar A. , 2010)

### 3.3 MARCO DE ANTECEDENTES INVESTIGATIVOS

Tabla 1 Antecedentes Investigativos

TÍTULO	POBLACIÓN	INTRUMENTOS	RESULTADO	AUTOR-AÑO
<b>ESTUDIO COMPARATIVO DE AUTOESTIMA Y HABILIDADES SOCIALES EN PACIENTES ADICTOS DE UNA COMUNIDAD TERAPÉUTICA</b>	<p>La muestra se compone de 54 jóvenes consumidores sistemáticos de drogas ilícitas de 17 a 24 años de edad, residentes en gran Buenos Aires y zonas de influencia, que se encuentran concurriendo a la comunidad terapéutica Aylén.</p> <p>Grupo 1: 25 jóvenes que se encontraban en tratamiento en la etapa de admisión.</p> <p>Grupo 2: 29 jóvenes que se encontraban realizando tratamiento en etapa de reinserción social.</p>	<p>Para la recogida de datos se utilizó el Inventario de Autoestima de Barksdale y la Lista de Chequeo de Habilidades Sociales de Goldstein (1997), las cuales fueron adaptadas y validadas en el presente estudio para la población Argentina. Ambos presentan dos características fundamentales: son autoadministrables y guardan el anonimato. Está compuesto por 50 ítems y su tiempo de aplicación es de 20 minutos. Se puede aplicar de manera individual o colectiva a sujetos de 12 años en adelante.</p>	<p>Al comparar los resultados obtenidos por este grupo en la escala total de habilidades sociales en la etapa de reinserción social, con los resultados de la tabla de percentiles respectiva al grupo baremo, mostró a la media igual a 45.8, lo cual equivale a un Pc de 40, o sea un nivel normal de habilidades sociales. Por otra parte, la mediana y la moda iguales a 48 equivalen a un Pc que oscila entre 60 y 70, lo que se interpreta como un nivel normal de Habilidades sociales. Es decir, los jóvenes que se encuentran en esta etapa de reinserción social, presentan en promedio niveles normales de habilidades sociales.</p>	Alejandra Cattan 2005
<b>FAMILIA UNIVERSIDAD, CONTEXTOS</b>	<p>Muestra intencionada, de 150 estudiantes de primer año, voluntarios de ambos</p>	<p>Habilidades Sociales: Lista de chequeo de evaluación de</p>	<p>Si bien González (2010) señala que las habilidades sociales son fundamentales</p>	Bianca Dapelo Pellerano, Karina Cabrera Pérez,

<b>RELEVANTES PARA UN DESARROLLO INTEGRAL</b>	géneros, (50% varón y 50% mujeres). El 54% corresponde a carreras pedagógicas y un 46% a carreras no pedagógicas promoción 2012.	Habilidades Sociales (Arnold, Goldstein y cols., 1980) adaptado y validado por González (2002), categorizada en: alto: 188–250 pts.; medio: 118–187 pts.; bajo: 117–50 pts. En esta muestra se obtiene un alfa de Cronbach= .920.	para el éxito en la universidad y una orientación positiva hacia las metas académicas, en esta muestra de estudiantes universitarios, la percepción de un alto nivel en habilidades no va aparejada a un buen rendimiento académico, exceptuando las habilidades de planificación.	Tania González Lazo y Félix Lillo Zúñiga. 2013
<b>EVALUACIÓN Y TRATAMIENTO DE LA ANSIEDAD, DEPRESIÓN Y HABILIDADES SOCIALES EN PERSONAS SOBREVIVIENTES DE MINAS ANTIPERSONALES</b>	6 sujetos con edades entre los 23 y 49 años, todos de sexo masculino, con y sin escolaridad, los cuales correspondían a sobrevivientes de minas antipersonales que residen en la ciudad de Bucaramanga y no acuden a ningún tratamiento psicológico	La escala de habilidades sociales (EHS) (Gismero, 2002): contiene 33 ítems los cuales están redactados en el sentido de falta de aserción o déficit en habilidades sociales; está prueba está distribuida en sub-escalas que miden: autoexpresión en situaciones sociales, defensa de los propios derechos como consumidor, expresión del enfado y disconformidad el decir no y cortar interacciones, el hacer peticiones e iniciar interacciones	Hernández en 1999 presento que una persona que se expone a un evento traumático se ven alteradas en cuanto a sus habilidades sociales, puesto que modifica la identidad personal, la confianza en sí mismo y el sentimiento de pertenencia. Estos resultados se ven muy relacionados con lo que evaluó el estudio, por lo que encontró que existe déficit en la expresión de HHSS 93% total, identificando con mayor problema las relaciones con el dominio 20,67%, defensa de los propios derechos con un 16%, e interacciones con un 13, 83%.	Adriana del Pilar Niño Carrillo – Amparo Durán Mosquera

		positivas con el sexo opuesto. La prueba cuenta con una media de 0.40, y una desviación típica de 0.89 para adultos y jóvenes con una media de 0.37 y desviación típica de 0.86. Su coeficiente alfa total de la prueba es de 0.77		
<b>UN ESTUDIO COMPARATIVO SOBRE LAS HABILIDADES SOCIALES ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA</b>	La muestra estuvo conformada por 200 estudiantes universitarios de la carrera de Licenciatura en Psicología en la Universidad Nacional de Córdoba (Argentina), seleccionados por muestreo accidental. De los participantes 144 eran mujeres (72%) y 56 varones (28%), que se encontraban cursando primer y quinto año y que residían en la ciudad de Córdoba. Sus edades oscilaban entre los 18 y 25 años	Inventario de Habilidades Sociales (IHS-Del Prette; Del Prette y Del Prette, 2001). Elaborado para evaluar el repertorio interpersonal de estudiantes universitarios de Brasil. El inventario es un instrumento de autoinforme para la evaluación de las dimensiones comportamental molar, situacional y cultural de las HHSS. En su versión original, está compuesto por 38 ítems, cada uno describiendo una relación interpersonal y una posible reacción a aquella situación	Los resultados indican que un 30% de los jóvenes de primer año y un 39% de los de quinto año presentarían déficits en su repertorio general de habilidades sociales. Por otro lado, solo un 19% de primer año y un 20% de quinto presentarían un alto nivel de HHSS.	Lestussi, Alexandry Herrera; Freytes, M Verónica; López, Gladys E; Olaz, Fabián O. 2012

<b>EDUCAR HABILIDADES SOCIALES PARA PREVENIR EL ABUSO DE ALCOHOL EN LA ADOLESCENCIA</b>	<b>EN EL DE LA</b>	<p>La muestra está formada por 132 adolescentes de edades comprendidas entre 12 y 17 años, de ellos el 57,6% eran varones y el 42,4% mujeres. Su procedencia es diversa en cuanto a entorno social, familiar y educativa, algunos proceden de entornos desfavorecidos y/o conflictivos, otros están en centros de acogida, etc. Se han seleccionados entornos y en ellos a los adolescentes que reunían las características de edad.</p>	<p>Escala de habilidades Sociales (EHS) de Elena Gismero González (Gismero, 2002). Es una escala que permite evaluar el desarrollo de las habilidades sociales del sujeto a partir de seis factores: Autoexpresión, Defensa de los derechos, Expresión de enfado, Decir no y cortar, Hacer peticiones e Iniciar Interacciones.</p>	<p>Se observa que entre el grupo de No consumidores y el grupo de Consumo casual apenas hay una diferencia perceptible en las medias de cada factor, así como en la puntuación global. Por otra parte, en ambos grupos las puntuaciones de cada factor se mantienen próximas a la media de la muestra global. Pero el grupo de Consumidores habituales presenta unas puntuaciones muy dispares y que merecen atención: Hay factores que puntúan sensiblemente por encima de la media de la muestra global, y otros factores cuya puntuación media es muy inferior a la media de la muestra global, incluso la puntuación global de ese grupo de Consumidores habituales es muy inferior a la de los otros grupos.</p>	<p>María Senra Varela 2010</p>
<b>HABILIDADES SOCIALES Y ANSIEDAD SOCIAL EN FUMADORES Y</b>	<b>Y</b>	<p>La muestra estaba constituida de 182 sujetos, divididos en dos grupos: un grupo de fumadores (n= 90) y el otro de no</p>	<p>"Inventario de habilidades sociales" (Inventário de habilidades Sociais, IHS; Del Prette y Del Prette, 2001).</p>	<p>Se utilizaron las mismas variables, edad, sexo, escolaridad e ingresos del grupo a fin de hallar posibles predictores para</p>	<p>Rodrigues, Siviane Samoel; Oliveira, Margareth da Silva</p>

<b>NO FUMADORES</b>	fumadores (n= 92).	Se desarrolló y validó en Brasil y tiene como objetivo caracterizar el desempeño social frente a diversas demandas interpersonales: el trabajo, la escuela, la familia o la vida cotidiana. Cuenta con 38 ítems de autoinforme para evaluar el conjunto de habilidades sociales y tiene una estructura de cinco factores: Autoafirmación y el enfrentamiento a los riesgos (F1), Autoafirmación en la expresión de sentimientos positivos (F2), Conversación y desenvoltura social (F3), Auto exposición a desconocidos y a nuevas situaciones (F4) y Autocontrol de la agresividad (F5).	las habilidades sociales. Las puntuaciones del IHS fueron dicotomizadas con miras a utilizar el percentil 25 como punto de corte. Ninguna variable fue significativa a través de la regresión logística, evidenciándose de ese modo, que las variables analizadas no poseen factor de riesgo o de protección con relación a las habilidades sociales.	2010
<b>HABILIDADES SOCIALES Y ACOSO ESCOLAR: UN ESTUDIO EN</b>	La muestra objeto de estudio está formada por 91 sujetos de los que 52 son varones y 39 mujeres,	Escala de Habilidades Sociales (EHS) de Elena Gismero González (Gismero, 2002). Es una	Los resultados obtenidos en los factores de la escala de habilidades sociales se observa que las mujeres	Buey, Ma Luisa Dueñas; Varela, María Senra 2009

<b>CENTROS DE ENSEÑANZA SECUNDARIA MADRID</b>	<b>DE DE</b> de edades comprendidas entre los 13 y 14 años. Los datos se recogieron directamente en dos institutos de Madrid.	escala que permite evaluar el desarrollo de las habilidades sociales del sujeto.	obtienen mejor puntuación en los factores que implican expresión de sentimientos y componentes verbales, tienen más habilidad que los varones para la autoexpresión en situaciones sociales y se manejan mejor para expresar su enfado o disconformidad o para decir no y cortar interacciones; también son más habilidosas que los varones para hacer peticiones. Por otra parte, los varones obtienen una mayor puntuación en la habilidad de defensa de los propios derechos como consumidor y también para iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto.	
<b>LA LIGA DE ALUMNOS AMIGOS: DESARROLLO DE LAS HABILIDADES SOCIALES DEL ALUMNADO PARA PRESTAR APOYO SOCIOEMOCIONAL</b>	Un total de 168 alumnos de una escuela de Educación Secundaria de Braga (Portugal)	El instrumento para evaluar el desarrollo de las habilidades sociales fue construido por los equipos que constituían el proyecto europeo Training and Mobility for Researchers, en el que se encontraba integrada esta acción de	A la vista de los datos concluimos que la formación realizada con los alumnos se muestra eficaz para desarrollar y/o mejorar ciertas habilidades sociales en los alumnos. Habilidades sobre todo relacionadas con la resolución de conflictos, la empatía, el respeto por los	Juan Luís Benítez Muñoz, Ana María Tomás de Almeida y Fernando Justicia 2017

		<p>intervención. Se trata de una escala tipo Likert con un rango de res-puesta de 1 a 5 (siendo 1 la puntuación más baja y 5 la más alta) con 31 ítems. Al realizar un análisis factorial observamos la existencia de factores que a) habilidades de ayuda b) empatía c) respeto por los demás, d) auto concepto, e) resolución de conflictos/ f) habilidades de comunicación y g) interacción social.</p>	<p>compañeros, la disponibilidad de ayudar a los demás, la interacción social y el auto concepto.</p>	
<p><b>HABILIDADES SOCIALES Y HABILIDADES COGNITIVAS EN ADOLESCENTES QUE VIVEN BAJO CONDICIONES DE POBREZA</b></p>	<p>En la muestra se toman adolescentes entre los 11 y 12 años del barrio Tucumán de una provincia de Argentina que viven bajo condiciones de pobreza</p>	<p>Para la evaluación de las habilidades cognitivas se emplean cuatro subtests de la Escala de Inteligencia para niños y adolescentes de Wechsler (WISCIII) y para las HHSS The Matson Evaluation of Social Skills in Youngsters (MESSY).</p>	<p>Relevancia social por cuanto ambas habilidades –cognitivas y sociales- contribuyen a la permanencia del adolescente en el sistema educativo, y esta es una eficaz forma de inclusión social, especialmente para aquellos que viven en condiciones socialmente vulnerable. Están previstas acciones de transferencia al sistema educativo que contribuyan a generar en el adolescente nuevos modos de</p>	<p>Caballero, Silvina Valeria Cohen Imach, Silvina Coronel, Claudia Paola Esterkind, Ana Elena Hormigo, Ana Karina Lacunza, Ana Betina Levin, Mariel Mejail, Sergio -</p>

			pensar y evitar comportamientos disfuncionales tales como la violencia o el aislamiento.	(Alta 2010)
<b>HABILIDADES SOCIALES, CLIMA SOCIAL FAMILIAR Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS</b>	Para su realización se evaluó a 205 estudiantes, de ambos sexos, mayores de 16 años, que cursaban el I ciclo de estudios en Psicología, procedentes de Universidad Particular de San Martín de Porres y de Universidad Nacional Mayor de San Marcos	Lista de Chequeo de Habilidades Sociales de Goldstein, traducida y adaptada a Perú por Ambrosio Tomás entre 1994 – 95 y la escala de clima social en la familia de Moos y Trickett estandarizada en el Perú por Ruiz y Guerra en 1993. Los resultados de la investigación fueron procesados por el coeficiente de correlación de pearson, prueba chi cuadrado, media y desviación estándar, el coeficiente alfa de cronbach.	Los resultados arrojaron una correlación positiva y significativa entre habilidades sociales y el clima social en la familia, encontrándose también que no existe estadísticamente una correlación significativa entre habilidades sociales y clima social en la familia con el rendimiento académico; se encontró además que en relación con las variables habilidades sociales y clima social en la familia más del 50% de los alumnos de la muestra total se ubicaron en el nivel promedio (65.9% y 62.7% respectivamente) y en rendimiento académico solo un porcentaje bajo de alumnos (9.8%) obtuvo notas desaprobatorias.	Carmen Rosa García Nuñez Del Arco (2005)
<b>HABILIDADES SOCIALES Y RENDIMIENTO ACADÉMICO: UNA</b>	Participaron 245 estudiantes (65,7% mujeres y 34,3% varones) de último año de	Inventario de Habilidades Sociales para Adolescentes (Adaptado de Inderbitzen y Foster,	En lo que respecta a la variable habilidades sociales, el puntaje mínimo observado del TISS fue de 36 y el	Gabriela Oyarzún Iturra, Claudia Estrada Goic* , Eduardo

<b>MIRADA DESDE EL GÉNERO</b>	enseñanza secundaria pertenecientes a la comuna de Punta Arenas, de tres establecimientos municipalizados correspondiendo al 35% de la población total, con una edad promedio de 16,5 años. Se utilizó un diseño no experimental transversal correlacional.	1992, en Arón y Milicic, 1994) Test Sociométrico (Moreno, 1954) Rendimiento Académico	máximo de 100 (M = 72) en una escala hipotética que comprende desde 0 a 100. En el test sociométrico, la cantidad mínima 24 de aceptaciones fue de 0 y la máxima de 11 (M = 2,71); respecto a los rechazos, la cantidad mínima fue de 0 y la máxima de 28 (M = 2,41). La medición de rendimiento académico mostró una nota mínima de 4,5; mientras que la máxima fue de 6,9 (M = 5,8).	Pino Astete, Miriam Oyarzún Jara (2012)
<b>ESTUDIO SOBRE LA ASERTIVIDAD Y LAS HABILIDADES SOCIALES EN EL ALUMNADO DE EDUCACIÓN SOCIAL</b>	La muestra está compuesta por 195 sujetos. Como criterio de inclusión tenemos sujetos matriculados en la titulación de Educación Social, en cualquier curso y turno.	El instrumento utilizado en el estudio ha sido la Escala de Habilidades Sociales (Gismero, 2000).	Los estudios demuestran que los alumnos y alumnas que han recibido una adecuada formación en habilidades sociales, mejoran su conducta interpersonal en aceptación social entre sus compañeros/as, asertividad, repertorio de habilidades sociales, autoconcepto y autoestima. Esta será nuestra hipótesis y finalidad en el proyecto de intervención de habilidades sociales en el alumnado de educación social.	Antonio Daniel García Rojas (2010)
<b>HABILIDADES SOCIALES Y</b>	Participaron en este estudio 358 alumnos/as de	El Cuestionario de Dificultades	Los sujetos de baja habilidad social desarrollan más	Maite Eceiza, Modesto Arrieta,

<b>CONTEXTOS DE LA CONDUCTA SOCIAL</b>	1º, 2º y 3º curso de las Escuelas de Magisterio de Bilbao, Donostia y Vitoria/Gasteiz. De la muestra total, 311 son mujeres y 47 hombres.	Interpersonales (CDI), de creación propia, consta de 36 ítems que recogen hasta once tipos de conducta (1. defensa de los derechos como consumidor	pensamientos negativos y menos pensamientos positivos sobre su conducta que los sujetos de alta habilidad social. Se puede afirmar, asimismo, que el cuestionario (CDI) tiene capacidad para discriminar en qué contextos de interacción presentan las mayores dificultades interpersonales los participantes en el estudio.	Alfredo Goñi (2008)
--	---	--	--	---------------------

## 4. METODOLOGIA

### 4.1 TIPO, DISEÑO E HIPÓTESIS DE INVESTIGACIÓN

#### 4.1.1 Tipo de investigación

La investigación es de tipo empírico-analítica de tipo cuantitativo que pretende evaluar el efecto de las salidas académicas del área de recreación en las habilidades sociales y de liderazgo de los estudiantes de 5° y 6° semestre del programa Ciencias del Deporte y la Recreación, 2015.

#### 4.1.2 Diseño

Investigación cuasi-experimental, sin grupo control, con pre prueba y post prueba.

Ge:  $X_1$  Y  $X_2$

En donde:

**Tabla 2 Esquema de investigación**

<b>Ge</b>	Grupo experimental
<b>X1</b>	Pre prueba
<b>Y</b>	Estímulo experimental (las salidas académicas del área de recreación)
<b>X2</b>	Post prueba

#### 4.1.3 Hipótesis

**Hipótesis de investigación:** Las salidas académicas del área de recreación tienen un efecto positivo en las habilidades sociales de los estudiantes de 5° y 6° semestre del Programa Ciencias del Deporte y la Recreación.

**Hipótesis nula:** Las salidas académicas del área de recreación No son un instrumento educativo de aprendizaje y desarrollo de las habilidades sociales en los estudiantes de 5° y 6° semestre del programa ciencias del deporte y la recreación

### 4.2 POBLACIÓN

La investigación tuvo una población estudio total de 86 estudiantes del programa Ciencias del Deporte y la Recreación de 5to y 6to semestre, quienes cursaron las

asignaturas Modalidad Recreativa I y Modalidad Recreativa II. Con un total de 56 hombres (21 Modalidad Recreativa I y 35 para modalidad recreativa II) y 30 mujeres (12 Modalidad Recreativa I y 18 en Modalidad Recreativa II) quienes oscilan entre los 18 y 27 años de edad. Los estudiantes se hicieron presentes en las salidas académicas “CAMPAMENTO DE INNOVACION METODOLOGICA EN RECREACIÓN CAMPING GUAYACANES” y “CAMPAMENTO DE ESTRATEGIAS DE EDUCACION EXPERIENCIAL Y ECOAVENTURA TOLÚ” correspondientemente.

#### **4.2.1 Criterios de inclusión:**

- Ser estudiante activo de la UTP y el programa CDR.
- Estar matriculado en las asignaturas del área de recreación que desarrollan las salidas académicas.
- Participar de las salidas académicas del área de recreación en 5to o 6to semestre académico.
- Participar voluntariamente del proyecto de investigación.

#### **4.2.2 Criterios de exclusión:**

- No diligenciar el pretest.
- Estar matriculado en la asignatura y no participar de la salida.
- Presentar trastornos o problemas emocionales.
- Ser repitente de alguna de las asignaturas donde se lleva a cabo las salidas académicas.
- Faltar al 20% de las actividades desarrolladas en la salida académica.
- Estar participando de otro proceso de formación relacionado con habilidades sociales y de liderazgo.

### **4.3 VARIABLES**

#### **4.3.1 Variable independiente**

Comprende las salidas académicas del área de recreación, que consiste en un conjunto de actividades recreativas y de educación experiencial, realizado en un entorno diferente, adecuado y retador facilitando así el aprendizaje por medio de actividades vivenciales. En ambas salidas académicas los estudiantes estuvieron a cargo de docentes y monitores que les facilitaran el aprendizaje de cada una de las actividades, las cuales dentro de los objetivos tienen el desarrollo y afianzamiento de las habilidades sociales y de liderazgo.

### 4.3.2 Variable dependiente

#### Las Habilidades Sociales y de Liderazgo

Las siguientes son las habilidades sociales y de liderazgo que fueron utilizadas para la presente investigación. A continuación serán definidas cada una de ellas; dichas definiciones fueron tomadas del trabajo de validación de un cuestionario de inteligencia emocional por (Mercado Tóbias & Ramos Callejas, 2001)

**1. Comunicación:** Es la habilidad para manifestar por medio del lenguaje verbal o no verbal sentimientos, emociones, pensamientos e ideas, entre otros. Es la aptitud que tienen algunas personas de ser efectivas en el intercambio, registrando las pistas emocionales para afinar su mensaje, enfrentar directamente los asuntos difíciles, saber escuchar, buscar el entendimiento mutuo y compartir información de buen grado.

**2. Empatía:** se refiere a entender los sentimientos, emociones, necesidades y preocupaciones de los otros, es decir, comprender los intereses de los demás para tenerlos en cuenta.

**3. Autocontrol:** Se refiere a manejar los propios estados de ánimo, impulsos y recursos, teniendo en cuenta que las emociones en sí mismas no son ni buenas ni malas. Se necesita tomar el mando de nuestros pensamientos, dirigir oportunamente nuestras excitaciones nerviosas, llegar a ser buenos solucionadores de problemas, asumir las responsabilidades del propio desempeño laboral, flexibilidad en el manejo de las situaciones de cambio, sentirse cómodo con la nueva información, ideas o situaciones

**4. Automotivación:** Es usar nuestro sistema emocional para canalizar todo el sistema y mantenerlo en funcionamiento, es decir, tendencias emocionales que guían o facilitan el cumplimiento de las metas establecidas. Se presenta un esfuerzo por mejorar o alcanzar la excelencia, para esto, contamos con nuestro pensamiento positivo, visualización, respiración abdominal, sentido del humor, actividad física, amigos, familia, colegas, un mentor emocional, ya sea real o ficticio, y el propio entorno

**5. Autoconocimiento:** Se refiere a averiguar cómo hacemos nuestras evaluaciones y cómo manejamos simultáneamente nuestros papeles de actores y observadores al mismo tiempo, reconocer los propios estados de ánimo, los recursos y las intuiciones. Hay que identificar las propias emociones, conocer las propias fortalezas y limitaciones.

**6. Relaciones con los demás:** Depende del poder idear efectivas tácticas de persuasión, saber escuchar abiertamente al resto y elaborar mensajes convincentes, negociar y resolver los desacuerdos que se presenten en el equipo de trabajo, inspirar y guiar a los individuos del grupo, iniciar o administrar las

situaciones nuevas, alimentar y reforzar las relaciones interpersonales, trabajar con otros para alcanzar metas, ser capaz de crear empatía para la consecución de metas colectivas.

**7. Autoestima:** Es el concepto que cada individuo tiene de sí mismo, puede ser positivo o negativo. Es tener un fuerte sentido del propio valor y capacidad.

8. Liderazgo: Howard Gardner define a la competencia como la capacidad que tiene una persona para solucionar problemas reales y para producir nuevos conocimientos; allí intervienen tres elementos: el individuo (habilidades, técnicas y destrezas), la especialidad (conocimiento) y el contexto (problema o situación real).

Según Spencer & Spencer, explican los componentes de las competencias por medio de un modelo iceberg, el cual nos indica que las habilidades y el conocimiento se encuentra en la superficie, lo que explica que estos conceptos son más fáciles de adquirir y desarrollar. Otros conceptos como el auto concepto, rasgos y motivos se encuentran en la parte más profunda del iceberg, lo que explica que son más difíciles de desarrollar y requieren mayor tiempo y esfuerzo.

### **4.3.3 Variables de confusión**

Las variables que podrían alterar el efecto de las SA en la HHSS son:

- Experiencia previa
- Participación alterna en otro proceso de formación relacionado con habilidades sociales
- Error en el diligenciamiento de los cuestionarios

Estas variables serán controladas mediante la indagación previa de las actividades realizadas por los participantes así como la solicitud de no participar en otros procesos de formación además de este proyecto de investigación.

## **4.4 TECNICAS E INSTRUMENTOS**

### **4.4.1 Descripción de las técnicas e instrumentos**

#### **CUESTIONARIO PARA LA MEDICIÓN DE INTELIGENCIA EMOCIONAL DE ADRIANA MERCADO TÓBIAS Y JIMENA MERCADO CALLEJAS**

El cuestionario fue construido teniendo como base los diferentes estudios realizado por autores que se han interesado en el tema, tales como: Hendrie Weisenger (1998), David Ryback (1998), Robert Cooper (1998) F. Silva morena

(sin fecha), Claunder Steiner (1998) J y S Simmons (1998), S Robbins (sin fecha) María Isabel Ramírez y Carlos Mario McEwen (1998).

El siguiente es el test utilizado para medir el nivel de las habilidades sociales de los estudiantes implicados en la investigación; el test se categoriza de la siguiente manera: relaciones con los demás, comunicación, autocontrol, autoconocimiento, autoestima, automotivación, empatía, fue validado por medio de evaluación de consistencia interna, por medio de la prueba chi cuadrado, con un nivel de probabilidad asociado a un alfa 0.05; obteniendo un total de 120 ítems.

La categoría se identifica con un color diferente entre sí en la hoja de respuestas del investigador e indica la valencia del ítem, cuando siempre es 4 y cuando es 1. Este test por medio de las afirmaciones del cuestionario que se clasificaron en 7 categorías, da a saber los niveles de: comunicación, empatía, autoconocimiento, automotivación, autocontrol, relaciones con los demás y autoestima.

Dichas categorías se operacionalizaron así:

**Tabla 3 Categorías del test de inteligencia emocional**

<b>CATEGORIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>	<b>#DE ITEMS</b>	<b>POSITIVAS</b>	<b>NEGATIVAS</b>
<b>Relaciones con los demás</b>	17.5%	21	11	10
<b>Comunicación</b>	16.6%	20	13	7
<b>Autocontrol</b>	15.8%	19	12	7
<b>Autoconocimiento</b>	12.5%	15	10	5
<b>Autoestima</b>	12.5%	15	6	9
<b>Automotivación</b>	10.8%	13	7	6
<b>Empatía</b>	10%	12	7	5
<b>Ítems de control</b>	4.1%	5	2	3
<b>TOTALES</b>	100%	120	68	52

## **TEST DE LIDERAZGO – MARISOL ESPINO**

Este test de liderazgo natural como lo denomina la Licenciada Marisol Espino fundadora de la empresa Excellence Capacitación Ejecutiva, S.C. está compuesto por un total de 15 ítems, en los cuales se debe responder entre verdadero y falso con una puntuación de 0 o 3 según este definido en cada pregunta; el test permite un auto-diagnóstico sobre el nivel de liderazgo.

Para saber el resultado del test solo se debe sumar la puntuación de acuerdo a la siguiente tabla.

**Tabla 4 Tabulación test de liderazgo Marisol Espino**

1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.	11.	12.	13.	14.	15.
F=0	F=0	F=3	F=3	F=0	F=0	F=0	F=3	F=0	F=0	F=3	F=0	F=0	F=3	F=0
V=3	V=3	V=0	V=0	V=3	V=3	V=3	V=0	V=3	V=3	V=0	V=3	V=3	V=0	V=3

Después de que se realice la sumatoria de cada una de las preguntas se observa en la siguiente tabla según puntuación el nivel de liderazgo.

**Tabla 5 Tabulación test de liderazgo Marisol Espino**

Puntuación entre 0 y 16	Tus conductas no corresponden con las actuaciones que describen el ejercicio de un liderazgo eficaz. Debes desarrollar aspectos para aprender a ser un buen líder. Es importante que valores la honestidad y la generosidad, como aspectos básicos a la hora de ejercer un rol de liderazgo apropiado. El líder mantiene siempre unos principios y unos valores claros, y éstos son la base de su comportamiento.
Puntuación mayor que 16 y menor que 30	Tu desempeño no corresponde al de un buen líder todavía, pero posees algunas características que son básicas para la potenciación y el desarrollo de un liderazgo eficaz. Debes replantearte ciertos aspectos, y reflexionar en profundidad respecto a la mejor manera de superarte, a fin de llegar a desempeñar el rol de líder de forma apropiada. Es importante que valores la honestidad y la generosidad, como aspectos básicos a la hora de ejercer un rol de liderazgo apropiado. ¡Sigue en esta línea, Vas por buen camino!
Puntuación igual o mayor que 30	¡Eres un líder nato! Posees el carisma necesario para ejercer una influencia positiva entre tus seguidores. No obstante, tienes que continuar desarrollando, conociendo y practicando los principios aportados por tu experiencia como conductor. Recuerda... ¡EL LIDER NACE Y SE HACE! Sin duda, no te faltan cualidades para determinar que eres un líder natural. Para ello, se requieren una serie de competencias, conocimientos, ciertas aptitudes, destrezas, habilidades y tú posees esas actitudes que favorecen el desempeño de un liderazgo eficaz. Eres un buen comunicador, pero no debes olvidar la importancia de la generosidad, y la autenticidad para con las personas que te siguen y que creen en ti. Confías en ti mismo, y tienes un gran sentido de la misión y de la responsabilidad.

#### 4.4.2 Técnicas

##### **Pre-Prueba:**

El instrumento fue aplicado en horas clases a ambos grupos de investigación; tanto a modalidad recreativa I y modalidad recreativa II. El instrumento fue diligenciado a mano de forma individual por cada uno de los estudiantes diez (10) días antes de realizarse las Salidas Académicas.

##### **Estimulo:**

Se realizan las salidas académicas “CAMPAMENTO DE INNOVACION METODOLOGICA EN RECREACIÓN CAMPING GUAYACANES” y “CAMPAMENTO DE ESTRATEGIAS DE EDUCACION EXPERIENCIAL Y ECOAVENTURA TOLÚ” donde ejecutan actividades propias para el desarrollo de ciertas habilidades sociales y los estudiantes se verán inmersos en el aprendizaje vivencial.

##### **Post- Prueba:**

Se realizó de nuevo el cuestionario aplicado con anterioridad, diez (10) días después de que ambos grupos llegaron de las salidas académicas. Tanto el test de liderazgo como el Test de inteligencia emocional para evaluar las HHSS, al mismo grupo de estudiantes, esto con el objetivo de medir en qué nivel aumento o disminuyo el desarrollo de las HHSS y liderazgo en contraste con la pre prueba.

#### 4.4.3 Validación

A partir de los resultados de la prueba piloto y el juicio de expertos emitido por Norman Jairo Pachón y Jhon Jairo Trejos Parra se realizaron las siguientes modificaciones:

##### **Test de Inteligencia Emocional**

1. Afirmación N°44 Prescindo con facilidad de los demás. Hubo confusión en el concepto y definición de la palabra; por lo que se aconseja utilizar un sinónimo de la misma que cumpla con el mismo objetivo. La afirmación queda de la siguiente manera: Necesito con facilidad de los demás.
2. Afirmación N°77 Me preocupo si a los demás les gusta estar conmigo. Hubo confusión en la afirmación, pero se llega a la conclusión de que la pregunta está categorizada en la HS autoestima por lo tanto se encuentra bien redactada.
3. Afirmación N°87 Siento que soy una persona desaprovechada. Se consideró que la palabra desaprovechada puede presentar confusión dentro de las percepciones, para ello se modifica la afirmación: Siento que los demás no me aprovechan.
4. Se sugirió que para términos de no utilización de evaluación bioética, no es necesario que el encuestador brinde información general tal como: Nombre e email.

5. Se sugirió cambiar en la información general la palabra Sexo por Género por cuestión de concepto.
6. Se sugirió que se revisen el diseño de las tablas en cuanto a su forma en el cierre de las mismas
7. Añadir al encabezado de las instrucciones la manera en cómo se marcan las respuestas.
8. El Experto sugirió que se debería añadir la pregunta N° 121 como pregunta control, esta no será tabulada dentro del instrumento

### **Test de Liderazgo**

1. Se sugirió que para términos de no utilización de evaluación bioética, no es necesario que el encuestador brinde información general tal como: Nombre e email.
2. Se sugirió cambiar en la información general la palabra Sexo por Género con cuestión de concepto.
3. Añadir al encabezado de las instrucciones la manera en cómo se marcan las respuestas

### **4.5 EVALUACIÓN BIOÉTICA**

La presente corresponde a una “investigación con riesgo mínimo” por las siguientes razones: 1. Los test a realizar no agreden moral ni emocionalmente a los estudiantes, sólo determina las deficiencias y competencias que tiene una persona en sus habilidades sociales, además de identificar el uso de la variedad de habilidades sociales y de liderazgo, personales e interpersonales 2. El aprendizaje vivencial no lesiona o agrede a ninguno de los participantes inmensos en las actividades. 3. De acuerdo con lo expresado por la Coach, psicóloga y escritora (Navarro) “El aprendizaje vivencial permite extraer de cada persona su propio estilo, capacidades, competencias y habilidades a través de las diferentes experiencias que las acciones formativas presentan. De esta manera, trabajarás, sí, pero siempre desde lo que tú eres, desde tus características y desde tu propia experiencia”; En resumen, el riesgo es mínimo y los beneficios potenciales son bastante considerables.

Se informó adecuadamente sobre todo lo relacionado con la investigación a cada uno de los estudiantes, se creó un consentimiento informado que fue diligenciado por cada uno de los estudiantes de ambos grupos de investigación, estos decidieron de manera individual la participación dentro de la investigación.

## 5. PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE LOS DATOS

El reciente trabajo de investigación tuvo como objetivo evaluar las habilidades sociales y de liderazgo de los estudiantes de 5° y 6° semestre del programa Ciencias del Deporte y la Recreación, consistente al cumplimiento de las salidas académicas del área de Recreación, con antelación y posteriormente a estas actividades como requisito de cada asignatura evaluada por medio del diligenciamiento de instrumentos de investigación (**Anexo 1. Bitácora de salidas académicas**) en las competencias de habilidades sociales y de liderazgo a los estudiantes de las asignaturas Modalidad Recreativa I y Modalidad Recreativa II del programa Ciencias del Deporte y la Recreación de la Universidad Tecnológica de Pereira. Para ello, se utilizó el cuestionario “Inteligencia emocional” (Tobias & Jimena Ramos Callejas, 2001) siendo un instrumento planteado para la medición de la inteligencia emocional. La prueba se basa en las competencias emocionales identificadas por el Dr. Daniel Goleman validado en práctica dentro de la cultura Latinoamericana, especialmente en Colombia respecto a la inteligencia emocional, midiendo 7 categorías.

De esta forma se resalta la importancia de la constante pertenecía de los estudiantes por el proceso de formación, evaluando no solo las competencias académicas adquiridas en este proceso, sino además su evaluación personal, identificando las instancias a las que se han de atreverse por medio de salidas académicas que ponen de cara situaciones que han de afrontar en el camino de la construcción en un perfil profesional, de esta forma se hace importante para los estudiantes universitarios, quienes vivencian a través de estas actividades en una práctica, lo que será su ejercicio profesional. Sumado a esto deben de ser reflexivos, ayudando a conocerse a sí mismos y poder acertar en soluciones relevantes y exitosas, de allí en adelante se empeñaran por fortalecer las condiciones que han de ver en las competencias emocionales, renovando y reforzando la función del ser y sentir en la sociedad en la que se desenvuelven.

Con el fin de obtener los resultados de esta indagación investigativa se procedió al diligenciamiento del cuestionario, los cuales fueron abordados en las aulas de clase; en el caso del pretest 10 días previos al respectivo cronograma de cada salida académica y el postest 10 días después de la misma. Posterior a esto se agrupó la información recolectada en los 172 cuestionarios correspondientes al pre y pos test, dividido en dos sesiones de 88 cuestionarios en el programa estadístico SPSS. Esta información fue consiguientemente filtrada para obtener los resultados pre y post estímulo.

**Tabla 6 Interpretación del nivel de inteligencia emocional**

<b>Puntaje alto</b>	Entre 361 y 480
<b>Puntaje medio</b>	Entre 241 y 360
<b>Puntaje bajo</b>	Entre 120 y 240

Determinados estos tres niveles por los autores del cuestionario, teniendo en cuenta que todas las preguntas debieron ser contestadas entre las opciones establecidas entre el puntaje mínimo, siendo 1, y el máximo, siendo 4. Obteniéndose un total de 58 afirmaciones con valencia negativa y 81 con valencia positiva.

**Tabla 7 Evaluación por dimensiones**

CATEGORIA	#DE ITEMS	MÁXIMO ESTIMADO
Relaciones con los demás	21	84
Comunicación	20	80
Autocontrol	21	80
Autoconocimiento	14	56
Autoestima	18	72
Automotivación	15	60
Empatía	12	48
TOTALES	121	480

Se cuentan con 5 preguntas control, planteadas por los autores originales del cuestionario, y en el planteamiento final del formulario se agrega una pregunta más por petición del experto como pregunta control, concretamente la 121 para ser pregunta control sobre la pregunta número 32, están divididas según las siete dimensiones categorizadas en el instrumento y para el análisis se suma las medidas de las preguntas que conforman la competencias y se divide entre el puntaje que máximo que podría obtenerse de cada dimensión.

## 5.1 TRATAMIENTO DE LOS DATOS

Tras categorizar los datos pertinentemente e introducirlos en SPSS, se procede a realizar el análisis estadístico de cada variable a través de la T de WILCOXON con un nivel de confiabilidad del 95%. Para todos los casos se consideró:

- Si  $p > 0,05$ , no se aceptan diferencias estadísticas significativas y se acepta  $H_0$
- Si  $p < 0,05$ , se aceptan diferencias significativas y se rechaza  $H_0$ .

Teniendo en cuenta el contexto y las escalas de clasificación se proceden a mostrar los resultados.

## Descripción demográfica

**Tabla 8 Genero Grupo Modalidad Recreativa I**

Genero	Frecuencia	Porcentaje
FEMENINO	18	34,0
MASCULINO	35	66,0
Total	53	100,0

**Tabla 9 Edad Grupo Modalidad Recreativa I**

Edad	Frecuencia	Porcentaje
18	1	1,9
19	12	22,6
20	23	43,4
21	6	11,3
22	7	13,2
23	1	1,9
24	1	1,9
25	1	1,9
27	1	1,9
Total	53	100,0

Según los datos obtenidos de los estudiantes que corresponden a la asignatura de Modalidad Recreativa I desde las descripciones de la base de datos estratégicos e indicadores institucionales (Estadísticas e Indicadores Institucionales), corresponden al ser pertinente con el porcentaje de ingresos que se presentaron al programa Ciencias del Deporte y la Recreación en el segundo semestre del 2011, siendo consecuente con el 66% de género masculino y el 34% del género femenino al presente periodo académico, constituyendo el equivalente a la continuidad de edad desde su ingreso hasta en la actualidad, representado en el 20,4 en la media encontrada dentro de los indagados.

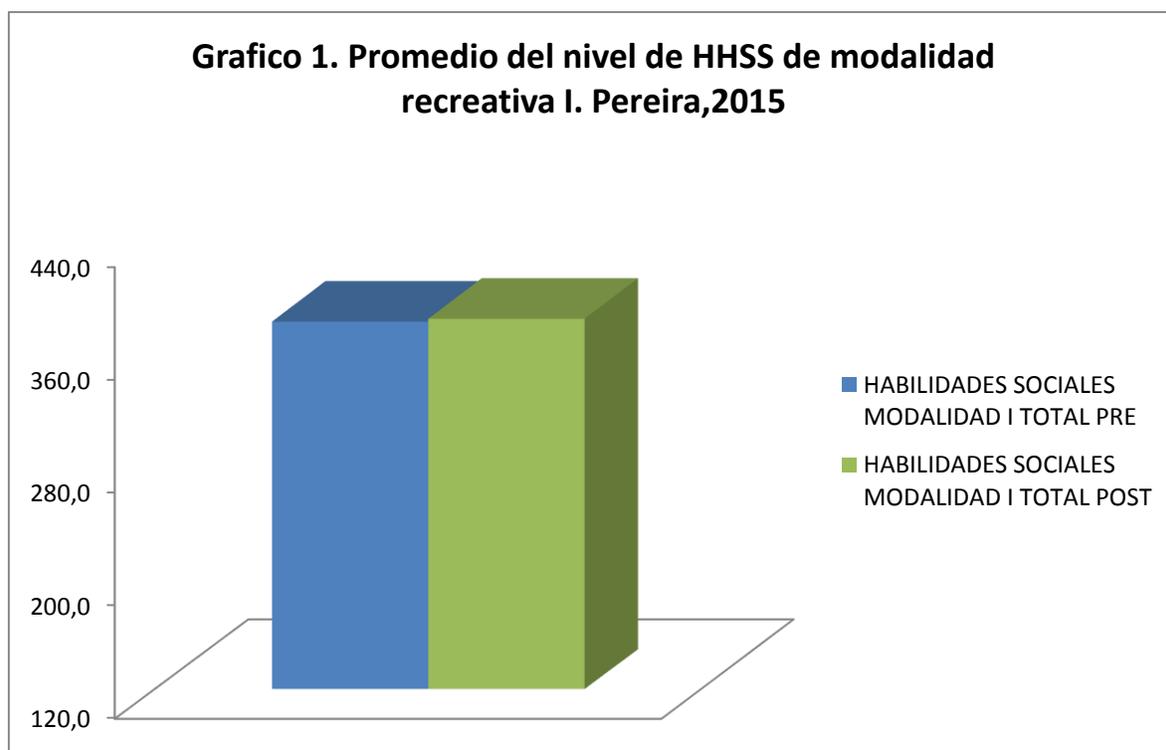
**Tabla 10 Genero Grupo Modalidad Recreativa II**

Género	Frecuencia	Porcentaje
FEMENINO	14	42,4
MASCULINO	19	57,6
Total	33	100,0

**Tabla 11 Edad Grupo Modalidad Recreativa II**

Edad	Frecuencia	Porcentaje
19	1	3,0
20	17	51,5
21	1	3,0
22	7	21,2
23	3	9,1
25	2	6,1
27	2	6,1
Total	33	100,0

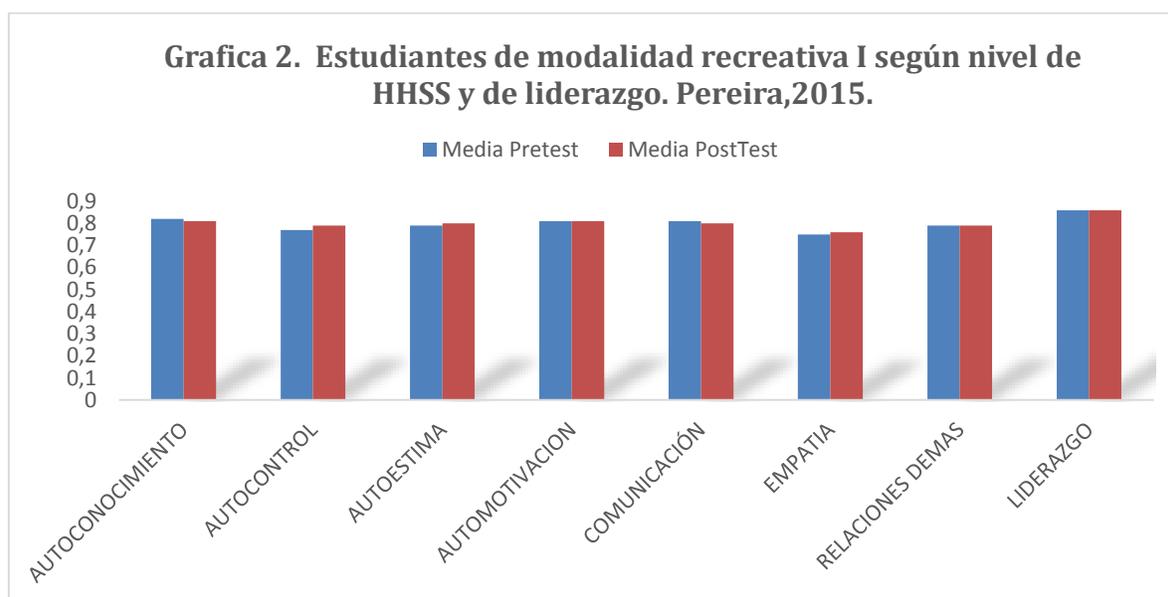
Según la tabla N° 8 se puede inferir que predomina el género masculino con un 66,0 % de la totalidad de los participantes en la salida académica de modalidad recreativa I, igualmente se refleja en la tabla N°10 que la salida de modalidad recreativa II presenta predominio en el género masculino con un 57,6%. Es importante tener en cuenta que las estadísticas de ingreso y admisiones del programa Ciencias del Deporte y la Recreación muestran una superioridad en género masculino lo que se relaciona los porcentajes de género que se presentan en los estudiantes de 5to y 6to semestres del año 2015 I.



**Gráfico 1 Promedio del nivel de HHSS de modalidad recreativa I. Pereira, 2015**

**Tabla 12 Habilidades Sociales y de liderazgo grupo Modalidad Recreativa I**

HABILIDADES	N	Media Pretest	Media Postest	Sig. A sintónica Bilateral
AUTOCONOCIMIENTO	53	0,82	0,81	0,678
AUTOCONTROL	53	0,77	0,79	0,608
AUTOESTIMA	53	0,79	0,80	0,358
AUTOMOTIVACION	53	0,81	0,81	0,821
COMUNICACIÓN	53	0,81	0,80	0,594
EMPATIA	53	0,75	0,76	0,516
RELACIONES DEMAS	53	0,79	0,79	0,888
LIDERAZGO	53	0,86	0,86	0,630



**Gráfico 2 Estudiantes de modalidad recreativa I según nivel de HHSS y de liderazgo. Pereira, 2015**

Los resultados permiten observar que no se presentaron diferencias estadísticamente significativas entre los resultados pre test y post test en las habilidades evaluadas (8); sin embargo el grupo modalidad recreativa I se ubicó según la Tabla N° 6 Interpretación del nivel de inteligencia emocional (241-360) cuando fue aplicado el pretest con un promedio de 380,3, continuo a esto cuando se aplicó el postest el grupo mantuvo los valores ubicándose en el nivel alto (361-480) con un promedio de 382,3, como se refleja en el Grafico 1., evidenciando que el grupo posee múltiples fortalezas que se pueden seguir desarrollando durante el proceso académico de los próximos semestres y responde acorde a los objetivos planteados en la salida académica.

Se evidencia un comportamiento estable de los datos con niveles similares en el pre y postest sin diferencias significativas en las competencias evaluadas; como se observa en la tabla N°12 Habilidades Sociales y de liderazgo grupo Modalidad Recreativa I. Es importante reconocer que la salida académica de este semestre que tiene como principal enfoque el desarrollo de la innovación y la creatividad de los estudiantes y aunque en las actividades desarrolladas se trabajan algunas habilidades sociales de manera transversal; estas no son el principal objetivo de la misma.

A continuación se presentan los resultados de las ocho habilidades evaluadas, describiendo los comportamientos asociados según los niveles alcanzados por el grupo:

**Autoconocimiento:** Esta habilidad presenta estabilidad en los valores pretest (0,82) y postest a (0,81) alcanzando una ( $p=,678$ ) aun así se ha de identificarla como una habilidad en niveles de fortaleza, susceptible de alcanzar los niveles máximos de desarrollo, entendiendo que el autoconocimiento se refiere a la capacidad de averiguar cómo hacemos nuestras evaluaciones y cómo manejamos simultáneamente nuestros papeles de actores y observadores al mismo tiempo, reconocer los propios estados de ánimo, los recursos y las intuiciones; identificando las propias emociones, fortalezas y limitaciones (BARCELAR, 2002). Estrategias como los campamentos educativos con enfoque de desarrollo de habilidades sociales podrían contribuir a alcanzar los niveles máximos de autoconocimiento; contribuyendo a la mejoría progresiva en la toma de sus decisiones, el enfrentarse a sus responsabilidades, superando retos cada vez con un mayor grado de dificultad, argumentar su postura y comprender los resultados; habilidades fundamentales en los profesionales que deben enfrentarse a retos cada vez más exigentes.

**Autocontrol:** El termino auto-control, parece tener dos acepciones: en el sentido utilizado por (Cautela, 1971) parece denotar todos los casos de modificación del comportamiento auto-impuesto, mientras que en la forma utilizada por (Kafner & Phillips, 1970) se designan, únicamente, en casos de restricción o supresión de comportamientos auto-medidos. La modificación de hábitos y potencialización de otros es el objetivo clave de las técnicas que pretenden ser la utilidad del autocontrol visto con mayor claridad se direcciona al control de los impulsos y emociones en el quehacer como profesionales, sobre todo en los momentos en los que han de enfrentarse a un panorama diferente al usual, desde la confrontación, cansancio y frustración son propios de cada sujeto, generando una consecuencia sobre los sujetos con los que se interactúa, se establecen roles y comprende un engrama de su cotidianidad. Esta competencia paso en el pretest(,77) a un nivel de (,79) con una significancia positiva ( $p=,608$ ), sin ser estadísticamente significativa. Se identifica como una habilidad en niveles promedio con necesidades de ser estimulada para alcanzar su máximo potencial. Se espera en este nivel que el estudiante maneje efectivamente sus emociones, tome el control

de las situaciones, evitando la manifestación de emociones fuertes y logre soluciones rápidas y satisfactorias para la confrontación ante cualquier estímulo siendo práctico y recursivo.

**Autoestima:** La autoestima crea un conjunto de expectativas acerca de lo que es posible y apropiado para cada una. Estas expectativas tienden a generar acciones que se convierten en realidades y tales realidades confirman y refuerzan las creencias originales. Las estrategias de adaptación que adquiere la persona ante circunstancias adversas son útiles para protegerla de sufrimientos demasiado pesados de sobrellevar y liberar energías a través de encontrar otra perspectiva sobre la realidad. (Branden, 1995). El grupo presentó una significancia ( $p=0,358$ ) entre el previo y el post estímulo, al desarrollar esta competencia se permite mantener una actitud positiva y una mutua relación al generar nuevas ideas ante los acontecimientos o dificultades, enfrentarse ante la perspectiva del otro, sin imponer pero reafirmando los ideales, opiniones y deseos meritorios de la ejecución, esta competencia obtuvo un valor inicial de ( $,79$ ) y un postest de ( $,80$ ) permitiendo que continúe ubicándose en un nivel con tendencia a mejorar buscando que los sujetos manifiesten en su comportamiento una actitud proactiva en donde ve oportunidades en vez de amenazas, tiene expectativas positivas sobre los demás y una visión positiva del futuro.

**Automotivación:** Las competencias se aprenden, se adquieren con la práctica. Sin embargo, además de elementos de aprendizaje, toda competencia supone factores motivacionales. Para llegar a ser competente en cualquier área hace falta hallarse motivado a ello. El aspecto motivacional se manifiesta en la satisfacción que la persona obtiene en la interacción. (Plan de Acción Tutoriales: Gades, 2010). Es una competencia con un alto nivel lográndose mantener tanto en pretest como en el postest como ( $,81$ ) con una ( $p=,821$ ). Altos niveles de automotivación deberían manifestarse en sujetos que trazan objetivos superiores a los establecidos, estimulando desde la facilitación a la independencia, siendo positivos y anticipados. Encontrar el significado personal después de vivenciar diferentes experiencias, siendo un ambiente de aprendizaje paralelo entre el docente y el estudiante, aportando ideas y ejecuciones para concretar sus conocimientos, opiniones y necesidades de forma realista, presentando nuevas creaciones y trabajando hasta alcanzar las metas o retos propuestos.

**Comunicación:** Al generar diferentes maneras en las que un grupo puede comunicarse con los demás individuos, deben primero identificar como poder expresarse desde la individualidad, las actividades de la salida académica están pensadas para ser desarrolladas como prácticas de enseñanza colectiva, esta fue una de las habilidades que desde la observación llevo a una mejor ejecución y empatía general del grupo. Los resultados obtenidos del pre ( $0,81$ ) y post ( $0,80$ ) con una ( $p=594$ ) ubican esta habilidad en un nivel de fortaleza susceptible de seguir creciendo en el grupo, los comportamientos esperados y que aún han de seguir presentando progresos en el desempeño colectivo son representativos,

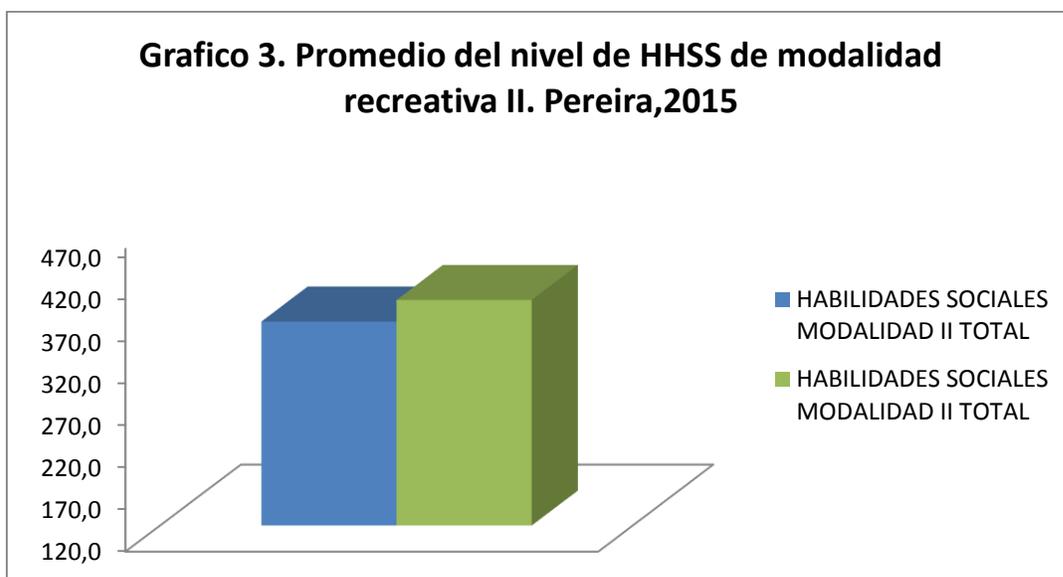
pues se espera que la estructuración de los mensajes del trasfondo de los retos particulares que son esenciales en el transcurso de las próximas salidas académica generen un impacto en los participantes, estos han de ser captados por cada uno de los interlocutores, y así se mejore y favorezca la aclaración del contenido, la expresión de ideas, entre el dar y recibir opiniones, siendo descriptivos y sagaces al momento de generar cada mensaje.

**Empatía:** Definida por (H., 2003) como la habilidad de explicar y predecir el comportamiento de uno mismo y de los demás atribuyéndoles estados mentales independientes, tales como creencias, deseos, emociones o intenciones. Los resultados de empatía en el grupo en el pretest ( $,75$ ) y posttest ( $,76$ ) con una  $(p=,516)$ , infieren una buena capacidad para percibir, interesarse y comprender los sentimientos de otros, así mismo el individuo capacidad para demostrar sus potenciales y sentimientos positivos en relación a otros; haciendo que el individuo interactúe con los acontecimientos de la vida y desde la resolución de problemas será competente, siendo capaz de establecer metas y trazar estrategias acorde a las actitudes y aptitudes específicas de cada persona que integre el grupo. Esta habilidad puede ser reforzada por los facilitadores del CAMPAMENTO DE INNOVACIÓN METODOLOGICA EN RECREACIÓN ya que se hace necesario en el transcurso de la programación el reconocer el estado de ánimo y el lenguaje no verbal de los demás, respetar y relacionarse bien con gente de diversas culturas y pensamientos y escuchar atentamente a los demás.

**Relación con los demás:** La relación con los pares es también un predictor de la adaptación escolar ya que se constituye en un recurso emocional que les permite adaptarse al estrés, un recurso cognitivo que les facilita resolver problemas, adquirir conocimientos, practicar y adquirir habilidades sociales (Hartup, Goldstein, & Morgan, 1992- 2002). Los niveles previos y los niveles posttest ( $,79$ ) con una  $(p=,888)$  muestran que es una competencia desarrollada dentro del grupo y sus niveles son cercanos al nivel de fortaleza. Estos niveles del grupo establecen una buena capacidad para trabajar por metas y objetivos comunes, creando espíritu de equipo, fomentando el complemento, suplencia o facilitación ante las dificultades de los miembros de un conjunto, la resolución de problemas específicos, facilitando las ideas que se tengan para la resolución de los retos que se les puedan plantear, el transmitir información de una manera más concisa y oportuna según la situación y entendimiento de cada uno e incluso reconocer a los compañeros cuando se alcanza el éxito.

**Liderazgo:** Fundamentalmente, la capacidad de ejercer influencia sobre otras personas, de manera que éstas puedan tomar las líneas propuestas como premisa para su acción. Esta influencia, no basada en el poder o autoridad formal, se puede ejercer en distintas dimensiones, especialmente en el plano organizativo, cuando una dirección logra alcanzar consenso y moviliza a la organización en torno a metas comunes. (Leithwood, 1994) Esta aptitud permanente y fundamental en todos los profesionales en formación y considerada como una habilidad

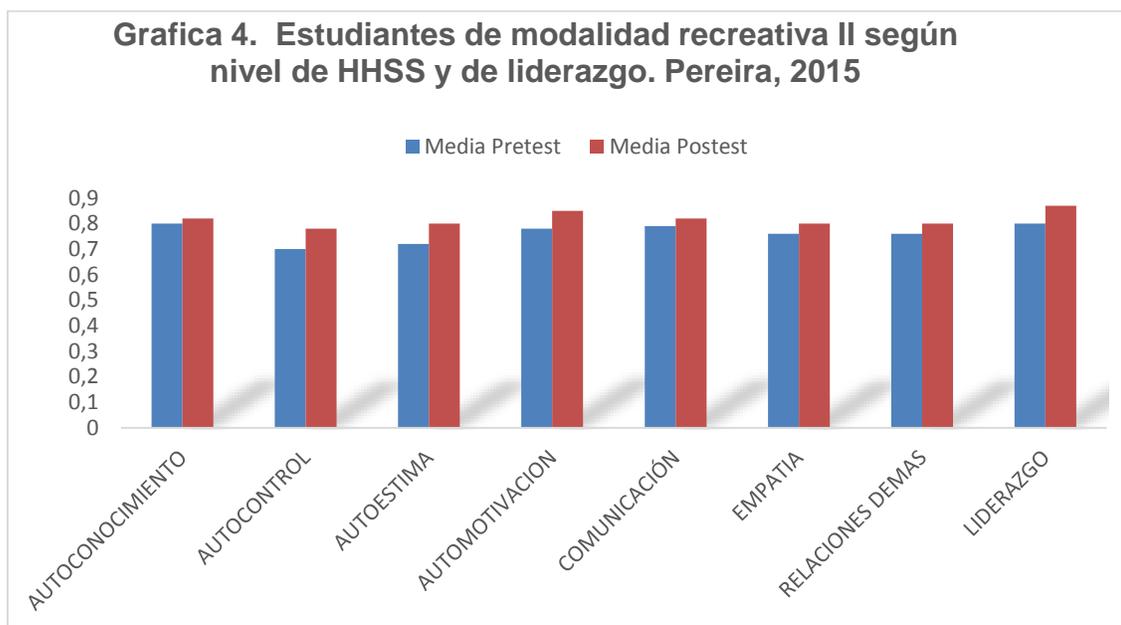
tradicionalmente clave para el desarrollo eficaz de cualquier grupo de trabajo. Obtener altos niveles de liderazgo es un elemento esencial para los futuros profesionales que pretenden convertirse en gestores del talento humano, líderes para la transformación social que promueven el aprendizaje significativo. Es así como el liderazgo fue la competencia con mayores niveles de desarrollo (0,86) pretest y post con una ( $p=,630$ ). En este nivel se espera que el sujeto oriente la acción de su grupo garantizando el cumplimiento de los objetivos propuestos dentro y fuera de la asignatura, inspirándose en los valores de acción, de tal forma que es identificado por los miembros de un equipo, anticipándose a los resultados siendo proactivo, estableciendo los indicadores y así determinar acciones de acuerdo a los resultados, emprendiendo el seguimiento y retroalimentación constante, emprendiendo nuevas habilidades y destrezas productivas en el desarrollo del ejercicio como profesional.



**Gráfico 3 Promedio del nivel de HHSS de modalidad recreativa II. Pereira, 2015**

**Tabla 13 Habilidades Sociales y de liderazgo grupo Modalidad Recreativa II**

HABILIDADES	N	Media Pretest	Media Postest	Sig. A sintónica Bilateral
AUTOCONOCIMIENTO	33	0,80	0,82	0,474
AUTOCONTROL	33	0,70	0,78	0,000
AUTOESTIMA	33	0,72	0,80	0,001
AUTOMOTIVACION	33	0,78	0,85	0,001
COMUNICACIÓN	33	0,79	0,82	0,169
EMPATIA	33	0,76	0,80	0,026
RELACIONES DEMAS	33	0,76	0,80	0,015
LIDERAZGO	33	0,80	0,87	0,017



**Gráfico 4 Estudiantes de modalidad recreativa II según nivel de HHSS y de liderazgo. Pereira, 2015**

Los resultados permiten observar diferencias positivas en la totalidad de las categorías (8), y diferencias estadísticamente significativas en (6) de las categorías evaluadas; que desde el inicio ubica al grupo de Modalidad Recreativa II en el límite inferior nivel alto (361-480) según la tabla N° 6 Interpretación del nivel de inteligencia emocional con un promedio total de 362,6 en su prueba pretest, y que después de presentar la prueba postest se aumentó notablemente su nivel alto alcanzando un promedio de 398,0 como se refleja en el Gráfico N°3; esta deducción puede ser la resultante de un grupo que ha pasado por un proceso de educación experiencial previo “CAMPAMENTO DE INNOVACIÓN

METODOLÓGICA EN RECREACIÓN” y que han tenido un fortalecimiento y desarrollo de las habilidades objeto de estudio.

Los resultados obtenidos permiten inferir que la intervención “salida académica del área de recreación de 6° semestre” tiene un impacto positivo y permite el desarrollo de la inteligencia emocional de los sujetos participantes comprobando la hipótesis de investigación.

En la tabla N°13 Habilidades Sociales y de liderazgo grupo Modalidad Recreativa II se permite comprobar la diferencia significativa en 6 de las 8 categorías evaluadas; la diferencia más prominente es en la habilidad de Autocontrol ( $p=0,00$ ) seguida de autoestima y relaciones con los demás que presentaron la misma diferencia significativa ( $p=0,001$ ), le siguen empatía ( $p=0.015$ ), liderazgo ( $p=0,017$ ) y por ultima pero no menos importante automotivación con ( $p=0,026$ ).

A continuación se presentan los resultados por habilidad, describiendo los comportamientos asociados a cada uno según los niveles alcanzados:

**Autocontrol:** El control de los impulsos y emociones en el desarrollo de su quehacer como profesionales sobretodo en momentos de dificultad, confrontación, cansancio y frustración tanto propios como de los sujetos con quienes se interactúa son fundamentales para mantener el rol, estar saludable, transmitir tranquilidad, seguridad y confianza siendo de vital importancia para destacarse como un profesional integro. (Alvarado, 2008) Afirma que el aprendizaje vivencial estimula sentimientos de confianza y conocimiento de cada uno de los participantes respetando sus diversos roles dentro del equipo de trabajo. Esta categoría paso de un nivel medio en el pretest ( $,74$ ) a un nivel mayor de ( $,82$ ) con una significancia ( $p=0,000$ ), fue la categoría que más diferencia significativa alcanzo demostrando así que el CAMPAMENTO DE ESTRATEGIAS DE EDUCACION EXPERIENCIAL Y ECOAVENTURA TOLÚ logró fortalecer en los estudiantes el nivel de autocontrol con actividades de educación experiencial que permitieron en los estudiantes afianzar su confianza, en una serie de pruebas y retos que se presentan durante el día N°2 en el que facilitadores y estudiantes trabajan de la mano el fortalecimiento de la confianza en sí mismos y en sus compañeros en la gran prueba y reto ciénaga de la caimanera y el reto de aventura en el mangle. Así entonces se identifica como la categoría con mejor aumento en su interpretación de inteligencia emocional, esperando que el estudiante maneje efectivamente sus emociones, toma el control de las situaciones, evitando la manifestación de emociones fuertes y logre soluciones rápidas y satisfactorias para la confrontación ante cualquier estímulo siendo práctico y recursivo.

**Autoestima:** El grupo presento una diferencia entre la previa y post estímulo; esta competencia: autoestima permite mantener una actitud positiva y persistir en las ideas y proyectos a pesar de las dificultades, enfrentarse ante la perspectiva del otro, no imponiendo pero si reafirmando sus ideales, opiniones y deseos meritorios

de ejecución. (Mercado Tóbias & Ramos Callejas, 2001). El grupo presento en esta categoría una diferencia significativa puesto que obtuvo un valor inicial de (,72) y un posttest de (,80) con una ( $p=0,001$ ) lo que continua ubicándolo en un nivel con tendencia a mejorar e identificándola con alcance de niveles máximos, encaminando a que el sujeto manifieste en su comportamiento una actitud proactiva en donde ve oportunidades en vez de amenazas, tiene expectativas positivas sobre los demás y una visión positiva del futuro. La categoría se ubica en la segunda como mejor diferencia significativa estadísticamente al lado de relaciones con los demás; uno de los objetivos de la salida académica es “Generar los espacios de reflexión y toma de conciencia individual, basados en el pensar, observar, hacer y sentir como elementos básicos de la educación experiencial y su relación con la recreación” los estudiante se vieron involucrados en un proceso académico extracurricular que les ofreció espacios disímiles a los que acostumbran para que fortalecieran su concepto y valoración de sí mismos y esto se vio reflejado en el aumento de su autoestima según el cuestionario de inteligencia emocional aplicados por los investigadores. Reforzando lo planteado por (Rojas A. D., 2010) quien expresa en su trabajo estudio sobre la asertividad y las habilidades sociales en el alumnado de educación social que, los alumnos y alumnas que han recibido una adecuada formación en habilidades sociales, mejoran su conducta interpersonal en aceptación social entre sus compañeros/as, asertividad, repertorio de habilidades sociales, auto concepto y autoestima.

**Automotivación:** Es una competencias con un alto nivel lográndose mejorar sus valores pasando en pretest (,76) como en el posttest con (,80) notándose como impacto positivo de la intervención alcanzando niveles de significancia estadística ( $p=,026$ ). Para este nivel de desarrollo los participantes deberán marcarse objetivos superiores a los establecidos, de forma realista pero ambiciosa, presentando nuevas metas o retos propuestos; los datos indican que los sujetos poseen un alto conocimiento de sus fortalezas lo que permitiría explotar al máximo su potencial y también sus límites para emprender planes de mejoramiento. Durante todo el CAMPAMENTO DE ESTRATEGIAS DE EDUCACION EXPERIENCIAL Y ECOAVENTURA TOLÚ los facilitadores pusieron a prueba los límites de cada uno de los participantes llevándolos a explorar sus miedos y limitaciones; y aumentando gracias a sus emociones el nivel de motivación en cada una de las pruebas y retos presentes dentro del campamento. (Cabrera Pérez, Bianca, Tania González Lazo , & Lillo Zúñiga, 2013) Indican que las habilidades sociales son fundamentales para el éxito en la universidad y una orientación positiva hacia las metas académicas, lo que refuerza lo valioso de la estrategia utilizada “educación experiencial” que permitió el fortalecimiento de estas, contribuyendo al desarrollo integral del estudiante y permitiendo un mejor desempeño académico y profesional.

**Empatía:** Los niveles de empatía del grupo en el pretest (,76) y posttest (,80) con una ( $p=,015$ ), infieren una muy buena capacidad para percibir, interesarse y comprender los sentimientos de otros, una cualidad que en el servicio de

formación es fundamental para entrar en contacto con la población a intervenir e interactuar, con amplios niveles de expectativa, interés, facilitación del aprendizaje, corrección dificultades y ponerse en su posición cuando es necesario, el reconocer el estado de ánimo y el lenguaje no verbal de los demás, respetar y relacionarse bien con gente de diversas culturas y pensamientos y escuchar atentamente a los demás. Los estudiantes no solo deben enfrentar sus temores, también son partícipes de como sus compañeros enfrentar sus miedos y asumen retos durante toda la salida académica, pues está diseñada para que ellos asuman un rol de empatía con sus compañeros.

**Relación con los demás:** Los niveles previos con (,73) y los niveles posttest (,80) con una ( $p=,001$ ) reflejan el impacto significativo de la salida académica para el desarrollo de esta habilidad en los integrantes del grupo, ubicándola en niveles cercanos al de fortaleza. Estos valores del grupo establecen una buena capacidad para trabajar por metas y objetivos comunes, creando espíritu de equipo, la resolución de problemas, facilitando ideas que permitan enfrentarlos, transmitir ideas, planes, soluciones, ayudar a los compañeros y dar reconocimiento cuando las tareas han sido realizadas con éxito. La salida académica permite que todas las actividades fuera de ser un reto personal, se convierta en un reto de grupo, donde ganan todos o pierden todos, las cavernas y el mangle es una muestra de ello, pues fue una prueba diseñada para el desarrollo del trabajo en equipo y las relaciones con los demás, además de la buena comunicación entre todo el equipo, para muchos relacionarse con el otro en medio de la frustración y el desespero es muy complicado, pero experimentaron que solos no hubiesen podido asumir el reto y superarlo. La psicóloga (Otero, Las relaciones con los demás) indica que el aprendizaje de las relaciones con los demás es un proceso continuo que puede durar toda la vida. De allí que el trabajo en el salón de clases sea muy importante pues allí se puede reforzar el trabajo con los alumnos para desarrollar ciertas habilidades que les permitan mejorar o descubrir la importancia de las mismas. Mantener una buena relación con los demás y consigo mismo puede ser la respuesta a preguntas sobre la manera de ser más asertivo en la escuela, obtener buenas calificaciones, integrarse fácilmente en un grupo nuevo de amigos, mantener la autoestima alta, decir no sin que una relación de amistad se sienta perjudicada, actuar correctamente ante una clase, etc.

**Liderazgo:** Esta aptitud, permanente y fundamental en todos los profesionales que se están formando, que se visionan como gestores del talento humano, donde se promueve el alto desempeño entre el aprendizaje y la enseñanza logro fortalecerse de forma significativa ( $p=,017$ ) pasando de (,80) en el pretest a (0,87) tras la participación en la salida académica “CAMPAMENTO DE EDUCACIÓN EXPERIENCIAL Y ECOAVENTURA, TOLÚ-COVEÑAS”, en estos niveles de desarrollo se espera que el sujeto oriente la acción de su grupo garantizando el cumplimiento de los objetivos propuestos dentro y fuera de la asignatura, inspirándose en los valores de acción, de tal forma que es identificado por los miembros de un equipo, anticipándose a los resultados siendo proactivo,

estableciendo los indicadores y así determinar acciones de acuerdo a los resultados, emprendiendo el seguimiento y retroalimentación constante, para que sus indicadores sean altamente demostrables y cumpliendo con lo establecido y dar aún más.

**Autoconocimiento:** Esta competencia presento aumento en relación entre el pretest (,80) y el post test a (,82) alcanzando una ( $p=0,474$ ) lo que establece una diferencia positiva pero no significativa estadísticamente, identificándola como una habilidad que puede alcanzar los niveles máximos de desarrollo pero aún debe ser trabajada por los docentes en los demás procesos extracurriculares y académicos que deben afrontar los estudiantes. El resultado arrojado permite observar el alto grado de conocimiento sobre las emociones propias, fortalezas y limitaciones personales de los estudiantes; y a su vez ligados al nivel de autoestima que presentan los mismos y que puede permitir un excelente desempeño en el desarrollo de sus deberes, donde tener autoconocimiento y autoestima ayuda a enfrentar mejor la perspectiva de los retos diarios, trabajar en constante mejora para realizar actividades de investigación, generando un impacto en su habilidad social y académica como lo expresa (Bisquerra Alzina & Pérez Escoda, Las competencias emocionales, 2007); La salida académica CAMPAMENTO DE ESTRATEGIAS DE EDUCACION EXPERIENCIAL Y ECOAVENTURA permitió identificar por parte de los participantes y reconocerlo por parte de los facilitadores el alto empeño por proponer nuevos retos, imponiendo metas y responsabilidades, defendiendo y expresando sus posturas y argumentos ante los demás con un alto nivel de seguridad y asumir retos cada vez más complejos, manteniendo sus decisiones, evaluando los resultados y controlándolos, de tal forma que garantice su continuidad y fortalecimiento en el tiempo.

**Comunicación:** La salida académica CAMPAMENTO DE ESTRATEGIAS DE EDUCACION EXPERIENCIAL Y ECOAVENTURA TOLÚ en su día N° 4 enfoca sus actividades de educación experiencial y reto aventura en las cavernas de tolú a afianzar la comunicación de cada uno de los estudiantes inmersos en la actividad; los niveles de comunicación fundamentales para el contacto efectivo con los demás son altos como lo demuestra el pretest (,79) y aunque no tuvo una diferencia significativa estadísticamente tras la participación en la salida académica hubo un incremento de (,82) con una ( $p=169$ ). Los comportamientos esperados y que aún pueden presentar mejorías por el desempeño en colectividad, pues se espera que la estructuración de los mensajes, para ser captados por los interlocutores mejore y favorezca en la aclaración del contenido, la expresión de ideas, entre el dar y recibir opiniones, siendo descriptivos y sagaces al momento de expresar cada mensaje.

## 5.2 DISCUSIÓN

Desde la concepción dentro del perfil profesional de este programa académico el área de recreación se establece como un “espacio académico de construcción colectiva ubicada en el contexto de la recreación para el desarrollo humano sostenible, que tiene como objetivo fundamental pensar al hombre y recrear sus dimensiones, reconociéndose como manifestación esencialmente humana, que llevada de manera reflexiva y permanente representa un potencial para reivindicar la realidad que se vive en la sociedad” (Blog Área de Recreación, 2012) y por estas razones entran dentro de la investigación estas siete habilidades sociales y liderazgo, buscando apreciar y cuantificar desde la aplicación del Cuestionario para la Medición de Inteligencia Emocional y el Test de Liderazgo Natural como insumos teóricos y estadísticos el nivel de HHSS y liderazgo dentro de los estudiantes presentes en ambas salidas académicas desarrolladas por el área de recreación.

El propósito de evaluación en las salidas académicas con enfoque de educación experiencial y metodologías innovadoras como los campamentos desarrollados en el Área de Recreación, al ser realizadas en el primer semestre académico del año 2015 arrojaron resultados positivos en los grupos evaluados, con diferencias estadísticamente significativas en el grupo que participó en el CAMPAMENTO DE EDUCACIÓN EXPERIENCIAL Y ECOAVENTURA, TOLÚ COVEÑAS como se muestra en la Tabla 13. Habilidades Sociales y de Liderazgo. Grupo Modalidad Recreativa II, siendo esta experiencia la representación y consolidación de los procesos previos en la formación de cada estudiante del Programa Ciencias del Deporte y la Recreación, una intervención planteada desde los primeros signos en esencia de este programa de educación superior, si bien, es en este peldaño de la formación donde se nutren desde la conceptualización, allí se genera la mayor aproximación a la educación experiencial en el ámbito de la recreación en cada participante a las salidas académicas; definiéndola a través de los hechos históricos como el proceso donde se adquieren mayores habilidades, apreciación de la formación acorde a la experiencia, interiorización de los diferentes procesos de aprendizaje.

Los resultados correspondientes a Tabla 12 Habilidades Sociales Grupo Modalidad Recreativa I, obtenidos desde los sujetos participes en la salida académica denominada CAMPAMENTO DE INNOVACIÓN METODOLOGICA EN RECREACIÓN, CAMPING GUAYACANES no evidencia diferencias estadísticamente significativas debido a que el enfoque principal de la salida y su diseño metodológico está planteado desde la innovación y la creatividad más no en la construcción, desarrollo y afianzamiento de habilidades sociales y de liderazgo.

Es así como se plantearán los resultados encontrados en cada una de las categorías, como se mencionó anteriormente la salida académica del grupo

modalidad recreativa I no presento diferencias significativas pero se reflejó un nivel alto de 380,3 respecto a las HHSS según la puntuación original del cuestionario (361-480) demostrando así que aunque la salida académica no este diseñada para el fortalecimiento de las HHSS y de liderazgo las actividades realizadas generan efectos positivos sobre los estudiantes estimulando el afianzamiento y fortalecimiento de las mismas.

Ahora bien cuando se habla de los efectos de la salida académica CAMPAMENTO DE ESTRATEGIAS EN EDUCACIÓN EXPERIENCIAL Y ECOAVENTURA TOLÚ COVEÑAS encontramos diferencias estadísticamente significativas en comparación a la salida anterior, pues está presenta aumento en 6 de las 8 categorías evaluadas; ubicando la habilidad de autocontrol como la que más cambio presentó con una diferencia a sintónica bilateral de 0,000. El manejo del autocontrol es muy importante en la cotidianidad del estudiante, (Rezk, Auto-control: nociones básicas e investigación fundamental) quien cita a Skinner expresa que cuando un hombre se autocontrola, decide realizar una acción determinada, piensa en la solución de un problema o se esfuerza por aumentar el conocimiento de sí mismo, está emitiendo conducta es decir, se está comportando. En la práctica de la labor social y comunitaria que el estudiante de Ciencias del Deporte y la Recreación afronta debe surfear varias etapas de aprendizaje no solo como facilitador sino como persona; debe interactuar en un ambiente disímil al acostumbrado con problemáticas sociales duras de afrontar, es muy importante que este estudiante se autocontrole tomando las mejores decisiones y acciones de acuerdo a la problemática a enfrentar. Skinner agrega, también: se controla a sí mismo exactamente igual que controlaría la conducta de cualquier otra persona.

Del mismo modo se arrojan resultados altos en las categorías de autoestima y automotivación que presenta el mismo promedio 0,001 en su significancia a sintónica bilateral, la automotivación como lo indica (Mercado Tóbias & Ramos Callejas, 2001) “Es usar nuestro sistema emocional para canalizar todo el sistema y mantenerlo en funcionamiento, es decir, tendencias emocionales que guían o facilitan el cumplimiento de las metas establecidas”. La automotivación permite en el estudiante ejercer en sí mismo un esfuerzo extra por obtener el peldaño de la excelencia, lo que requiere de un estado óptimo, positivo, visualización del objetivo para alcanzar en compañía de amigos, familia y buen entorno sus propósitos.

Por otra parte la autoestima según las autoras ya mencionadas es “el concepto que cada individuo tiene de sí mismo, puede ser positivo o negativo. Es tener un fuerte sentido del propio valor y capacidad”. Como también expresa (Rojas A. D., 2010) en su trabajo estudio sobre la asertividad y las habilidades sociales en el alumnado de educación social que, “los alumnos y alumnas que han recibido una adecuada formación en habilidades sociales, mejoran su conducta interpersonal en aceptación social entre sus compañeros/as, asertividad, repertorio de habilidades sociales, auto concepto y autoestima”.

Consecutivamente en su nivel de significancia se ubica la categoría de relaciones con los demás, habilidad primordial a desarrollar por el profesional en Ciencias del Deporte y la Recreación, es así como (Goleman D. , 1995) en las dimensiones de la inteligencia emocional describe la habilidad como “el poder idear efectivas tácticas de persuasión, saber escuchar abiertamente al resto y elaborar mensajes convincentes, negociar y resolver los desacuerdos que se presenten en el equipo de trabajo, inspirar y guiar a los individuos del grupo, iniciar o administrar las situaciones nuevas, alimentar y reforzar las relaciones interpersonales, trabajar con otros para alcanzar metas, ser capaz de crear empatía para la consecución de metas colectivas”, cada una de estas acciones importantes en el quehacer del profesional para cumplir con su labor social e intervenir de forma efectiva cada grupo poblacional. El desarrollo de las relaciones con los demás es fundamental para mantener la sinergia entre compañeros y grupos a intervenir, cuando se perciben buenas relaciones es mucho más fácil poder pronosticar buenos resultados y metas cumplidas.

Siguiendo con el nivel de significancia se sitúa la categoría de liderazgo, habilidad que desde el inicio de la carrera es inculcada por cada uno de los docentes del programa, el profesional en Deporte y Recreación debe ser un líder innato, que logre destacarse como un guía en el proceso de aprendizaje, que motive, de seguridad, confianza, brinde respeto y amor por su labor, (Bolívar A. , 2010) afirma que el liderazgo es catalizador, capaz de generar e impulsar esos deseos de transformación, con mentalidad perseverante, conjunta con la evaluación de las aptitudes de quienes rodean y se hacen no indispensables, pero si precisos para la productividad y favorecimiento de la labor y el desarrollo, por esto y más es posible “entender por “liderazgo”, fundamentalmente, la capacidad de ejercer influencia sobre otras personas, de manera que éstas puedan tomar las líneas propuestas como premisa para su acción. Esta influencia, no basada en el poder o autoridad formal, se puede ejercer en distintas dimensiones, especialmente en el plano organizativo, cuando una dirección logra alcanzar consenso y moviliza a la organización en torno a metas comunes. Cuando estos esfuerzos van dirigidos a la mejora de los aprendizajes de los alumnos, hablamos de liderazgo educativo o pedagógico.”

Finalmente dentro de las categorías que presentaron diferencias estadísticamente significativas está la categoría de empatía; la que permite entender el sentimiento ajeno, sus emociones y preocupaciones, permite comprender los intereses y necesidades del otro. El estado de ánimo influye dentro del nivel de empatía, los estudiantes afirman que el salir del aula de clase, convivir con personas distintas a las habituales en actividades cotidianas como comer y dormir, conocer sitios nuevos, culturas ajenas dispone en el estudiante un mejor carácter y estado de ánimo. (Fernández-Pinto, LópezPérez, & Márquez) Citan a Seligman quien expresa que “el estado emocional de la persona que empatiza también tiene gran influencia sobre el desarrollo del proceso empático. Por ejemplo, las personas que se sienten más

felices demuestran mayor empatía, mientras que las personas depresivas se centran en sus propias necesidades de un modo defensivo”.

Las categorías restante comunicación y autoconocimiento aunque no presentaron resultados estadísticamente significativos, demostraron aumento en el nivel después de presentarse el estímulo; la comunicación como lo expresan (Mercado Tóbias & Ramos Callejas, 2001) es “la habilidad para manifestar por medio del lenguaje verbal o no verbal sentimientos, emociones, pensamientos e ideas, entre otros. Es la aptitud que tienen algunas personas de ser efectivas en el intercambio, registrando las pistas emocionales para afinar su mensaje, enfrentar directamente los asuntos difíciles, saber escuchar, buscar el entendimiento mutuo y compartir información de buen grado”. Los estudiantes demostraron que aunque oyen el mensaje no lo procesan por tal motivo el nivel de comunicación no se fortaleció lo suficiente como para mostrar diferencias estadísticamente significativas; como también es el caso del autoconocimiento, los estudiantes demostraron que no realizan una autoevaluación sobre sus actos, no tienen en cuenta sus estados internos propios, no reconocen con facilidad sus metas y objetivos pues (Mercado Tóbias & Ramos Callejas, 2001) reconocen que el autoconocimiento se ciñe a “cómo manejamos simultáneamente nuestros papeles de actores y observadores al mismo tiempo, reconocemos los propios estados de ánimo, los recursos y las intuiciones. Hay que identificar las propias emociones, conocer las propias fortalezas y limitaciones”.

Respecto a los resultados arrojados por la investigación se puede deducir que las salidas académicas del área de recreación y sus programa de educación experiencial influyen positivamente sobre las HHSS y de liderazgo de los estudiantes, (FERNÁNDEZ-CAPARRÓS, 2006). En su tesis doctoral concluye que “con un programa de Outdoor training específicamente diseñado y propuesto se ha mostrado eficaz en su contexto de aplicación, pues los sujetos experimentales han evolucionado y mejorado sus niveles de competencias emocionales” tal como lo evidencia la gráfica 1. Y más notoriamente en la gráfica 3.

### 5.3. PRODUCTOS E EFECTOS ESPERADOS

#### ➤ Productos de nuevo conocimiento y desarrollo tecnológico:

**Tabla 14 Productos relacionados con nuevo conocimiento y desarrollo tecnológico**

<b>Productos esperados</b>	<b>Indicador</b>	<b>Beneficiario</b>
Eficacia de las salidas académicas del área de recreación de la UTP frente a las HHSS y de liderazgo de los estudiantes inmersos en ellas.	Nivel en aumento de las HHSS y de liderazgo contrastando el antes y después de la SA	Estudiantes de 5to y 6to semestres del programa CDR de la UTP.

➤ **Productos de fortalecimiento de la capacidad científica nacional:**

**Tabla 15 Productos de fortalecimiento de la capacidad científica nacional**

<b>PRODUCTO ESPERADO</b>	<b>INDICADOR</b>	<b>BENEFICIARIO</b>
Formación profesional pregrado	Estudiantes participantes.	La Universidad y el país
Mayor desarrollo en investigativo recreación	Nueva investigación	Área de Recreación, la Universidad y el país

➤ **Productos de apropiación social del conocimiento**

**Tabla 16 Productos de apropiación social del conocimiento**

<b>Productos esperados</b>	<b>Indicador</b>	<b>Beneficiario</b>
Artículo publicado en revista científica.	Artículo enviado a revista científica.	Comunidades científicas interesadas.
Ponencia en evento científico o tecnológico.	Ponencia en memorias.	Comunidades científicas interesadas.

➤ **Efectos esperados**

**Tabla 17 Efectos esperados**

<b>EFEECTO ESPERADO</b>	<b>PLAZO</b>	<b>INDICADOR</b>	<b>SUPUESTOS</b>
Demostrar el efecto que tienen las SA frente a las HHSS y de liderazgo en los estudiantes implícitos en las salidas académicas del área de recreación.	Mediano	Investigación exitosa y socializada.	Apropiación de los resultados de la investigación.

## 6. CONCLUSIONES

- La salida académica Campamento de innovación metodológica en recreación Guayacanes diseñada para la asignatura de modalidad recreativa I posee un enfoque de innovación en metodologías en recreación y creatividad por tal motivo y según los resultados arrojados por el cuestionario de inteligencia emocional y el test de liderazgo no se presentan diferencias estadísticamente significativas; no obstante se logró evidenciar que el grupo se ubica en un nivel alto de HHSS y de liderazgo con un promedio de pretest y postest de 380,3 y 383,3 respectivamente; esto se debe al proceso formativo que presentan los estudiantes de Ciencias del Deporte y la Recreación desde el inicio de la carrera con actividades en recreación y campamentos de prácticas básicas donde utilizan actividades de aprendizaje experiencial.
- Otro es el caso de la salida académica Campamento de educación experiencial y ecoaventura Tolú Coveñas donde se reflejaron cambios estadísticamente significativos en 6 de las 8 habilidades evaluadas; autocontrol, relaciones con los demás, autoestima, automotivación, liderazgo, empatía son las seis categorías que mostraron mejorías respecto a su nivel inicial, autoconocimiento y comunicación son las dos categorías que aunque presentaron aumento positivos no fueron estadísticamente significativos, los resultados se deben al enfoque que los facilitadores generan a la salida académica, está fue diseñada para el desarrollo y afianzamiento de las HHSS, además de ello las actividades realizadas dentro del campamentos y las pruebas de reto y aventura son diseñadas específicamente para generar impacto en los estudiantes y desarrollar o reforzar las HHSS ya instauradas.
- Los programas de aprendizaje vivencial o bien outdoor training que son diseñados específicamente para el desarrollo o afianzamiento de ciertas habilidades en un grupo específico y bajo condiciones previamente estudiadas presenta resultados positivos frente a su objetivo, es de gran importancia tener presentes las variables a evaluar para poder desarrollar actividades que vayan encaminadas al objetivo principal.
- Los campamentos como alternativa de aprendizaje permite en los estudiantes un espacio mucho más dinámico y motivador, salir de la formalidad del aula de clase a generar experiencias individuales y grupales en zona abierta y espacios diferentes a los acostumbrados permite que al estudiante reflexionar y aprehender de manera más rápida, pues lo vive, lo percibe, lo siente, lo asimila, lo sufre, lo disfruta y lo reflexiona.

- Los resultados arrojados permiten observar que las salidas académicas del área de recreación influyen de forma positiva sobre los estudiantes implícitos en ellas, realmente tienen efecto sobre las HHSS y de liderazgo pues las estadísticas demuestran un aumento en la mayoría de las HHSS de los sujetos de la investigación.
- Los niveles de adherencia grupal por parte de los evaluados, evidencian un progreso acorde a los objetivos planteados en ambas salidas académicas, esto permite a los facilitadores reestructurar e innovar en los procesos de aprendizaje vivencial para aumentar el nivel de las HHSS evaluadas.

## **7. RECOMENDACIONES**

### **Desde la metodología**

Intentar nuevas estrategias en la recolección de los datos, en cuanto a tiempo y espacio, buscar un lugar diferente al aula de clase y con dinámicas para el diligenciamiento de los cuestionarios

Utilizar la metodología de outdoor training en las demás asignaturas del área de recreación como mediadora de procesos de aprendizaje.

Inculcar en los estudiantes la importancia de realizar cada una de las pruebas y los retos con seriedad para que los procesos de feedback sean cuidadosos y arrojen buenos resultados en cuanto al proceso de aprendizaje vivencial.

### **Para el área de recreación**

Tener un constante control y seguimiento de los grupos que van realizando cada una de las salidas académicas y generar más respaldo científico de la importancia de las mismas dentro del proceso académico con enfoque experiencial

Resaltar frente al programa Ciencias del Deporte y la Recreación el aporte desde lo teórico y práctico que las salidas académicas generan en los estudiantes en su inteligencia emocional y que este reconozca la importancia y contribución significativa que el área de recreación otorga en el proceso de formación del perfil profesional y ocupacional del profesional en Ciencias del Deporte y Recreación

## **TALENTO HUMANO**

### **CRISTIAN FERNANDO RAMOS RÍOS**

- Magister en Administración del Desarrollo Humano y Organizacional- Universidad Tecnológica de Pereira
- Profesional en Ciencias del Deporte y la Recreación – Universidad Tecnológica de Pereira
- Docente de la Universidad Tecnológica de Pereira

### **NORMAN JAIRO PACHÓN VILLAMIL**

- Magíster en Pedagogías Activas y Desarrollo Humano – Universidad de Manizales y CINDE
- Especialista en Educación del Arte y el Folclor – Universidad el Bosque
- Licenciado en Educación Física y Recreación – Universidad de Manizales
- Docente de la Universidad Tecnológica de Pereira

### **JULIANA GUZMÁN VERGARA**

- Aspirante Profesional en Ciencias del Deporte y la Recreación – Universidad Tecnológica de Pereira- X Semestre

#### **Experiencias:**

- Practicante profesional del área de Recreación -- UTP
- Monitora del área de Recreación – UTP
- Integrante del Semillero de investigación en Recreación y Desarrollo Humano- UTP
- Laboral- Gato Montes, Club Campestre Pereira, facilitador en recreación

### **JENNIFER CRISTIAN CANO MAYA**

- Aspirante Profesional en Ciencias del Deporte y la Recreación – Universidad Tecnológica de Pereira- X Semestre

#### **Experiencias:**

- Practicante profesional -- UTP
- Practicante del área de Recreación – UTP
- Monitora del área de Recreación – UTP
- Integrante del Semillero de investigación en Recreación y Desarrollo Humano -- UTP
- Integrante de la Escuela de Liderazgo de la Facultad Ciencias de la Salud- UTP
- Laboral- Liga Risaraldense de Fútbol, Coomeva EPS, facilitador en recreación.

## 8. BIBLIOGRAFÍA

- Benítez Muñoz, J., Justicia, F., & Tomás de Almeida, A. (2007). LA LIGA DE ALUMNOS AMIGOS: DESARROLLO DE LAS HABILIDADES SOCIALES DEL ALUMNADO PARA PRESTAR APOYO SOCIOEMOCIONAL.
- Covarrubias Oppliger, T. E. (Diciembre de 2006). *Arte Terapia como herramienta de intervención para el proceso de desarrollo personal*. Recuperado el 13 de Octubre de 2014, de Portal de Tesis electrónicas de la Universidad de Chile:  
[http://www.tesis.uchile.cl/tesis/uchile/2006/covarrubias\\_t/sources/covarrubias\\_t.pdf](http://www.tesis.uchile.cl/tesis/uchile/2006/covarrubias_t/sources/covarrubias_t.pdf)
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF). (Diciembre de 2005). *"Vigía de los derechos de la niñez mexicana"*. Obtenido de  
[http://www.unicef.org/mexico/spanish/mx\\_resources\\_vigia\\_II.pdf](http://www.unicef.org/mexico/spanish/mx_resources_vigia_II.pdf)
- Slayton, S., D'Archer, J., & Kaplan, F. (2010). Outcome Studies on the Efficacy of Art Therapy: A Review of Findings. *Journal of the American Art Therapy Association*, 110, 114.
- Ursano, R., Bell, C., Spencer, E., Matthew, F., & Ann, N. (16 de Julio de 2004). *Practice Guideline for the Treatment of Patients With Acute Stress Disorder and Posttraumatic Stress Disorder*. Recuperado el 2 de Octubre de 2014, de <http://www.cardinalinnovations.org/>:  
<http://www.cardinalinnovations.org/docs/PTSD%20Algorithm.pdf>
- Abarca Castillo, M. M. (2003). *Educación Emocional en la Educación Primaria: Currículo y Práctica*. Recuperado el 05 de 02 de 2013, de Dianet Plus: <http://www.tdx.cat/handle/10803/2349>
- Alarcón Forero, L. C., Araújo Reyes, A. P., Godoy Díaz, A. P., & Vera Rueda, M. (Agosto de 2010). Maltrato infantil y sus consecuencias a largo plazo. *Revistas académicas Universidad Autónoma de Bucaramanga*, 103-104. Obtenido de Maltrato infantil y sus consecuencias a largo plazo:  
<http://revistas.unab.edu.co/index.php?journal=medunab&page=article&op=view&path%5B%5D=1155&path%5B%5D=1143>
- Alcaldía de Bogotá. (18 de Enero de 1995). *Ley 181 de 1995 Nivel Nacional*. Obtenido de <http://www.alcaldiabogota.gov.co/sisjur/normas/Norma1.jsp?i=3424>
- Alcaldía de Bogotá. (18 de Enero de 1995). *Ley general del Deporte*. Obtenido de Artículo 5°:  
<http://www.alcaldiabogota.gov.co/sisjur/normas/Norma1.jsp?i=3424>
- Alles, M. A. (2006). *Desarrollo del Talento Humano Basado en Competencias*. Buenos Aires, Argentina: Granica S.A. Recuperado el 29 de Junio de 2013, de Google Académico:  
<http://books.google.es/books?id=FYxjgmxValC&printsec=frontcover&hl=es#v=onepage&q&f=false>

- Alvarado, S. M. (2008). *Training Outdoor-Indoor*. Obtenido de <http://organizacionyalentohumano.blogspot.com/2008/08/training-outdoor-indoor.html>
- Alzina, R. B. (2003). Educación Emocional y Competencias Basicas Para la Vida. *Revista de Investigación Educativa*, 22.
- Anderson, S. (2010). *LIDERAZGO DIRECTIVO: CLAVES PARA UNA MEJOR ESCUELA*. Toronto, Canada.
- Arco, C. R. (16 de Novimebre de 2005). *HABILIDADES SOCIALES, CLIMA SOCIAL FAMILIAR Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS*. Obtenido de Universidad de San Martín de Porres: [http://revistaliberabit.com/es/revistas/liberabit11/GARCIA\\_NUNEZ.pdf](http://revistaliberabit.com/es/revistas/liberabit11/GARCIA_NUNEZ.pdf)
- Arco, C. R. (2005). Habilidades sociales, clima social familiar y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Períodos Electónicos em Psicología*.
- Area Recreación UTP. (2005). *MARCO LEGAL DE LA RECREACIÓN*. Recuperado el 6 de Abril de 2013, de Pagina Institucional, Universidad Tecnologica de Pereira : <http://blog.utp.edu.co/areaderecreacionpcdyr/category/modalidad-recreativa-i/>
- Arnold Goldstein; Colaboradores. (1980). Capítulo 5. Aprendizaje estructurado de habilidades para adolescentes. En A. G. colaboradores, *Habilidades sociales y autocontrol en la adolescencia* (pág. 74). Martinez Roca.
- ASSENS, J. (2002). Outdoor Training: Fiasco o Revolución. *Capital Humano*, (153), 44-52.
- Avendaño, M. d. (2007). *Autdoor Training, un nuevo concepto en capacitación*. Recuperado el 23 de Marzo de 2013, de Nulan: [http://nulan.mdp.edu.ar/656/1/avendano\\_mr.pdf](http://nulan.mdp.edu.ar/656/1/avendano_mr.pdf)
- Ávila, M. d. (2007). *Colección de tesis digitales, Universidad de las Americas Puebla*. Obtenido de [http://catarina.udlap.mx/u\\_dl\\_a/tales/documentos/lhr/cereceda\\_a\\_md/capitulo\\_3.html](http://catarina.udlap.mx/u_dl_a/tales/documentos/lhr/cereceda_a_md/capitulo_3.html)
- Azcoaga, J. (1977). *Ontogenia del lenguaje: los retardos del lenguaje en el niño*. Buenos Airesq: Paidos.
- Bados López, A. (2005). *Trastorno por Estrés Postraumático*. Barcelona: Universitat de Barcelona.
- Baker, A. H., & Siegel, L. S. (2003). Emotional Freedom Techniques (EFT) Reduces Intense Fears: A Partial Replication and Extension of Wells et al. *Energy Psychology: Theory, Research & Treatment*, 2(2), 13-30. Obtenido de [http://energypsychologyjournal.org/?page\\_id=262](http://energypsychologyjournal.org/?page_id=262)
- Balart, M. J. (2013). Automotivación: El camino más corto. *Observatorio de Recursos Humanos y Relaciones Laborales*, 68-69.

- BARCELAR, L. D. (2002). *COMPETENCIAS EMOCIONALES Y RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS INTERPERSONALES EN EL AULA*. Recuperado el 02 de 04 de 2013, de Eumed.net enciclopedia virtual: [http://www.eumed.net/tesis-doctorales/2012/lb/conclusiones\\_generales.html](http://www.eumed.net/tesis-doctorales/2012/lb/conclusiones_generales.html)
- Barcelar, L. D. (2008). *EUMED.NET*. Recuperado el 2014, de *COMPETENCIAS EMOCIONALES Y RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS INTERPERSONALES EN EL AULA*: [http://www.eumed.net/tesis-doctorales/2012/lb/que\\_es\\_competencia\\_emocional.html](http://www.eumed.net/tesis-doctorales/2012/lb/que_es_competencia_emocional.html)
- Barcelar, L. d. (s.f). *Competencias emocionales y resolucion de conflictos interpersonales en el aula*. Obtenido de <http://www.observatorioperu.com/2015/Junio/Tesis%20Doctoral-Competencias%20emocionales%20y%20resoluci%2B%C2%A6n%20de%20%20conflictos%20interpersonales.pdf>
- Barez, J. (2007). *Mosaico de las competencias emocionales*. Recuperado el 2014, de Conciencia social: <http://javierbarez.files.wordpress.com/2012/06/mosaico-de-las-competencias-emocionales2.pdf>
- Becco, G. (2001). *Vygotsky y teorías sobre el aprendizaje*. Obtenido de [www.monografias.com](http://www.monografias.com).
- Belzunce, M. d., & Martínez López, F. J. (2011). *Guía de Competencias emocionales para directivos*. Obtenido de <http://books.google.com.co/books?id=80rCcrykCRM&pg=RA1-PA155&lpg=RA1-PA155&dq=optimismo+competencias+emocionales&source=bl&ots=NNXR0Q2bp4&sig=6LCAe0lyW0VIMdIE3zJ-yBUeywM&hl=es&sa=X&ei=uIgxU6GQK4Ot2QWm5oGYCg&ved=0CFYQ6AEwCA#v=onepage&q=optimismo%20compete>
- Benenzon, R. (1988). *Musicoterapia; Aproximación al problema terapéutico. Música, terapia y comunicación*.
- Berger Stassen, K. (2007). *Psicología del desarrollo: Infancia y adolescencia*. Madrid: Panamericana.
- Bernascon, D., & Bernascon, V. (2003). *Kinesiología: equilibrio sus energías*. Barcelona: Paidotribo.
- Bisquerra Alzina, R., & Perez Escoda, N. . (2007). *Bisquerra Alzina, R., & Perez Escoda, N. (2007). Las Competencias Emocionales*. Recuperado el 22 de Marzo de 2013, de Google Académico: [http://stel.ub.edu/grop/files/Competencias\\_emocionales-P.pdf](http://stel.ub.edu/grop/files/Competencias_emocionales-P.pdf). Recuperado el 2014, de Google Académico: [http://stel.ub.edu/grop/files/Competencias\\_emocionales-P.pdf](http://stel.ub.edu/grop/files/Competencias_emocionales-P.pdf)

- Bisquerra Alzina, R., & Perez Escoda, N. (2007). *Google Académico*. Recuperado el 22 de Marzo de 2013, de [http://stel.ub.edu/grop/files/Competencias\\_emocionales-P.pdf](http://stel.ub.edu/grop/files/Competencias_emocionales-P.pdf)
- Bisquerra Alzina, R., & Pérez Escoda, N. (07 de marzo de 2007). *Google academico*. Recuperado el 03 de enero de 2013, de [http://stel.ub.edu/grop/files/Competencias\\_emocionales-P.pdf](http://stel.ub.edu/grop/files/Competencias_emocionales-P.pdf)
- Bisquerra Alzina, R., & Pérez Escoda, N. (07 de marzo de 2007). *Google academico*. Recuperado el 03 de enero de 2013, de [http://stel.ub.edu/grop/files/Competencias\\_emocionales-P.pdf](http://stel.ub.edu/grop/files/Competencias_emocionales-P.pdf)
- Bisquerra Alzina, R., & Perez Escoda, N. (2007). *Las Competencias Emocionales*. Recuperado el 22 de Marzo de 2013, de Google Académico:  
[http://stel.ub.edu/grop/files/Competencias\\_emocionales-P.pdf](http://stel.ub.edu/grop/files/Competencias_emocionales-P.pdf)
- Bisquerra Alzina, R., & Pérez Escoda, N. (2007). *Las competencias emocionales*. Obtenido de <http://www.ub.edu/grop/catala/wp-content/uploads/2014/03/Las-competencias-emocionales.pdf>
- Blog Área de Recreación . (21 de Julio de 2012). *Presentacion programa asignatura Modalidad Recreativa II 2014- I*. Obtenido de <http://blog.utp.edu.co/areaderecreacionpcdyr/category/modalidad-recreativa-i/>
- Blog Área de Recreación. (21 de Julio de 2012). Obtenido de <http://blog.utp.edu.co/areaderecreacionpcdyr/>
- Blog Área de Recreación. (21 de Julio de 2012). *Presentación programa asignatura Modalidad Recreativa II*. Obtenido de <http://blog.utp.edu.co/areaderecreacionpcdyr/category/modalidad-recreativa-ii-2/>
- Bohórquez, G. A. (2013). *Instituto Nacional de Medicina Legal y Ciencias Forenses*. Recuperado el 26 de septiembre de 2014, de google:  
<http://www.medicinalegal.gov.co/documents/10180/188820/FORENSIS+2013+2-+homicidio.pdf/2af79b03-2a12-4341-a9a7-c3d9a251c38f>
- Bolivar, A. (2010). *El Liderazgo Educativo y su Papel en la Mejora: Una Revisión Actual de sus Posibilidades y Limitaciones*. Granada, España.
- Bolivar, R. (2007). *Diccionario de Competencias* . Recuperado el 2014, de Conciencia Organizacional: <http://labcalidad.files.wordpress.com/2011/03/diccionario-de-competencias.pdf>
- BOYATZIS, R.E., GOLEMAN, D. (2001). *Emotional Competence Inventory, Edition University*. Recuperado el Septiembre de 2013, de <http://www.hayresourcesdirect.haygroup.com>

- Branden, N. (1995). *Los seis pilares de la autoestima*. Obtenido de <http://www.gitanos.org/publicaciones/guiapromocionmujeres/pdf/04.pdf>
- Bullough, J. (2012). Emotional Freedom Techniques. *Sage Handbook of Counselling and Psychotherapy*, 1.
- Buol, P. (2009). *Google Academico*. Recuperado el 2014, de Liderazgo y emociones. Gestión del cambio.: [http://www.pablobuol.com/inteligencia\\_emocional/liderazgo\\_emociones.htm](http://www.pablobuol.com/inteligencia_emocional/liderazgo_emociones.htm)
- Cabrera Pérez, K., Bianca, D., Tania González Lazo, T., & Lillo Zúñiga, F. (2013). FAMILIA Y UNIVERSIDAD, CONTEXTOS RELEVANTES PARA UN DESARROLLO INTEGRAL.
- CADAVID, J. C., CALLEJAS, A., OLAVE, T., MORENO, G.A., QUIÑÓNEZ, A. (1999). *Outdoor Training: entrenamiento de habilidades y fortalecimiento de actitudes para el liderazgo y el trabajo en equipo. I Simposio Nacional de Vivencias y Gestión en Recreación*. 25-27 de noviembre, Paipa-Colombia.
- Cadavid, J. C., Quiñones, A., Olave, T., Moreno Bañol, G. A., & Callejas, A. (Noviembre de 1999). *FUNLIBRE*. Obtenido de OUTDOOR TRAINING: ENTRENAMIENTO DE HABILIDADES Y FORTALECIMIENTO DE ACTITUDES PARA EL LIDERAZGO Y TRABAJO EN EQUIPO: <http://www.redcreacion.org/documentos/simposio1vg/FunlibreEjeCafetero2.htm>
- Campbell, E. R. (2010). *The effectiveness of art therapy in reducing symptoms of trauma, anxiety, and stress: A meta-analysis*. Dissertation, Wheaton College, Wheaton (Illinois). Obtenido de <http://gradworks.umi.com/34/09/3409239.html>
- CARRASCO SANTOS, M. J., REINOSO FERNÁNDEZ-CAPARRÓS, M., & MOLINA GÓMEZ, J. (s.f.). *Desarrollo de Competencias Emocionales en los Directivos de una Organización a través del "Outdoor training"*. Recuperado el 15 de MARZO de 2013, de Dialnet Plus: <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3888047>
- Carrillo, M. R. (7-11 de Noviembre de 2000). Técnicas Básicas de Facilitación. II Encuentro Latinoamericano de Facilitadores. Cochabamba-Bolivia.
- Casanova, E. M. (2012). El Proceso Educativo según Carl R. Rogers: La igualdad y formación de la persona. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 600, 601, 602.
- Cautela, J. (1971). Covert Extinction. *Behavior Therapy*.
- Centro Nacional de memoria historica. (2013). *Las dimensiones y modalidades de la guerra*. Recuperado el 26 de Septiembre de 2014, de google: [http://centrodememoriahistorica.gov.co/descargas/informes2013/bastaYa/capitulos/basta-ya-cap1\\_30-109.pdf](http://centrodememoriahistorica.gov.co/descargas/informes2013/bastaYa/capitulos/basta-ya-cap1_30-109.pdf)

- Church, D., De Asis, M., & Brooks, A. J. (2012). Brief group intervention using EFT (Emotional Freedom Techniques) for depression in college students: A randomized controlled trial. *Depression Research & Treatment*, 1-7. Obtenido de [http://www.emofree.ch/files/group\\_treatment\\_depressioneft-ch.pdf](http://www.emofree.ch/files/group_treatment_depressioneft-ch.pdf)
- Church, D., Geronilla, L., & Dinter, I. (2009). Psychological symptom change in veterans after six sessions of EFT (Emotional Freedom Techniques): an observational study. *International Journal of Healing and Caring*, 9(1). Obtenido de [http://www.wholistichealingresearch.com/user\\_files/documents/ijhc/articles/ChurchGD-9-1.pdf](http://www.wholistichealingresearch.com/user_files/documents/ijhc/articles/ChurchGD-9-1.pdf)
- Church, D., Hawk, C., Brooks, A., Toukolehto, O., Wren, M., Dinter, I., & Stein, P. (2013). Psychological trauma symptom improvement in veterans using EFT (Emotional Freedom Techniques): A Randomized Controlled Trial. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 201(2), 153-160. Obtenido de <http://www.stressproject.org/documents/PTSDfinal1.pdf>
- Church, D., Piña, O., Reategui, C., & Brooks, A. (2012). Single-Session Reduction of the Intensity of Traumatic Memories in Abused Adolescents After EFT: a Randomized Controlled Trial. *Traumatology*, 18(3), 73-79. Obtenido de <http://soulmedicineinstitute.org/children.pdf>
- Ciencias del Deporte y la Recreación. (2012). *Presentación*. Recuperado el 05 de Enero de 2013, de Página Institucional, Universidad Tecnológica de Pereira: <http://salud.utp.edu.co/deportes-y-recreacion/programa/presentacion.html>
- COBO, J. M. (2000). Aprendiendo de la experiencia. *Capital Humano*, (136), 68-71.
- COLDEPORTES. (2004). *Plan Nacional De Recreación*. Recuperado el 12 de 04 de 2013, de FUNLIBRE: <http://www.redcreacion.org/documentos/PNR2004/PNR3.html>
- COMBARIZA, X. (7-11 de Noviembre, 2000). Formación básica de facilitadores en entrenamiento experimental al aire libre. II Encuentro Latinoamericano de Facilitadores. 7-11 de Noviembre, Cochabamba-Bolivia. Cochabamba-Bolivia.
- Congreso de la República. (1 de Octubre de 2006). *Código de la infancia y la adolescencia*. Bogotá D.C.: Diario Oficial. Obtenido de Ley 1098 de 2006: [http://www.secretariassenado.gov.co/senado/basedoc/ley/2006/ley\\_1098\\_2006.html](http://www.secretariassenado.gov.co/senado/basedoc/ley/2006/ley_1098_2006.html)
- Congreso de la República de Colombia. (5 de Julio de 1994). *Ley general de educación*. Bogotá D.C. Recuperado el 10 de Marzo de 2012, de Ley115 de Febrero 8 de 1994: [http://www.mineducacion.gov.co/1621/articles-85906\\_archivo\\_pdf.pdf](http://www.mineducacion.gov.co/1621/articles-85906_archivo_pdf.pdf)
- Congreso de la República de Colombia. (1 de Octubre de 1995). *Ley 181 de 1995*. Bogotá D.C.: Diario oficial. Recuperado el 2012, de Por la cual se dictan disposiciones para el fomento

del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la Educación Física y se crea el Sistema Nacional del Deporte:

[http://www.secretariassenado.gov.co/senado/basedoc/ley/1995/ley\\_0181\\_1995.html](http://www.secretariassenado.gov.co/senado/basedoc/ley/1995/ley_0181_1995.html)

Congreso de la República de Colombia. (18 de Enero de 1995). *Ley 181 de 1995*. Obtenido de Red Nacional de Recreación: <http://www.redcreacion.org/documentos/ley181.htm>

Congreso de la República de Colombia. (2006). *Código de infancia y adolescencia*. Bogotá: Diario Oficial.

Congreso de la Republica, Colombia. (1998). *artículo 66 de la Ley 443 de 1998*. Recuperado el 09 de Octubre de 2013, de <http://www.alcaldiabogota.gov.co/sisjur/normas/Norma1.jsp?i=1246>

Congreso de la Republica. Colombia. (2013). *Ley No 1616, 21 de Enero de 2013*. Recuperado el 09 de Octubre de 2013, de <http://wsp.presidencia.gov.co/Normativa/Leyes/Documents/2013/LEY%201616%20DEL%2021%20DE%20ENERO%20DE%202013.pdf>

Consejo Superior, UTP. (2007). *Acuerdo No. 52*. Recuperado el 05 de diciembre de 2012, de Portal Institucional, Universidad Tecnológica de Pereira: <http://media.utp.edu.co/ciarp/archivos/reglamentacion/acuerdo52de2008.pdf>

Constitucion Politica de Colombia. (1995). *LEY 181 DE 1995*. Recuperado el 23 de Marzo de 2012, de Google Academico: <http://www.redcreacion.org/documentos/ley181.htm>

Constitución Política de Colombia. (1 de Septiembre de 2004). *Constitución Política de Colombia*. Recuperado el 6 de Octubre de 2014, de Alcaldía de Aguachica, Cesar: [http://aguachica-cesar.gov.co/apc-aa-files/32383531393461666631363463366666/CONSTITUCION\\_POLIITICA\\_ACTUALIZADA.pdf](http://aguachica-cesar.gov.co/apc-aa-files/32383531393461666631363463366666/CONSTITUCION_POLIITICA_ACTUALIZADA.pdf)

Correa, E. O. (2009). *Concideraciones iniciales para la construcción de una propuesta de educación para la recreación*. Obtenido de <http://www.funlibre.org/documentos/diplorecyam/PropuestaDeEducacionParaLaRecreacion.pdf>

Correa, E. O. (2009). *Funlibre*. Obtenido de <http://www.funlibre.org/documentos/diplorecyam/PropuestaDeEducacionParaLaRecreacion.pdf>

Craig, G. (2012). Emotional Freedom Techniques (EFT). *3rd Edition of the prestigious Sage Handbook of Counselling and Psychotherapy 2012*, 1-7.

- CUADRADO I SALIDO, D. (1998). El Outdoor Training: Un paso más allá de la formación. *Capital Humano*, (116), 59-62.
- CUADRADO I SALIDO, D. (2007). Decálogo del Outdoor Training: Un paso más allá de la formación. *Capital Humano*, (208), 92.
- CUADRADO I SALIDO, D. (2007). Decálogo del Outdoor Training: Un paso más allá de la formación. *Capital Humano*, (208), 92.
- Cuadrado I Salido, D. (2007). Decálogo del Outdoor Training: Un paso más allá de la formación. *Capital humano*, (208), 92.
- Deci, E., & Ryan, R. (1991). *Teoría de la autorregulación*.
- Ding, G., Wu, Z., Zhang, D., Sa, Z., & Cheng, K. (2014). Biophysical Bases of Acupuncture. *Comprehensive Biomedical Physics*, 299-316.
- Dio Bleichmar, E. (2005). *Manual de Psicoterapia de la relación de padres e hijos*. Buenos Aires : Paidós.
- Domingo, M. S. (2013). *Universidad de Caldas*. Recuperado el 2014, de Competencias laborales: [http://csintranet.org/competenciaslaborales/index.php?option=com\\_content&view=article&id=148:iniciativa&catid=55:competencias](http://csintranet.org/competenciaslaborales/index.php?option=com_content&view=article&id=148:iniciativa&catid=55:competencias)
- Echenique, C. M. (2008). Prevalencia del trastorno por estrés postraumático en población desplazada por violencia, en proceso de reestablecimiento en sincelejo. *Psicología desde el Caribe*, 122-135.
- EFT Universe. (2010). *El mini-manual de EFT*. Fulton (California): Energy Psychology Press.
- Escala de Trauma de Davidson*. (2002). Recuperado el 28 de Noviembre de 2013, de Estudio del psicoanálisis y psicología: <http://psicopsi.com/Escala-de-Trauma-de-Davidson>
- Estadísticas e Indicadores Institucionales. (s.f.). *Portal Institucional UTP. Población estudiantil, inscrita*. Obtenido de [http://reportes.utp.edu.co/xmlpserver/publico/Planeacion/Boletin\\_estadistico/Inscritos/inscritos.xdo;jsessionid=l4F0WgrdxPhVN1Mv5rpW7Q1nbk53hy3GqYpbvP1fclL8RDH7lQfD!808009178?\\_xpf=&\\_xpt=0&\\_xdo=/publico/Planeacion/Boletin\\_estadistico/Inscritos/inscritos.xd](http://reportes.utp.edu.co/xmlpserver/publico/Planeacion/Boletin_estadistico/Inscritos/inscritos.xdo;jsessionid=l4F0WgrdxPhVN1Mv5rpW7Q1nbk53hy3GqYpbvP1fclL8RDH7lQfD!808009178?_xpf=&_xpt=0&_xdo=/publico/Planeacion/Boletin_estadistico/Inscritos/inscritos.xd)
- Falco, A. (2003). *Productividad del trabajador del conocimiento*. Recuperado el 23 de Junio de 2013, de Google Académico: [http://cv.uinteramericana.edu/cv/cv\\_data/uicr/av\\_materiales/AC-9101/pdf/bibliografia/InducGeren-TrabConocim.pdf](http://cv.uinteramericana.edu/cv/cv_data/uicr/av_materiales/AC-9101/pdf/bibliografia/InducGeren-TrabConocim.pdf)

- Familiar, Instituto Colombiano de Bienestar. (6 de Octubre de 2014). *Acerca del ICBF*. Recuperado el 6 de Octubre de 2014, de Instituto Colombiano de Bienestar Familiar: <http://www.icbf.gov.co/portal/page/portal/PortalICBF/EiInstituto>
- Feinstein, D. (2012). Acupoint stimulation in treating psychological disorders: evidence of efficacy. *Review of General Psychology, 16*(4), 364-380.
- FERNANDEZ MARCH, A. (s.f.). Recuperado el Junio de 2014, de Metodologías activas para la formación de competencias: [http://www.unizar.es/ice/images/stories/materiales/curso35\\_2009/Metodologiasactivas.pdf](http://www.unizar.es/ice/images/stories/materiales/curso35_2009/Metodologiasactivas.pdf)
- Fernandez, I., López, B., & Márquez, M. (2008). Empatía: Medidas, teorías, aplicaciones en revisión. *Anales de psicología, 28*7.
- Fernández-Berrocal, P., & Extremera Pacheco, N. (15 de Febrero de 2009). Revista electronica de investigación educativa.
- Fernández-Berrocal, P., & Extremera, N. (s.f). La inteligencia emocional como una habilidad. *OEI-Revista Iberoamericana de Educación, 7*.
- FERNÁNDEZ-CAPARRÓS, M. R. (2006). *Desarrollo de Competencias Emocionales en los Individuos de una Organización Utilizando la Metodología de Formación: Audoor Training*. Recuperado el 12 de 12 de 2014, de Google Academico: [digibug.ugr.es/bitstream/10481/898/1/16047060.pdf](http://digibug.ugr.es/bitstream/10481/898/1/16047060.pdf)
- Fernandez-Caparrós, M. R. (2006). *Desarrollo de Competencias Emocionales en los Individuos de una Organización Utilizando la Metodología de Formación: Outdoor Training*. Recuperado el 12 de diciembre de 12, de Google Academico: [digibug.ugr.es/bitstream/10481/898](http://digibug.ugr.es/bitstream/10481/898)
- Fernández-Pinto, I., LópezPérez, B., & Márquez, M. (s.f.). Empatía: Medidas, teorías y aplicaciones en revisión.
- Fritz, P. R. (2009). *Educar Chile*. Obtenido de <http://ww2.educarchile.cl/UserFiles/P0001%5CFile%5CTEORIA%20HUMANISTA.pdf>
- FUNLIBRE. (2004). *Fundamentos de la Recreación*. Obtenido de Módulo 3 Formación de lideres comunitarios en recreación: <http://www.funlibre.org/documentos/idrd/fundamentos.html>
- FUNLIBRE. (20-22 de octubre de 2005). *Esperanza Osorio* . Obtenido de I Congreso de Recreación de la Orinoquia Colombiana.

- Funlibre. (s.f.). *Beneficios de la recreación*. Obtenido de Funlibre:  
<http://www.funlibre.org/encurso/simposio3if/beneficios.html>
- Gallo, F. P. (1998). *Energy psychology*. United states: CRC Press.
- Galviz, Y. T. (2000). Epidemiología de los trastornos psiquiátricos: estudio nacional Colombia.
- García Márquez, N. (1986). *Quiero aprender, dame una oportunidad*. Barcelona: Gedisa.
- García, M. (2002). *Outdoors Training*. Recuperado el 12 de Febrero de 2013, de  
<http://www.bajocero.cl/outdoors.htm>
- García, R. C. (25 de Septiembre de 2010). *El Siglo de Durango*. Recuperado el 29 de Enero de 2013, de  
<http://www.elsiglodedurango.com.mx/noticia/285263.la-importancia-de-las-competencias-en-los-doc.html>
- Gisela Cereceda Ávila, M. d. (2007). Recuperado el 12 de 04 de 2013, de UDLAP, BIBLIOTECA:  
[http://catarina.udlap.mx/u\\_dl\\_a/tales/documentos/lhr/cereceda\\_a\\_md/portada.html](http://catarina.udlap.mx/u_dl_a/tales/documentos/lhr/cereceda_a_md/portada.html)
- Gobierno de España: Ministerio de sanidad, política social e igualdad. (2011). *Observatorio de infancia*. Obtenido de Maltrato Infantil en la familia de España:  
[http://www.observatoriodelainfancia.msps.es/productos/pdf/malt2011v4\\_total\\_100\\_acc.es.pdf](http://www.observatoriodelainfancia.msps.es/productos/pdf/malt2011v4_total_100_acc.es.pdf)
- Goicoechea Calderero, E. (s.f). MUSICOTERAPIA Y EDUCACIÓN. En P. Domínguez Toscano, *Arteterapia. Principios y ámbitos de aplicación* (pág. 204).
- Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence*. Obtenido de  
<http://www.rafaelbisquerra.com/es/inteligencia-emocional/modelo-de-goleman.html>
- GOLEMAN, D. (1998). *Hay group Herramientas de evaluación y desarrollo* . Recuperado el 2015, de  
[http://www.haygroup.com/downloads/co/misc/brochure\\_evaluacion\\_y\\_desarrollo\\_final.pdf](http://www.haygroup.com/downloads/co/misc/brochure_evaluacion_y_desarrollo_final.pdf)
- Goleman, D. (2008). Obtenido de  
<http://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=x8cTlu1rmA4C&oi=fnd&pg=PA9&dq=inteligencia+emocional&ots=5c7Q1TwwrK&sig=dVks5tsBESLpDzcl6YesaQ4yKLo#v=onepage&q=i>
- Goleman, D. (2008). *Google Académico*. Recuperado el 2014, de Goleman, D. (2008). *Inteligencia Emocional*. Recuperado el 23 de Marzo de 2013  
<http://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=x8cTlu1rmA4C&oi=fnd&pg=PA9&dq=inteligencia+emocional&ots=5c7Q1TwwrK&sig=dVks5tsBESLpDzcl6YesaQ4yKLo#v=onepage&q=i>

- GOLEMAN, D., y BOYATZIS, R.E. (2001). *Emotional Competence Inventory, Edition University*. Recuperado el Octubre de 2012, de [http://www.haygroup.com/leadershipandtalentondemand/ourproducts/item\\_details.aspx?itemid=43&type=1&t=4](http://www.haygroup.com/leadershipandtalentondemand/ourproducts/item_details.aspx?itemid=43&type=1&t=4)
- Gonzales Rodriguez, M. d., López Gaviño, F., & Otros. (2010). *La Importancia del Clima Emocional del Aula desde la Perspectiva del Alumnado Universitario*. Recuperado el 16 de 01 de 2013, de Dianet Plus: [http://institucional.us.es/revistas/universitaria/35/art\\_2.pdf](http://institucional.us.es/revistas/universitaria/35/art_2.pdf)
- González, M. E. (13 de Diciembre de 2012). Test de Liderazgo Natural.
- Gonzalez, N. C. (s.f.). *Portal de Universidad Palermo*. Obtenido de <http://www.palermo.edu/cienciassociales/publicaciones/pdf/Psico9/9Psico%2003.pdf>
- González, R. (1983). *Motivación moral en adolescentes y jóvenes*. Recuperado el 2014, de Autoevaluación: [http://www.bvs.sld.cu/revistas/ems/vol23\\_2\\_09/ems02209.htm](http://www.bvs.sld.cu/revistas/ems/vol23_2_09/ems02209.htm)
- GREENE, Judith y D'OLIVEIRA, Manuela. (1984). *Pruebas estadísticas para psicología y ciencias sociales: Una guía para el estudiante*. Colombia: Grupo Editorial Norma. 171. p.
- GRUPO IOE. (s.f.). *OUTDOOR TRAINING*. Obtenido de <http://www.grupoioe.es/outdoor/Outdoor-Training.pdf>
- Guzmán, M. A. (s.f). *Habilidades para la vida y su importancia para la salud*.
- H., G. (2003). Functional imaging of “theory of mind.
- Hartup, Goldstein, & Morgan. (1992- 2002). La escuela en un contexto educativo y social.
- Hillel, R. (2000). ¿Como puede la educación del ocio contribuir al desarrollo humano? En R. Hillel. Bilbao, España: Ocio y Desarrollo Humano.
- Hillerbrecht, M. (2013). *Acupresión bienestar y demanda: acupuntura sin agujas*. Islas Baleares.
- Hurtado Castaño, O. L., & Montoya Alzate, L. S. (2007). *Modelo de capacitación basado en competencias y costeo, para el personal administrativo de la Universidad Tecnológica de Pereira*. Recuperado el 20 de Diciembre de 2012, de Página Institucional UTP: <http://repositorio.utp.edu.co/xml/handle/11059/755>
- ICBF. (2013). *Maltrato Infantil*. Recuperado el 26 de Septiembre de 2014, de ICBF: [http://www.icbf.gov.co/portal/page/portal/Descargas1/Prensa1/ColombiaSinMaltratoInfantil\\_180313.pdf](http://www.icbf.gov.co/portal/page/portal/Descargas1/Prensa1/ColombiaSinMaltratoInfantil_180313.pdf)
- Ignacio Uribe, N. ( 2010). Consideraciones psicoanalíticas sobre el abuso sexual y el maltrato infantil . *Poiésis*, 3.

- IMBERNON, F. (2002). La investigación educativa como herramienta de formación del profesorado. Barcelona: Grao. p. 31.
- Instituto de Bienestar Familiar. (18 de marzo de 2013). *Maltrato infantil*. Obtenido de Instituto de Bienestar Familiar
- Jaramillo, J. F. (Abril de 2002). Abordaje de la educación experiencial.
- Jones, S., Thornton, J., & Andrews, H. (2011). Efficacy of EFT in Reducing Public Speaking Anxiety: A Randomized Controlled Trial. *Energy Psychology: Theory, Research & Treatment*, 3(1), 33-42. Obtenido de [http://www.eftuniverse.com/index.php?option=com\\_content&view=article&id=8951](http://www.eftuniverse.com/index.php?option=com_content&view=article&id=8951)
- Kafner, F., & Phillips, J. (1970). *learning foundations of behavior therapy*. New York.
- Karatzias, T., Power, K., Brown, K., McGoldrick, T., Begum, M., Young, J., . . . Adams, S. (2011). A Controlled Comparison of the Effectiveness and Efficiency of Two Psychological Therapies for Posttraumatic Stress Disorder, Eye Movement Desensitization and Reprocessing vs. Emotional Freedom Techniques. *Journal of Nervous and Mental Disorders*, 199(6), 372-378. Obtenido de <http://www.philmollon.co.uk/upload/EFT%20vs%20EMDR%20Study%20-%20McGoldrick.pdf>
- Kellet, Humphrey, & Sleeth. (2002). *Emocion empática y el rendimiento de liderazgo*. California, Estados Unidos.
- Klein, J. P. (2006). *Arteterapia; una introduccion*. Barcelona: Octaedro.
- Klein, J.-P. (2006). *Arte terapia una introducción*. Barcelona: OCTAEDRO, S.L.
- KOLB, DAVID Y OTROS. (1977). *Psicología de las organizaciones. Experiencias*. México: Prentice Hall Hispanoamericana.
- Lampis, A. (30 de Agosto de 2010). *Pobreza y Riesgo Medioambiental: un problema de vulnerabilidad y desarrollo*. Recuperado el 26 de Septiembre de 2014, de google: [http://www.desenredando.org/public/varios/2010/2010-08-30\\_Lampis\\_2010\\_Pobreza\\_y\\_Riesgo\\_Medio\\_Ambiental\\_Un\\_Problema\\_de\\_Desarrollo.pdf](http://www.desenredando.org/public/varios/2010/2010-08-30_Lampis_2010_Pobreza_y_Riesgo_Medio_Ambiental_Un_Problema_de_Desarrollo.pdf)
- Landgarten, H. B. (1981). *Clinical Art Therapy a Comprehensive Guide*. Nueva York: Brunner/Mazel.
- Langevin, H. M., & Yandow, J. (2002). Relationship of acupuncture points and meridians to connective tissue planes. *The Anatomical Record*, 257-265.
- Laplanche, J., & Pontalis, J. (1981). *Diccionario del Psicoanálisis*. Barcelona: Labor.

- Leithwood, K. (1994). Liderazgo para la reestructuración de las escuelas. . *Revista de Educación*, 304.
- Lema, R. (5 de Junio de 2011). *Revista Latinoamericana de Recreación*. Obtenido de La recreación educativa: modelos, agentes y ámbitos: <http://www.revistarecreacion.net/volumen-1/Lema,%20R.%20La%20recreacion%20educativa.pdf>
- Leung, L. (2012). Neurophysiological Basis of Acupuncture-induced Analgesia—An Updated Review. *Journal of Acupuncture and Meridian Studies*, 261-270.
- Longhurst, J. C. (2010). Defining meridians: a modern basis of understanding. *journal of acupuncture and meridian studies*, 67-74.
- Lopéz, J. M. (2011). *Las Competencias Emocionales*. Recuperado el 2014, de Conciencia Emocional: <http://lacompetenciaemocional.blogspot.com/2011/10/conciencia-emocional.html>
- Luna, E. T. (17 de Agosto de 2011). *Portal Educativo de las Americas*. Obtenido de <http://portal.oas.org/LinkClick.aspx?fileticket=wwtN6WYbl6g=>
- Lyshak-Stelzer, F., Singer, P., St. John, P., & Chemtob, C. (2007). Art Therapy for Adolescents with Posttraumatic Stress Disorder Symptoms: A Pilot Study. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*, 24(4), 163-169. Obtenido de <http://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ791440.pdf>
- M.Puig, J., & Martinez Marin, M. (1991). La Educación moral: Un necesidad en las sociedades plurales y democráticas.
- Mangrulkar, L., Vince, C., & Posner, M. (Septiembre de 2001). Enfoque de habilidades para la vida para un desarrollo saludable de niños y adolescentes.
- Martínez, N. (1996). La terapia artística como una nueva enseñanza. *Arte, Individuo y Sociedad*, N° 8, 21-25.
- Marx, S. (2014). *La salud está en tus manos: Las mejores técnicas de acupresión para sentirse bien*. Madrid: EDAF.
- Meece, J. L. (2000). *desarrollo del niño y del adolescente: para educadores*. México : McGraw-Hill.
- Mello, F. (2002). *Desarrollo Organizacional*. Mexico: Limusa, S.A. Recuperado el 28 de 06 de 2013, de Google Academico: <http://books.google.es/books?id=YlebEiBx-swC&printsec=frontcover&dq=que+es+el+desarrollo+organizacional&hl=es&sa=X&ei=4JYaUuL6B4ec2gWakYH4Cg&ved=0CDEQ6AEwAA#v=onepage&q=que%20es%20el%20desarrollo%20organizacional&f=false>

- Mendelson, J. M. (15 de Junio de 2005). *¿Qué es arte terapia? (Parte I)*. Obtenido de espacioLogopédico.com:  
[http://www.espaciologopedico.com/articulos/articulos2.php?Id\\_articulo=799](http://www.espaciologopedico.com/articulos/articulos2.php?Id_articulo=799)
- Mercado Tóbias, A., & Ramos Callejas, X. (27 de Junio de 2001). Validación de un cuestionario para la medición de la inteligencia emocional.
- Mingote, J. C., & Machón, B. I. (2001). Tratamiento integrado del trastorno de estrés postraumático. *Revista Internacional de Psicoanálisis*.
- Ministerio de Educación de Colombia. (1974). *Estatuto Docente*. Recuperado el 07 de Enero de 2013, de Ministerio de Educación: [http://www.mineduccion.gov.co/1621/articulos-103879\\_archivo\\_pdf.pdf](http://www.mineduccion.gov.co/1621/articulos-103879_archivo_pdf.pdf)
- Ministerio de Educación Nacional. (2007). *Glosario por Competencias*. Recuperado el 2014, de Gestion de relaciones: [http://www.mineduccion.gov.co/.../articulos-246098\\_archivo\\_doc\\_glosario\\_co...%E2%80%8E](http://www.mineduccion.gov.co/.../articulos-246098_archivo_doc_glosario_co...%E2%80%8E)
- Ministerio de Salud. (s.f.). *Dirección de promoción y prevención*. Obtenido de Guia de atención del menor maltratado :  
<http://www.saludpereira.gov.co/attachments/article/96/Guia%20de%20atencion%20al%20MenorMaltratado.pdf>
- Mitchell, M. (2013). Emotional freedom technique. *The Practising Midwife*, 1.
- Montt , M. E., & Hermosilla, W. (2001). Trastorno de estrés postraumatico en niños. *Revista chilena de neuro-psiquiatria*.
- Morris, C. G. (2005). *Introducción a la psicología*. México: Pearson.
- Muñoz Rivas, M., Gámez Guadix, M., & Jiménez, G. (2008). *Red de Revistas Científicas de América Latina y el Caribe, España y Portugal*. Obtenido de Factores de riesgo y de protección para el maltrato infantil en niños mexicanos:  
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=243016300013>
- National Institute of Mental Health. (Junio de 2008). *Trastorno de estres postraumatico*. Recuperado el 27 de Septiembre de 2014, de google:  
<http://www.nimh.nih.gov/health/publications/espanol/trastorno-de-estres-postraumatico-facil-de-leer/trastorno-de-estres-postraumatico.pdf>
- National Training Laboratories Institute, B. M. (s.f.). *TIPOS DE APRENDIZAJE PARA EDUCACIÓN FÍSICA*. Recuperado el 25 de ENERO de 2014, de <https://garciacarmonaj.wordpress.com/>

- Naumburg, M. (1978). La terapia artística; su enlace y función. En E. Hammer, *Tests proyectivos gráficos* (pág. 397). Buenos Aires: Paidós.
- Navarro, E. C. (s.f.). *Aprendizaje vivencial*. Obtenido de <http://www.evacamposnavarro.es/aprendizaje-vivencial/>
- Navarro, E. C. (s.f.). *Aprendizaje Vivencial*. Obtenido de <http://www.evacamposnavarro.es/coaching/aprendizaje-vivencial>
- NEILL, J. (2003). *Instructor Effectiveness in Outdoor Adventure and other Adventure–Based Experiential Programs*. Recuperado el Septiembre de 2012, de NEILL, J.T. (2003). Instructor Effectiveness in Outdoor Adventure and other Adventure–Based Experiential Programs. [en <http://www.wilderdom.com/facilitation/instructoreffectiveness.htm>
- O´Sullivan, E. (1999). Setting a Course for Change. En *The Benefits Movement. Belmont: National Recreation & Park Association* (págs. págs. 16-18).
- Organismo Certificador Qualicer - UTP. (2012). *Política de Calidad*. Recuperado el 04 de Febrero de 2013, de Página Institucional, Universidad Tecnológica de Pereira: <http://qualicert.utp.edu.co/informacion-general/9/politica-de-calidad>
- Organización de Estados Iberoamericanos. (8 de Febrero de 1994). *Ley 115 de Febrero 8 de 1994. Por la cual se expide la ley general de educación*. Obtenido de [http://www.oei.es/quipu/colombia/Ley\\_115\\_1994.pdf](http://www.oei.es/quipu/colombia/Ley_115_1994.pdf)
- Organizacion Mundial de la Salud. (Enero de 2014). *Organizacion Mundial de la Salud*. Obtenido de Centro de prensa: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs150/es/>
- Organización Panamericana de Salud. (2001). Obtenido de <http://www.paho.org/hq/>
- Organización Panamericana de Salud. (2 de Noviembre de 2006). Obtenido de <http://www.paho.org/hq/>
- Osorio, E. (20 de Octubre de 2005). *Funlibre*. Obtenido de [http://www.redcreacion.org/documentos/cmeta1/EOsorio.html#\\_ftn6](http://www.redcreacion.org/documentos/cmeta1/EOsorio.html#_ftn6)
- Osorio, E. (20-22 de Octubre de 2015). *Servicio de la Fundación Colombiana de Tiempo Libre y Recreación*. Obtenido de La recreación y sus aportes al desarrollo humano: <http://www.redcreacion.org/documentos/cmeta1/EOsorio.html>
- Otero, O. S. (s.f.). *Las relaciones con los demás*. Obtenido de <http://www.colombiaaprende.edu.co/html/familia/1597/fo-article-75388.pdf>
- Otero, O. S. (s.f.). *Las relaciones con los demás*. Obtenido de [www.hellingercolombia.com](http://www.hellingercolombia.com)

- Pachon Villamil, N. J., & Ramos Rios, C. F. (21 de Julio de 2012). *Universidad Tecnologica de Pereria, Programa Ciencias del Deporte y la Recreación, Blog de Recreación*. Obtenido de "Campamento de Estrategias de Educación Experiencial y Ecoaventura Tolú": <http://blog.utp.edu.co/areaderecreacionpcdyr/category/modalidad-recreativa-ii-2/>
- Palmer-Hoffman, J., & Brooks, A. (2011). Psychological Symptom Change after Group Application of Emotional Freedom Techniques. *Energy Psychology: Theory, Research, & Treatment*, 3(1), 57-72. Obtenido de [http://energypsychologyjournal.org/?page\\_id=299](http://energypsychologyjournal.org/?page_id=299)
- Paredes, L. (2002). Cómo y cuándo aplicar el outdoor training. *Capital Humano*, (153), 54- 58.
- Paredes, L. (2002). Cómo y cuándo aplicar el outdoor training. *Capital Humano*, (153), 54- 58.
- Payá, M. (1992). El autoconocimiento como condicion para construir una personalidad moral y autónoma.
- Pérez Olmos, I., Fernández, P., & Rodado Fuentes, S. (2005). Prevalencia del Trastorno por Estrés por la Guerra, en Niños de Cundinamarca, Colombia. *Revista de salud pública*, 268-280.
- Pilonieta, G. (2002). *Desarrollo Empresarial. Propuesta de Diplomado en Aprendizaje Experimental*. Bogotá: Politécnico Marco Fidel Suárez, Equipo Cisne de Investigación.
- Plan de Acción Tutoriales: Gades. (2010). Habilidades Sociales.
- Plan Departamental de Recreación de Antioquia. (2002-2012).
- Planas, E. (s.f). *Trastorno por estrés postraumático en niños y adolescentes*. Recuperado el 12 de Octubre de 2014, de Familanova Schola: [http://www.familianova-schola.com/files/trastorno\\_por\\_estres\\_postraumatico\\_en\\_ninos\\_y\\_adolescentes\\_secundario\\_a\\_trauma\\_agudo.pdf](http://www.familianova-schola.com/files/trastorno_por_estres_postraumatico_en_ninos_y_adolescentes_secundario_a_trauma_agudo.pdf)
- Posada Villa, J. A., Aguliar Gaxiola, S. A., Magaña, C. G., & Gomez, L. C. (2004). Prevalencia de trastornos mentales y uso de servicios: resultados preliminares del Estudio Nacional de Salud Mental, Colombia 2003. *Revista colombiana de Psiquiatría*, 12.
- PRIEST, S., y GASS, M. (1997). *Effective Leadership in Adventure Programing*. Human Kinetics.
- Quintero Reina, M., & Montoya Pachón, Á. G. (2012). *la neurorecreación ambientes lúdicos, medios recreativos para el procesos de aprendizaje*. Obtenido de [http://funlibre.org/memorias/2012\\_CALI/ponencias/maximiliano\\_quintero\\_reina.html](http://funlibre.org/memorias/2012_CALI/ponencias/maximiliano_quintero_reina.html)
- Reina, M. Q. (2012). *LA NEURECREACIÓN: AMBIENTES LÚDICOS, MEDIOS RECREATIVOS PARA EL PROCESO DE APRENDIZAJE*.

- REINOSO FERNANDEZ, M. .. (2008). Importancia del Outdoor Training en la formación. *Revista Capital Humano*, (220), 80.
- REINOSO FERNÁNDEZ, M. (2007). Outdoor Training: La mejor herramienta para el desarrollo de competencias emocionales en los directivos.
- Reinoso Fernández, M. (2007). *Outdoor Training: La mejor herramienta para el desarrollo de competencias emocionales en los directivos*.
- REINOSO FERNÁNDEZ, M. (2007). *Outdoor Training: La mejor herramienta para el desarrollo de competencias emocionales en los directivos*. Pág. 50.
- Reinoso Fernández, M. (2008). "Orígenes y antecedentes del Outdoor Training". *Revista Digital efdeportes, Buenos Aires*, Año 12 - N° 117.
- Reinoso, M. (2008 ). Orígenes y antecedentes del Outdoor Training.
- Rezk, M. (s.f.). Auto-control: nociones básicas e investigación fundamental. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 8.
- Rezk, M. (s.f.). Auto-control: nociones básicas e investigación fundamental.
- Rojas, A. D. (2010). ESTUDIO SOBRE LA ASERTIVIDAD Y LAS HABILIDADES SOCIALES EN EL ALUMNADO DE EDUCACIÓN SOCIAL.
- Rojas, E. (2001). *¿Quién Eres? De la Personalidad a la autoestima*. Temas de Hoy.
- Ruiz, C. R. (21 de Marzo de 2013). *EducaPeques*. Obtenido de <http://www.educapeques.com/escuela-de-padres/habilidades-sociales-educar-para-las-relaciones-sociales.html>
- S.M, A. (2008). *Training Outdoor-Indoor* . Recuperado el Febrero de 2013, de <http://organizaciony talentohumano.blogspot.com/2008/08/training-outdoor-indoor.html>
- Sakai, C., Connolly, S., & Oas, P. (2010). Treatment of PTSD in Rwandan Child Genocide Survivors Using Thought Field Therapy. *International Journal of Emergency Mental Health*, 12(1), 41-50. Obtenido de <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/20828089>
- Salas, M., Brooks, A., & Rowe, J. (2011). The Immediate Effect of a Brief Energy Psychology Intervention (Emotional Freedom Techniques) on Specific Phobias: A Pilot Study. *Explore*, 7(3), 155-161. Obtenido de <http://www.explorejournal.com/article/S1550-8307%2811%2900039-5/abstract>
- SALOVEY, P., y MAYER, J. D. (1990). Emotional Intelligence.Imagination. *Cognition, andPersonality*, 9, 185-211.

- Sanmartín, J. (2008). *Violencia contra niños*. Barcelona: Ariel S.A.
- Santamaria, A. M., & Santamaria, J. L. (2006). El Campamento como Medio Educativo. *Revista de Estudios de Juventud*(72), 26.
- Sanz Datzira, L. (2012). *Arteterapia: Aplicaciones Psicoterapeuticas de la Práctica Artística* . Barcelona.
- Secretaría de Salud y Seguridad Social de Pereira. (2011). *Perfil epidemiológico de Pereira 2011*. Recuperado el 26 de Septiembre de 2014, de Secretaria de salud de pereira: <http://www.dlspereira.gov.co/intranet/index.php>
- SENA. (2011). *Desarrollo de capacidades a través del aprendizaje cooperativo*. Obtenido de [http://www.oitcinterfor.org/sites/default/files/desarrollo\\_de\\_capacidades.pdf](http://www.oitcinterfor.org/sites/default/files/desarrollo_de_capacidades.pdf)
- Serrano, M., Piñuel, J. L., Gracia Sanz, J., & Arias Fernandez, M. A. (1982). *Teoría de la comunicación. Epistemología y análisis de la referencia*. Madrid.
- Servicio de Administración Tributaria. (2013). *SAT*. Recuperado el 2014, de Ser digno de Confianza: [http://www2.sat.gob.mx/sitio\\_internet/transparencia/anticorrupcion/112\\_5953.html](http://www2.sat.gob.mx/sitio_internet/transparencia/anticorrupcion/112_5953.html)
- Sezgin, N., & Özcan, B. (2009). The Effect of Progressive Muscular Relaxation and Emotional Freedom Techniques on Test Anxiety in High School Students: A Randomized Controlled Study. *Energy Psychology: Theory, Research & Treatment*, 1(1), 23-30. Obtenido de <http://energypsychologyjournal.org/?p=69>
- Shoninger, B., & Hartung, J. (2010). Changes on Self-Report Measures of Public Speaking Anxiety Following Treatment with Thought Field Therapy. *Energy Psychology: Theory, Practice, Research*, 2(1). Obtenido de <http://energypsychologyjournal.org/beverly-schoninger-john-hartung/>
- Soh, K. S. (2009). Bonghan circulatory system as an extension of acupuncture meridians. *Journal of Acupuncture and Meridian Studies*, 93-106.
- Steven B. Wolff, D. (2005). *Emotional Competence Inventory (ECI) Technical Manual*. Recuperado el 23 de Marzo de 2013, de Google Adémico: [http://www.eiconsortium.org/pdf/ECI\\_2\\_0\\_Technical\\_Manual\\_v2.pdf](http://www.eiconsortium.org/pdf/ECI_2_0_Technical_Manual_v2.pdf)
- Steven B. Wolff, D. (Noviembre de 2005). *Google Adémico*. Recuperado el 23 de Marzo de 2013, de [http://www.eiconsortium.org/pdf/ECI\\_2\\_0\\_Technical\\_Manual\\_v2.pdf](http://www.eiconsortium.org/pdf/ECI_2_0_Technical_Manual_v2.pdf)
- Stone, B., Leyen, L., & Fellow S, B. (2010). Energy Psychology Treatment for Orphan Heads of Households in Rwanda: An Observational Study. *Energy Psychology: Theory, Research and*

- Treatment*, 2(2). Obtenido de <http://energypsychologyjournal.org/barbara-stone-lori-leyden-bert-fellows/>
- Suanes, M. N. (2009). *Temas para la educación*. Recuperado el 2014, de Autoconocimiento y Autoestima: <http://www2.fe.coo.es/andalucia/docu/p5sd6409.pdf>
- Tobias, A. M., & Jimena Ramos Callejas. (27 de Julio de 2001). Validación de un cuestionario para la medición de la inteligencia emocional. Chía, Colombia .
- Tobón, S., & Otros. (2006). *competencias calidad y educación superior*. Bogota: Alma Mater Magisterio. Recuperado el 21 de Diciembre de 2012, de Google Academico: [http://books.google.com.co/books?id=jW7G7qRhry4C&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs\\_ge\\_summary\\_r&cad=0#v=onepage&q&f=false](http://books.google.com.co/books?id=jW7G7qRhry4C&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false)
- Tobón, S., & Otros. (2006). *competencias calidad y educación superior*. Recuperado el 21 de Diciembre de 2012, de [http://books.google.com.co/books?id=jW7G7qRhry4C&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs\\_ge\\_summary\\_r&cad=0#v=onepage&q&f=false](http://books.google.com.co/books?id=jW7G7qRhry4C&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false)
- Trejos Parra, J. J., Cano E., M. M., & Cardona G., D. (14-17 de Septiembre de 2006). *FUNLIBRE*. Obtenido de Recreación terapéutica: Avances conceptuales e investigativos: <http://www.redcreacion.org/documentos/congreso9/JJTrejos.html>
- Trejos Parra, J. J., Díaz Marín, J. J., & Molina Hurtado, J. A. (2009). *Efectos de un programa de arte-terapia basado en la Técnica de Acupresión de Tapas en el estrés postraumático de socorristas de la Virginia (Colombia)*. Trabajo de Grado, Universidad Tecnológica de Pereira, Pereira. Obtenido de <http://repositorio.utp.edu.co/dspace/bitstream/11059/1355/1/615822D277.pdf>
- Trejos Parra, J. J., González Ramírez, J. I., & Duque Álvarez, L. M. (2010). *Eficacia de un programa de arte-terapia basado en Técnica de Acupresión de Tapas en el estrés postraumático de*. Trabajo de Grado, Universidad Tecnológica de Pereira, Programa Ciencias del Deporte y la Recreación, Pereira.
- Tuson, M. (1994). *Outdoor Training for Employee Effectiveness*. London: Institute of Personnel Management.
- Universidad Tecnológica de Pereira. (29 de Noviembre de 2010). Obtenido de Misión y Visión: <http://www.utp.edu.co/institucional/mision-y-vision.html>
- Universidad Tecnológica de Pereira. (23 de Agosto de 2012). Obtenido de <http://salud.utp.edu.co/deportes-y-recreacion/programa/mision.html>

- Universidad Tecnológica de Pereira. (23 de Agosto de 2012). *Facultad de Ciencias de la Salud*.  
Obtenido de Programa Ciencias del Deporte y la Recreación:  
<http://salud.utp.edu.co/deportes-y-recreacion/programa/historia.html>
- Universidad Tecnológica De pereira. (2012). *Políticas y Estrategias*. Recuperado el 23 de marzo de 2013, de Pagina Universidad Tecnológica de Pereira: <http://salud.utp.edu.co/politicas-y-estrategias.html>
- Universidad Tecnológica de Pereira. (19 de Junio de 2012). *Reglamento Estudiantil* . Obtenido de <http://www.utp.edu.co/secretaria/2/reglamento-estudiantil>
- Universidad Tecnológica de Pereira. (25 de Febrero de 2013). Obtenido de Reseña historica:  
<http://www.utp.edu.co/institucional/40-anos.html>
- Universidad Tecnológica de Pereira. (21 de Marzo de 2014). Obtenido de Función de la Universidad: <http://www.utp.edu.co/institucional/>
- Universidad Tecnológica de Pereira. (31 de Julio de 2015). *Estadísticas e Indicadores (2014 en adelante)*. Obtenido de <http://www.utp.edu.co/estadisticas-e-indicadores/estadisticas-e-indicadores-estrategicos.html>
- Universidad Técnica de Pereira. (s.f.). *Misión Institucional* . Recuperado el 22 de Enero de 2013, de Página Institucional, Universidad Técnica de Pereira:  
<http://www.utp.edu.co/institucional/>
- Urquia, R. P. (18 de Octubre de 2015). Obtenido de <https://books.google.com.co/books?id=4fbCCgAAQBAJ&pg=PA50&lpg=PA50&dq=La+falta+o+escaso+desarrollo+de+habilidades+sociales,+puede+ser+algo+doloroso+para+las+personas.+Los+seres+humanos+vivimos+en+sociedad,+es+parte+de+nuestra+naturaleza,+es+por+ello+que+>
- Villamil, N. J. (Octubre de 2008). Ensayo: A propósito del objeto de estudio y los objetivos del programa Ciencias del Deporte y la Recreación. Pereira.
- Vivas de Chacón, M. (29 y 30 de Octubre de 2004). *Google Académico*. Recuperado el 23 de Marzo de 2013, de <http://www.uned.es/jutedu/VivasChaconMireya-IJUTE-Comunicacion.PDF>
- Vivas de Chacón, M. (2004). *Las Competencias socioemocionales de los Docentes - Una mirada desde los formadores de formadores*. Recuperado el 23 de Marzo de 2013, de Google Académico: <http://www.uned.es/jutedu/VivasChaconMireya-IJUTE-Comunicacion.PDF>
- Wallon, H. (1979). *La evolución de la psicología del niño*. Mexico: Grijalbo.
- Yturralde, E. (s.f). *Aprendizaje Experiencial*. Obtenido de <http://www.aprendizajeexperiencial.com/>

Zunzunegui, M. V., Morales, J. M., & Martínez, V. (1997). *Maltrato infantil: factores socioeconómicos y estado de salud*. Obtenido de <http://www.aeped.es/sites/default/files/anales/47-1-7.pdf>

## ANEXOS

### **Anexo 1 Bitácora de las salidas académicas “CAMPAMENTO DE INNOVACION METODOLOGICA EN RECREACIÓN CAMPING GUAYACANES”**

**ASIGNATURA:** MODALIDAD RECREATIVA I

**RECORRIDO:** Camping Guayacanes (K3 Vía Alcalá-Quimbaya)

**DOCENTES:** Cristian Fernando Ramos Ríos, Mario Alejandro Galeano Villada

Desde un enfoque de La recreación social sensible, la salud, la actividad física, lo ambiental y el desarrollo humano, se desenvuelven en procesos que imprimen una dinámica específica a la salida propuesta, que vista desde la posibilidad de aprender desde la experiencia exigirá elementos que favorezcan:

- El crecimiento personal,
- Las relaciones interpersonales,
- La dimensión lúdica,
- El sentido de pertenencia institucional,
- La promoción de la salud emocional,
- El auto cuidado.
- El liderazgo y la sensibilización frente a nuestro entorno natural (lo natural en nosotros mismos)

Como factores que asociados a la condición humana nos permiten generar ambientes de compañerismo, aprendizaje, fraternidad y amistad.

#### **Objetivos De La Salida Académica**

1. Vivenciar un proceso lúdico-pedagógico enfocado a las innovaciones en procesos recreativos que faciliten el desarrollo de habilidades y competencias para el manejo de grupos.
2. Generar espacios de reflexión y toma de conciencia individual del quehacer de la recreación y su proyección con el desarrollo humano, basados en el pensar, observar, hacer y sentir como elementos básicos de la educación experiencial.
3. Reconocer los medios de la recreación y su aplicación operativa, como herramientas de cambio y transformación que puede ser implementada con los diferentes sectores y segmentos poblacionales desde un enfoque saludable.
4. Realizar encuentro lúdico-recreativo con unos segmentos poblacionales diferentes (población infantil y adultos mayores) haciendo de la vivencia un espacio de confrontación con el quehacer del Profesional en Ciencias del Deporte y la Recreación.
5. Procurar transformaciones con sentido en nuestra propia vida, pensando en futuro y trazando estrategias de vida en lo personal, familiar, profesional y social, para recuperar la relación armónica entre nosotros y la naturaleza, propiciando procesos de conservación, educación y recreación (Desarrollo social sostenible).
6. Experimentar procesos saludables e integrativos desde los diversos medios de la

recreación, que permitan la socialización, el desarrollo del autoestima, el liderazgo, la toma de conciencia desde su ser, su profesión y su sentido de vida.

### **El Arte De Acampar**

La campamentación tiene sus orígenes en la propia historia del hombre. Desde sus inicios, el hombre ha encontrado en la naturaleza, elementos para satisfacer necesidades fundamentales, ha luchado contra los peligros, ha aprendido a vencer los obstáculos ambientales y allí, gracias a ella, ha desarrollado su inteligencia, ha construido sus viviendas, ha formado sus grupos comunitarios, ha creado herramientas y artefactos que facilitan su supervivencia.

Hoy en día, aun con adelantos científico-tecnológicos, con las comodidades que ofrecen las grandes ciudades, la naturaleza sigue invitando al hombre a continuar en su búsqueda. Ir al campo se construye en un reencuentro con la naturaleza, con el propio espíritu humano y es por ello que la campamentación y otras modalidades de aire libre se presentan como excelentes alternativas lúdicas y formativas para un gran número de personas.

Sin embargo, practicarlas implica asumir retos y responsabilidades que exigen de toda persona que gusta de la vida al aire libre, dominar ciertas técnicas que le permitan vivenciar una aventura agradable a nivel individual y grupal con múltiples experiencias en donde la creatividad se convierte en el factor clave para alcanzar los propósitos que ellas persiguen.

Esta combinación de técnica y creatividad hacen de la campamentación un verdadero arte. ¡El arte de acampar!

### **Principios Del Campista**

- El campista avanza a paso firme guiado por Dios.
- El campista respeta y defiende su patria.
- El campista es en todo lugar la luz de un nuevo amanecer.
- El campista proyecta su sabiduría al bien de la comunidad.
- El campista es consciente de su patrimonio natural y cultural y lucha por engrandecerlo.
- El campista entrega lo mejor de sí mismo, conviviendo con alegría.
- El campista es ejemplo de confianza, lealtad, compromiso y responsabilidad.
- El campista busca en su formación el futuro real.
- El campista es reserva de fuerza moral para la sociedad.
- El campista no lo seduce el miedo, sino la libertad de expresarse.
- El campista lleva en alto el nombre de su universidad.
- Campista: La paz es fraternidad y hermandad ahora y siempre.

### **Manual De Convivencia**

Al atender el campamento como una manifestación lúdica por excelencia y al estar

enmarcada en un proceso académico, es importante conocer y respetar algunas normas básicas para mantener la buena comunicación y convivencia en un ambiente que será propicio para nuestra formación como individuos y como grupo.

### **Normas Para Una Sana Convivencia**

- Portar el uniforme en las actividades oficiales del campamento, al igual que la camiseta que corresponda al día respectivo.
- Respetar los acuerdos de convivencia y demás principios que rijan al campamento.
- Compartir alegremente y activamente con los demás.
- Participar sana y cordialmente, en busca de una mejor integración y camaradería.
- Colaborar con los docentes y su grupo de apoyo del Campamento para que el programa se desarrolle en forma exitosa.
- Ser puntual en los horarios establecidos de las actividades programadas.
- Respeto y colaboración con todos los integrantes de la familia campista.
- Aportar ideas para el mejor desarrollo del Campamento.
- Informar a la comisión de Sanidad, sobre los medicamentos que deben ingerir o los quebrantos de salud presentados.
- Respetar las normas de Campamento: el tabú, Patio de Banderas, mantener el campamento aseado, guardar silencio a la hora de dormir, respetar las carpas (No entrar con zapatos en ellas, ni comer en su interior), estar atentos a la arriada de banderas, no colgar la ropa en el tabú ni en las carpas.
- Darse la oportunidad de aprender de otras culturas colombianas, en cuanto a su idiosincrasia, su historia costumbres, su comida y hábitos sociales.
- Cumplir con todas las tareas asignadas en todas las comisiones.
- Estar dispuestos al aprendizaje.

### **El Campista En Campamento No Incurrirá En**

1. Irrespeto a compañeros del campamento de palabra o de hecho.
2. Retirarse del campamento o de las actividades programadas sin causa justa o previa autorización.
3. Cambiar de lugar asignado para el alojamiento por propia voluntad o sin autorización de un docente.
4. Consumir bebidas embriagantes y sustancias psicoactivas o cigarrillos dentro y fuera del campamento.
5. Tomar objetos ajenos, sin consentimiento previo del dueño.
6. Incumplir los turnos de vigilancia asignados.
7. Incumplir con las tareas asignadas en su comisión.

### **Sanciones O Acciones Correctivas**

Las sanciones se aplicaran bajo los siguientes parámetros:

1. Amonestación verbal en privado y consecuencias en la nota.

2. Amonestación verbal en público y consecuencias en la nota.
3. Expulsión del campamento y consecuencias en la nota (Con reporte a la Hoja de vida y a Consejo de Facultad).

#### **NOTA:**

**Las autoridades del Campamento serán autónomas en tomar otras medidas no previstas dentro de este manual, en la medida que las circunstancias así lo requieran.**

#### **METODOLOGÍA**

##### **1. El Precamping:**

Es un ejercicio académico teórico- práctico preparatorio, que se realiza con anterioridad al campamento y que nos permite.

- Conocer los objetivos del campamento.
- Sensibilizarnos y disponernos para el aprendizaje y la aventura.
- Preparar los elementos que nos permitan la comodidad, seguridad y el logro de los objetivos.
- Reconocer el detalle horario y los contenidos del campamento.
- Aclarar inquietudes y retomar expectativas de los participantes.
- Administración, coordinación técnica y logística, los costos y su inversión.

##### **2. Auto Gestión Y Cogestión De Recursos:**

Este ejercicio pedagógico hace parte del fortalecimiento de las competencias de capacidad de gestión y búsqueda, valiéndose de estrategias creativas en lo individual y grupal. En la consecución de los recursos económicos, los materiales y la preparación de las tareas a desarrollar en la vivencia.

##### **3. Asignación De Comisiones:**

Hace parte del entrenamiento profesional en torno al manejo de grupos y vocación de servicio en el ámbito de la recreación de aventura, grupos deportivos, grupos familiares o empresariales, en la búsqueda de generar participación en todo el proceso de la salida.

- COMISIÓN DE SEGUIMIENTO FOTOGRAFICO, FILMICO.
- COMISIÓN DE SEGURIDAD Y RIESGO CONTROLADO.
- COMISIÓN DE SALUBRIDAD Y GESTIÓN DE DOCUMENTOS.
- COMISION DE LOGISTICA Y PLANEACION.
- COMISIÓN DE GESTIÓN, FINANCIERA y DE PROTOCOLOS DE SALIDA.
- COMISIÓN DE COMUNICACIONES Y/O NOTICHSIME E INFORME GENERAL.

#### 4. Encuadre De Salida

Reunión preparatoria donde se aclara el detalle horario, se registran las anamnesis médicas, se reciben copias de carnet de salud, exposición de los objetivos, roles, normas de salida, motivación y en general la posibilidad de predisponer claridad frente a lo que pretende la experiencia. Se distribuyen las tareas, las comisiones con sus respectivos encargos y la forma de presentar las sistematizaciones.

Pd: Verificar telefónicamente las autorizaciones de los padres o acudientes.

#### Recursos

**ECONÓMICOS:** Costo por estudiante \$125.000.00, Incluye: Transporte (UTP – GUAYACANES – UTP), entrada al camping, alojamiento, alimentación y refrigerios los tres días, acceso a los juegos y préstamo de elementos para los juegos, botiquín de primeros auxilios, imprevistos.

#### **Requisitos A Tener En Cuenta**

##### **Requisitos Por Grupo De (Cinco Estudiantes) Mixto**

- Material decorativo para la carpa.
- Libros de cuentería, poesía y chistes.
- Las tareas asignadas por comisiones. La actividad de innovación metodológica, la presentación cultural o artística, la intervención comunitaria, la fogata y la evaluación grupal.

##### **Requisitos Por Campista**

- Suficiente hidratación, termo o cantimplora.
- Cámara fotográfica o filmadora.
- LAPICERO y LIBRETA, es obligatorio.
- Guantes negros, pantalón negro y camiseta negra, pasamontañas negro.
- Venda para los ojos.
- Linterna con baterías.
- Bloqueador solar, gafas oscuras y gorra.
- Repelente para insectos.
- Saco, chaqueta e impermeable.
- 1 par de zapatos adicionales.
- Camiseta de color rojo, blanco y negro.
- Dos mudas de ropa adicional.
- Bolsas de basura, bolsas para la ropa mojada.
- Documentos de identidad, en especial, EL CARNET ESTUDIANTIL Y SALUD.

**Recursos Humanos:** Dos docentes del programa Ciencias del Deporte y la Recreación (CRISTIAN FERNANDO RAMOS RIOS; número de celular 3103905295 y MARIO ALEJANDRO GALEANO VILLADA; número de celular 314 8636525).

Personal de apoyo del área de recreación.

## **PROGRAMACION**

### **DÍA UNO**

<b>HORA</b>	<b>ACTIVIDAD</b>	<b>LUGAR</b>	<b>REQUERIMIENTOS</b>
7:00am	Encuentro en la facultad	UTP	
7:30 am	Apertura del campamento	UTP	
8:00am	Equipamiento y salida en chiva	UTP	
9:30-10:00am	Llegada a camping guayacanes	ALCALA	
10:30am	Refrigerio- Presentación del lugar.	Guayacanes	
11:00am	Decoración del campamento.	Guayacanes	
12:00m	ALMUERZO	Guayacanes	
1:30pm	Desplazamiento a Alcalá (caminata)	Guayacanes - Alcalá	
2:00pm	Intervención comunitaria, Centro Nutricional Padre Pio-Talleres recreativos para población infantil.	Guayacanes	
4:00pm	Refrigerio	Guayacanes	
5:00pm	Regreso al campamento (caminata)	Guayacanes	
7:30pm	CENA	Guayacanes	
8:30pm	Cimientos pedagógicos	Guayacanes	
9:30pm	Juegos de acecho	Guayacanes	
10:30pm	Fogata 1	Guayacanes	
12:00pm	Silencio total	Guayacanes	

### **DÍA DOS**

<b>HORA</b>	<b>ACTIVIDAD</b>	<b>LUGAR</b>	<b>REQUERIMIENTOS</b>
6:00am	Levantada y aseo personal	Guayacanes	
7:00 am	DESAYUNO	Guayacanes	
8:00am	Talleres de innovación metodológica en recreación.	Guayacanes	
10:00am	Refrigerio	Guayacanes	
10:30am	Talleres de innovación metodológica en recreación.		
12:30pm	ALMUERZO	Guayacanes	
2:00pm	Talleres de innovación metodológica	Guayacanes	

	en recreación.		
4:00pm	Refrigerio	Guayacanes	
4:15 pm	Talleres de innovación metodológica en recreación.	Guayacanes	
5:30pm	Miss cultura del mundo.	Guayacanes	
7:00pm	CENA	Guayacanes	
8:30pm	Fogata 2 – Presentaciones culturales y coronación Mis cultura del mundo.	Guayacanes	
11:30pm	Correo de brujas y Silencio total	Guayacanes	

### **DÍA TRES**

<b>HORA</b>	<b>ACTIVIDAD</b>	<b>LUGAR</b>	<b>REQUERIMIENTOS</b>
6:00am	Levantada y aseo personal	Guayacanes	
7:00 am	DESAYUNO	Guayacanes	
8:00am	Inicio carrera de observación y aventura (Desplazamiento a Quimbaya y regreso).	Guayacanes-ALCALA	
12:00am	Fin de la carrera de aventura y procesamiento.	Guayacanes	
12:30pm	ALMUERZO	Guayacanes	
2:00pm	Levantada del campamento	Guayacanes	
2:30pm	Actividad de afianzamiento grupal.		
3:30pm	Clausura del campamento.	ALCALA	
5:30pm	Llegada a la UTP y despedida.	UTP	

## **Anexo 2 Bitácora de la salida académica “CAMPAMENTO DE ESTRATEGIAS DE EDUCACION EXPERIENCIAL Y ECOAVENTURA TOLÚ”**

### **TOLU**

En las bellas playas que delimitan el Caribe en el departamento de Sucre hay dos poblaciones, Tolú y Coveñas, que desde hace varios años son preferidas para vivir vacaciones ideales. Entre ellas hay una distancia de sólo veinte kilómetros sobre una blanca arena y mares de aguas cristalinas y paisajes naturales.

Situadas en el Golfo de Morrosquillo, a veinte minutos de Sincelejo, capital del departamento de Sucre, son dos de las ciudades con más atractivos turísticos en el mar Caribe, gracias al contraste que ofrecen sus playas y la arquitectura de sus hoteles, así como la posibilidad de practicar deportes náuticos o simplemente dedicarse a descansar y a disfrutar del paisaje.

Tanto en Coveñas como en Tolú se goza con varias actividades: compra de artesanías, paseos en lancha hasta la isla de San Bernardo, Isla Fuerte o Isla Cabrana, o con su gastronomía basada en el pescado y los frutos del mar. Sus

playas son visitadas por turistas que se alojan en sus hoteles y en cabañas, o instalan sus carpas a la orilla del mar para estar en mayor contacto con la naturaleza.

El municipio posee un fuerte atractivo turístico con playas para practicar el ecoturismo y diversos sitios de interés turístico como la Playa del Francés ubicada a 20 minutos del casco principal, La Caimanera, o las cercanas islas pertenecientes al Archipiélago de San Bernardo del Viento aptas para el buceo y la pesca deportiva. Los habitantes de la población son generalmente de descendencia afroamericana y viven en su mayoría de la pesca o el turismo.

## FICHA TECNICA

### CAMPAMENTO EDUCACION EXPERIENCIAL Y ECOAVENTURA TOLU – COVEÑAS 2015

**LUGAR:** Tolú - Coveñas  
**RESPONSABLES:** Magister Cristian Fernando- Magister. Norman Jairo Pachón Villamil  
**EQUIPO DE APOYO:** Cuatro estudiantes practicantes Área de Recreación

#### Justificación

Las salidas académicas son escenarios de aprendizaje que favorecen positivamente el desarrollo de las dimensiones humanas del estudiante, y sus competencias académicas (en el hacer, el conocer, el actuar y el ser), a la vez que se convierte en excelentes espacios para la educación en valores, el desarrollo de actitudes y aptitudes de liderazgo y emprendimiento procesos importantes cuando se habla de recreación con sentido.

Los campamentos educativos con un enfoque de la educación experiencial y la eco aventura son oportunidades metodológicas y técnicas que permiten la adquisición de habilidades ajustadas a contextos de otras culturas, al igual que afianzan el plano personal y social del estudiante en lo referente a sus comportamientos profesionales, sus actitudes éticas, su capacidad de entender el contexto y leer otros escenarios culturales, el aplicar sus conocimientos a la realidad e sus vivencias e identificar los beneficios que la recreación aporta:

- El fortalecimiento de habilidades personales, de liderazgo y de trabajo en equipo.
- El reconocimiento de las potencialidades humanas en lo personal, social y profesional.
- El nivel de pertenencia que se quiere frente a la profesión al vivenciar procesos experienciales que potencializan los valores de

superación, autorrealización, trascendencia, y responsabilidad (personal y social).

- El dimensiones del concepto de recreación y sus componentes, al igual que el reconocimiento de estrategias metodológicas para favorecer la promoción y las prácticas saludables.
- La identificación de nuevas tendencias y prácticas del recreo humano, la aventura y las vivencias al aire libre que contribuyen a mejorar la calidad de vida.

Esto nos lleva a definir las salidas académicas como: “Los procesos educativos de carácter vivencial, que aplicados en escenarios diferentes al aula de clase y en contextos sociales, culturales, ambientales y de conocimiento, complementan la adquisición de competencias y la formación integral del estudiante” (Pachón 2008).

Las salidas académicas dentro del proceso formativo en la parte personal y humana de los estudiantes (Figura 1), pretende desarrollar su capacidad autogestión de tal manera que los estudiantes lideren la consecución de recursos para sus salidas y demás componentes académicos que lo requieran. Permiten de igual manera, desarrollar su capacidad de aplicar y contextualizar lo aprendido en la teoría, relacionándola con la práctica y ajustándola a los contextos sociales donde se presente, y por último el aporte que se genera a su formación integral desde los retos que se impongan, su proyección de vida y su capacidad de transformación y crecimiento personal.

### **Objetivos de la Salida Académica**

- Vivenciar un proceso lúdico-pedagógico enmarcado en la educación experiencial y la eco aventura a través de la ejecución de actividades al aire libre como los campamentos, que favorezcan el desarrollo humano y personal.
- Generar los espacios de reflexión y toma de conciencia individual, basados en el pensar, observar, hacer y sentir como elementos básicos de la educación experiencial y su relación con la recreación.
- Experimentar procesos de eco aventura y liderazgo desde los diversos medios de la recreación, que permita el afirmamiento de habilidades desde el saber hacer (técnica-aplicada), ajustados a un contexto cultural diferente al cotidiano.
- Reconocer las salidas académicas como una herramienta educativa de cambio y transformación, que puede ser implementada con los diferentes sectores y segmentos poblacionales de la recreación y que contribuye a conocer las realidades sociales de nuestro país.
- Desarrollar competencias en el manejo de grupos a través de roles asignados en el desarrollo de actividades metodológicas de auto gestión, recreativas, deportivas y de aventura.

## **Enfoque Teórico**

### **El Arte De Acampar**

La campamentación tiene sus orígenes en la propia historia del hombre. Desde sus inicios, el hombre ha encontrado en la naturaleza, elementos para satisfacer necesidades fundamentales, ha luchado contra los peligros, ha aprendido a vencer los obstáculos ambientales y allí, gracias a ella, ha desarrollado su inteligencia, ha construido sus viviendas, ha formado sus grupos comunitarios, ha creado herramientas y artefactos que facilitan su supervivencia.

Hoy en día, aun con los adelantos científico-tecnológicos, con las comodidades que ofrecen las grandes ciudades, la naturaleza sigue invitando al hombre a continuar en su búsqueda. Ir al campo se construye en un reencuentro con la naturaleza, con el propio espíritu humano y es por ello que la campamentación y otras modalidades de aire libre se presentan como excelentes alternativas lúdicas y formativas para un gran número de personas.

Sin embargo practicarlas implica asumir retos y responsabilidades que exigen de toda persona que gusta de la vida al aire libre, dominar ciertas técnicas que le permitan vivenciar una aventura agradable a nivel individual y grupal con múltiples experiencias en donde la creatividad se convierte en factor clave para alcanzar los propósitos que ellas persiguen. Esta combinación de técnica y creatividad hacen de la campamentación un verdadero arte. ¡El arte de acampar!

### **La Aventura**

Este eje propone vivir las actividades de aventura al aire libre como espacio de aprendizaje y desarrollo humano, a través de las actividades de eco aventura, la actividad física y la recreación, con una proyección social hacia el crecimiento personal, aprovechando la zona de “temor” para generar aprendizajes para la vida y potencializar otros beneficios como el impacto en el ámbito cognitivo y emocional, el darse cuenta y descubrir, ser protagonista del propio aprendizaje, estimular actitudes positivas, aplicación espontánea en la vida diaria, el aprendizaje sistémico y fortalecer el proyecto de vida personal.

Una aventura es una experiencia de naturaleza arriesgada normalmente compuesta de eventos inesperados. Una aventura puede constar de tareas arriesgadas, encuentros con personas, cosas o situaciones impactantes, la realización de metas importantes en la vida de un individuo, o un riesgoso proyecto de negocios.

La experimentación de una aventura puede crear estimulación física y psicológica en el individuo, que puede ser considerada contraproducente (por ejemplo, el miedo) o beneficiosa (incremento en la autoestima) dependiendo del desenlace de dicha aventura. Para algunas personas, la aventura se vuelve un factor muy importante en sus vidas.

## Elementos De Educación Experiencial Y Liderazgo De Aventura

Existen cuatro elementos básicos en una práctica de Aventura. El objetivo del facilitador es asegurarse de que todas ellas se efectúen.

- Confianza
- Comunicación
- Cooperación
- Diversión

**Confianza:** La confianza es una llave de seguridad que abre la puerta a la prueba. Permite que las personas compartan cosas de sí mismos sin temer ser ignorados o convertirse en objeto de burla. Crea oportunidades para que las personas acepten nuevos retos, sabiendo que hay otros que los ayudaran. Significa darse la oportunidad de hacer algo aunque no se logre, pero sabiendo que el grupo está para apoyarlo en intentos futuros sin hacer el ridículo.

La confianza se inicia con usted como líder. Desde el inicio, si usted muestra apertura, motivación, sensibilidad y capacidad, las personas se sentirán seguras. También se sentirán seguras dentro del grupo y se abrirán más fácilmente para trabajar. Su papel es crear y motivar un ambiente de confianza tal, que los miembros del grupo aprendan a confiar en cada uno de los otros. Como líder, también debe evaluar continuamente la confianza para asegurarse que ninguno se sienta mal con el experimento.

Un método seguro para empezar a desarrollar la confianza, es iniciar la secuencia de actividades haciendo que cada integrante del grupo se aprenda los nombres del resto. La mayoría de las personas, incluyéndonos, de alguna forma se sienten intimidados frente a un grupo de personas que no conocen. El saber los nombres crea confianza.

Si usted demuestra que está bien sentirse torpe, los integrantes querrán tomar el riesgo físico y emocional. Demuestre que sabe lo que hace, déjelos reconocer sus aptitudes sin sentir temor a parecer torpe. Déjelos entender que usted también desea correr riesgos. Recuerde, el grupo necesita primero que todo, creer en usted.

**Comunicación:** La comunicación va de la mano con la confianza. Las personas que trabajan juntas necesitan comunicarse para prevenir los problemas que se puedan presentar. La comunicación permite que las personas compartan sus opiniones, aprendan de las experiencias de los demás y crea un ambiente donde se puede hablar abiertamente acerca de los sentimientos.

Al igual que la confianza, la comunicación empieza con usted, el líder. Establezca un tono, ayude a definir objetivos, y ofrezca un marco de trabajo a los participantes. Un elemento importante en hacer que la gente se sienta

involucrada y segura, es su habilidad para comunicar lo que se espera del experimento y cómo funciona éste.

Su estilo de comunicación debe ser tan influyente como lo que comunica. El humor y la calidez son definitivamente más efectivos que un acercamiento estricto y demasiado extenso. Invite a la gente a unirse, no los obligue a participar. Esta libertad se traduce en un mayor sentido de compromiso y, usualmente, permite sentirse más cómodo al aceptar nuevos retos.

Iniciando el programa, utilice juegos donde se deban mezclar para crear nexos entre los participantes. El escuchar a los otros, reconocer las diferencias y las similitudes, encontrar aspectos en común con otros, son factores que pueden contribuir al sentido de pertenencia. No subestime el valor de permitir a las personas llegar a conocer al otro. Y recuerde: puede (y debería) ser divertido.

Como el líder usted desea abrir las puertas de la comunicación. ¿Cómo? Escuche lo que los participantes están diciendo. Muéstreles que valora sus comentarios y sugerencias. Pregunte si tienen alguna pregunta antes de empezar un juego. Este abierto a cambiar una regla o adaptar la acción, si ello permite más compromiso. Trate de no restringir lo que la gente hace, de les oportunidades para que sean ellos mismos los que decidan lo que quieren hacer.

Materialice las actitudes que quiere observar en los otros. La gente aprende más o mejor de usted, mirando lo que hace o deja de hacer.

Procure la sencillez. Mantenga la acción. Participe en los juegos. Diviértase.

**Cooperación:** Las actividades de aventura se basan en personas trabajando y jugando juntas. El objetivo es aumentar la capacidad de cada participante para trabajar como parte del grupo, y desarrollar en cada persona una mejor visión de lo que ella/él cree que puede colaborar.

Algunas veces, las personas tienen la idea de que, puesto que el Proyecto de actividades de aventura se basa en la cooperación, no existe la competencia en nuestro programa. Intrínsecamente la competencia no es mala, pero creemos que el nombrar ganadores o perdedores no es necesario. El ganar (sin importar a costa de quien o que) hace que los estudiantes mentalmente sientan que no tienen las habilidades suficientes para competir con pares más capaces, y que la actividad física es algo que debe evitarse.

La cooperación no debe reemplazar la competencia. Sin embargo, puesto que existen tantas oportunidades para que la gente compita y pierda, ¿Por qué no dar algunas posibilidades en las que todos compitan y ganen? La competencia se puede planear de tal forma que cada participante se sienta cómodo con su compromiso. Todo el grupo se lleva el crédito por lograr el puntaje e incluso, alguien no muy cercano a la acción se siente incluido en el triunfo del grupo. Al inicio del programa, este sentido del logro y del éxito puede influir profundamente

en la capacidad del grupo para trabajar juntos en un futuro y desarrollar otros retos.

La gente se siente bien por su triunfo. Trabajan juntos, comparten los logros y aprenden técnicas que les permiten intentar problemas más difíciles y vencer riesgos mayores. Cree oportunidades, ofrezca retos, motive la creatividad y elogie el esfuerzo, incluso cuando éste no produzca una solución de éxito.

**Diversión:** El negocio de liderar actividades de aventura es serio. No permita que nadie diga lo contrario. Si no fuera un negocio serio, no estaríamos en el mercado. Lo que es serio es que se trata de ayudar a las personas a aprender y crecer. Aprender y desarrollar nuevas habilidades son tareas serias.

Lo inusual en la Aventura es que también es divertida. Se supone que la diversión y el juego no son serios. Para la mayoría de los adultos, la diversión es considerada frívola - algo con un valor a corto plazo. La diversión se asocia a entretenimiento, recreación y alegría, más nunca con educación.

La diversión es primordial en la experiencia Aventura. Es importante puesto que la gente se siente comprometida cuando disfruta la actividad. Están más motivados, su atención está más enfocada, su energía es superior. En un programa educativo la diversión puede ser tanto un fin como una herramienta poderosa.

¿Cuáles son algunas de nuestras actividades de diversión favoritas? ¿Qué hacemos si el grupo se muestra desinteresado, lento, nervioso o sin entusiasmo? La respuesta es: cualquier cosa que cree acción, energía o risa. No importa si trabaja en un colegio, hospital, campo, agencia o corporación, el componente diversión será necesario para el éxito de su programa Aventura. La diversión está entrelazada en todo lo que hacemos, hasta el punto en que lo hacemos en la medida en que nos estamos divirtiendo. Sin embargo, para nosotros el mantener siempre una alta cuota de diversión es una forma de asegurarnos que la calidad del programa es también la más alta. Se puede tener un programa de Aventura sin diversión, pero no creemos que pueda ser muy bueno.

### **El Aprendizaje Vivencial**

El aprendizaje Vivencial ocurre cuando una persona se involucra en una actividad de aprendizaje, analiza los resultados de este aprendizaje y aplica estos resultados en su quehacer diario. En realidad, este proceso ocurre espontáneamente y con frecuencia en la vida diaria en cada uno de nosotros. Esto se conoce como el proceso “inductivo”. Tiene sus raíces en la observación y es opuesto al proceso “deductivo” (basado en la verdad preestablecida).

El Curso de Desarrollo de Habilidades de Liderazgo gira alrededor de este proceso, basándose en el “Ciclo de Aprendizaje Grupal” como metodología de aprendizaje, cuyos elementos se describen a continuación:

## **Ciclo De Aprendizaje Vivencial**

- ✓ Experimentando
- ✓ Aplicando
- ✓ Compartiendo
- ✓ Ampliando
- ✓ Interpretando

**Experimentando:** Esta primera fase es donde se genera la información, es frecuentemente asociada como la fase más “simpática” del proceso, el “juego”, el “ejercicio”, lo gracioso o alegre.

Sin embargo, si el proceso termina con esta primera fase, no hay garantía de un aprendizaje completo, el facilitador no ha cumplido con su papel.

Se podría incluir en esta fase la mayoría de las actividades que ayuden al autodescubrimiento y/o la interacción entre personas. En este curso se usa comúnmente actividades como:

- Competencias entre grupos
- Simulación de papeles (role play)
- Descubrimiento de sí
- Solución de problemas
- Estudios de casos
- Comunicación no verbal

El aprendizaje “inductivo” significa aprendizaje a través del descubrimiento, y podrá hacerse mediante los grupos permanentes, grupos ad-hoc, triadas, etc. Guarda íntima relación con el Método Scout, es el “Aprender-Haciendo” llevado a un nivel más acorde con el potencial de los miembros del grupo.

- ✓ **Compartiendo:** Aquí la intención es de informar acerca de la experiencia de cada individuo en términos de su aprendizaje “cognitivo” (datos, información, etc.) y “afectivo” (sentimientos hacia mi persona/hacia otras personas).

Algunos métodos de compartir informaciones usadas frecuentemente en este curso son:

- Evaluación de productividad, satisfacción, confianza, liderazgo, ejercicio, comunicación, etc.
- Entrevistas por parejas o subgrupos
- Ejercicios de “adivina quién”, análisis de roles ejercidos por diferentes individuos
- Discusión abierta y libre

- ✓ **Interpretando:** Esta fase es la más crítica de todas, ya que se trata de un análisis sistemático de la experiencia que ha sido compartida por todos.

Se trata de lo que realmente pasó dentro del grupo, el comportamiento individual y colectivo, y el efecto de éste sobre sus miembros. En esta fase es importante recalcar que el “contenido” de la actividad de aprendizaje es sólo una herramienta para asegurar que el “proceso” se cumpla.

✓ **Ampliando:** En esta fase hay que dar el gran salto de la actividad y sus implicaciones dentro del ambiente controlado de este curso, hacia la realidad de nuestra vida diaria.

Las preguntas claves aquí son ¿y qué? ¿Para qué? Los participantes deben enfocarse en situaciones de su vida personal y laboral, similares a aquellas de la actividad de aprendizaje misma, y extraer información que les será útil para su diario quehacer.

Esta fase es la que le da sentido al Ciclo de Aprendizaje Vivencial, y si no es tratado con la profundidad del caso, resultaría en un aprendizaje más bien superficial.

✓ **Aplicando:** La fase final del Ciclo de Aprendizaje Vivencial refleja el *propósito* del proceso en sí. La pregunta clave en esta fase es ¿ahora qué? El facilitador ayudará a que los participantes apliquen las generalidades de la Fase II hacia situaciones reales, pero en términos de su comportamiento futuro en tales situaciones.

Algunas técnicas comúnmente usadas en este curso para lograr tal propósito son:

- Las Triadas, analizando situaciones de la vida diaria
- Fijación de metas a corto y mediano plazo
- Compromisos personales y grupales

Es más probable que las personas demuestren este nuevo comportamiento al retornar a su entorno normal si tiene la oportunidad de compartir su determinación con otros, previamente. En este momento podría surgir espontáneamente, algún sistema de apoyo (amigos, correspondencia, reuniones periódicas) que los participantes sienten que les sería de ayuda.

### **DETALLE HORARIO DE SALIDA ACADEMICA - TOLU-COVENAS**

MIERCOLES: Momento de encuentro - salida

<b>HORARIO</b>	<b>DETALLE</b>	<b>LUGAR</b>	<b>RESPONSABLE</b>
5:00 p.m.	Hora de encuentro y chequeo de equipajes	Facultad de Ciencias de la Salud	Todos
5:30 p.m.	Baucher de salida, palabras del director del programa y entrega de la	Facultad de Ciencias de la Salud	Director Docentes Grupo de apoyo

	bandera de UTP		Estudiantes
6:00 p.m.	Salida a Medellín	Bus	Conductor
2:00 a.m.	Llegada a Santa Rosa de Osos – Refrigerio	Bus	Conductor

Día 1: JUEVES. Camiseta Blanca “**COOPERACIÓN**”

<b>HORARIO</b>	<b>DETALLE</b>	<b>LUGAR</b>	<b>RESPONSABLE</b>
8:00 a.m.	Desayuno	Pto. Valdivia	Todos
10:30 a.m.	Paso por Sincelejo	Coveñas	Todos
12:30 p.m.	Actividades de reconocimiento y trabajo en equipo	Maley	Todos
1:15 p.m.	Almuerzo	Maley	Grupo de apoyo
3:00 p.m.	Actividades de Integración	Patio de banderas	Grupo de apoyo
5:00 p.m.	Visita a Tolú	Tolú	Todos
6:00 p.m.	Circuito de observación (Bici taxi)	Tolú	Grupo de apoyo
8:00 p.m.	Cena	Tolú	Todos
9:30 p.m.	Llegada e inauguración del campamento	Patio de banderas	Docentes y Grupo de apoyo
10:00 p.m.	Fogata 1 – Actividades Culturales	Patio de banderas	Comisión responsable
12:30 p.m.	Silencio Total	Zona de campamento	Docentes y Grupo de apoyo

Día 2: VIERNES. Camiseta Roja “**CONFIANZA**”

<b>HORARIO</b>	<b>DETALLE</b>	<b>LUGAR</b>	<b>RESPONSABLE</b>
6:00 a.m.	Levantada y gimnasia matutina	Zona de campamento	Comisión de actividad física y deportes
7:00 a.m.	Aseo de campas y de lugar	Zona de campamento	Comisión de sanidad
8:00 a.m.	Desayuno	Coveñas	Todos
9:30 a.m.	Entrada Ciénaga de la Caimanera	Ciénaga de la Caimanera	Docentes y grupo de apoyo
10:00 a.m.	Carrera de aventura Mangle	Mangle	Guías especializados, docentes y grupo de apoyo
3:00 p.m.	Salto de Victoria –	Ciénaga de la	Todos

	Acreditación Manglar	Caimanera	
3:30 p.m.	Almuerzo	Coveñas	Todos
5:00 p.m.	Caminata de regreso al campamento	Playa	Todos
7:00 p.m.	Salida a Tolú	Zona de campamento	Todos
7:30 p.m.	Tour Recreo turístico	Tolú	Todos
8:30 p.m.	Cena	Tolú	Todos
9:30 p.m.	Regreso al sitio de Campamento	Zona de campamento	Todos
10:00 p.m.	Fogata 2 – Actividades Culturales	Zona de campamento	Comisión Responsable
12:00 p.m.	Silencio Total	Zona de campamento	Docentes y Grupo de Apoyo

Día 3: SABADO. Camiseta Azul “**DIVERSIÓN**”

<b>HORARIO</b>	<b>DETALLE</b>	<b>LUGAR</b>	<b>RESPONSABLE</b>
6:00 a.m.	Levantada y gimnasia matutina	Zona de campamento	Comisión de actividad física y deportes
7:00 a.m.	Aseo de campas y de lugar	Zona de campamento	Comisión de sanidad
8:00 a.m.	Desayuno	Tolú	Todos
9:00 a.m.	Salida a las Islas de San Bernardo del Viento	Tolú	Docentes y grupo de apoyo
11:00 a.m.	Visita al Acuario Submarino	Islas de San Bernardo del Viento	Guías especializados, docentes y grupo de apoyo
12:30 p.m.	Salto Al mar y Careteo	Islas de San Bernardo del Viento	Todos
1:30 p.m.	Almuerzo	Islas de San Bernardo del Viento	Todos
3:00 p.m.	Regreso a Tolú	Islas de San Bernardo del Viento	Docentes y equipo de Apoyo
5:00 p.m.	Llegada a Tolú	Tolú	Todos
7:00 p.m.	Cena	Tolú	Todos
8:30 p.m.	Regreso al sitio de Campamento	Zona de campamento	Todos
10:00 p.m.	Fogata 3	Zona de	Comisión

	Festival de Despedida	campamento	Responsable
12:00 p.m.	Silencio Total	Zona de campamento	Docentes y Grupo de Apoyo

Día 4: DOMINGO. Camiseta Amarilla “**COMUNICACIÓN**”

<b>HORARIO</b>	<b>DETALLE</b>	<b>LUGAR</b>	<b>RESPONSABLE</b>
6:00 a.m.	Levantada y gimnasia matutina	Zona de campamento	Comisión de actividad física y deportes
7:00 a.m.	Aseo de campas y de lugar	Zona de campamento	Comisión de sanidad
8:00 a.m.	Desayuno	Tolú	Todos
9:00 a.m.	Visita a Tolú Viejo y Espeleología	Tolú Viejo	Docentes y grupo de apoyo
10:00 a.m.	Visita a las Cavernas	Tolú Viejo	Guías especializados, docentes y grupo de apoyo
12:30 p.m.	Almuerzo	Tolú	Todos
3:00 p.m.	Llegada a Zona del campamento	Zona de campamento	Todos
3:30 p.m.	Levantada de Campamento	Zona de campamento	Comisión de Logística
5:30 p.m.	Clausura de campamento	Zona de campamento	Todos
6:00 p.m.	Salida a Pereira	Zona de campamento	Todos
10:00 p.m.	Cena	Planeta Rica	Todos
8:00 a.m. lunes	Desayuno	Alto de minas	Todos
12:00 p.m. Lunes	Almuerzo	La Pintada	Todos
3:00 p.m. Domingo	Llegada a Pereira	Pereira	Todos

**Metodología**

El campamento como actividad académica al Aire libre, busca un contacto directo con el medio ambiente natural y cultural de nuestro país, para ello el estudiante estará direccionado por docentes especializados y guías que acompañaran su proceso de autoformación y descubrimiento fundamentados en las pedagogías activas y constructivistas, creando muchos de sus aprendizajes y reflexionando

frente a los mismos en unas Bitácoras que sintetizaran los logros académicos y personales de cada vivencia.

Este proceso tiene tres grandes procedimientos, así:

- ✓ **AUTOGESTION COGESTION DE RECURSOS:** Este ejercicio pedagógico hace parte del fortalecimiento de las competencias de capacidad de gestión y búsqueda de los recursos para la salida, valiéndose de estrategias creativas en lo individual y grupal. De igual forma, se pretende que el estudiante plantee con los demás docentes los ajustes académicos de las asignaturas, para no generar traumatismos, ni retrasos en los aprendizajes.
  
- ✓ **ASIGNACION DE ROLES PROFESIONALES “EVENTO”:** Hace parte del entrenamiento profesional en torno al manejo de grupos y vocación de servicio a nivel de la recreación y el turismo de aventura, grupos deportivos, grupos familiares o empresariales. Dicho proceso se desarrollará a través de Comisiones, así:
  1. **DISEÑO Y DECORACIÓN:** Su función radica en diseñar y realizar las molas, los pendones, la señalización, las portadas, que serán llevadas al campamento.
  
  2. **LOGISTICA, COMPRAS Y SUMINISTROS:** A su cargo esta realizar los listados de los materiales necesarios por comisiones, por tareas, para el viaje, elementos del botiquín, entre otros. Deben trabajar de la mano con la comisión de logística para conocer sus necesidades y salir de compras entregando los respectivos recibos. Sus tareas giran en torno a la preparación, manejo, cuidado y uso del material del campamento, desde antes del evento. De igual forma tiene a su cargo el montaje de las construcciones generales del campamento (Tabú, patio de banderas, tendedores, distribución de carpas, diseño de la planimetría del lugar, montaje y diseño de decoración- molas- letreros y señalización), deben responsabilizarse del transporte del material hasta su regreso.
  
  3. **PROTOCOLO Y CHEQUEOS ADMINISTRATIVOS:** Su función es la de elaborar las cartas requeridas de permisos de docentes, espacios laborales, recepción de fichas médicas y permisos de acudientes, tramites de formatos de auxilios económicos, seguros, elaboración de cartilla, difusión del evento, entre otros.
  
  4. **COMISIÓN DE TESORERIA:** Tiene a su cargo la administración de los recursos financieros, la recepción y destinación de los mismos, la cotización y seguimiento a todos los gastos y la entrega del informe financiero.
  
  5. **COMISIÓN DE SANIDAD:** Su misión consiste en la parte de atención en primeros auxilios, está a su cargo el botiquín principal y los de los grupos, deben revisar las fichas médicas y valorar las diferentes anomalías de salud, de igual forma

responderá por la promoción de conductas saludables y de seguridad, minimizando al máximo el riesgo. Deben responder por las estrategias para mantener aseado el bus y la zona de campamento.

6. **COMISIÓN DE INTEGRACION Y ANIMACION:** Está constituida por tareas como el montaje, preparación y ejecución de las fogatas de cada día (Solicitud de actividades, recolección de leña, diseño de la estructura de la fogata), de igual forma tiene tareas como: la animación en el bus (juegos, películas, música variada) animación en el campamento en todos los momentos, correo de brujas, actividades de integración, actividades culturales. Deben proponer las estrategias para recolectar, traer y cuidar la leña para cada fogata. Su responsabilidad esta en generar las ideas y delegar a compañeros para que esto se cumpla.
7. **COMISIÓN DE SEGUIMIENTO FOTOGRAFICO Y FILMICO:** de ella depende sistematizar todos los momentos del campamento, desde el “antes” (Actividades para la consecución de recursos, el pre evento en cuanto al diseño de la decoración y la salida), en el “durante” es necesario filmar, hacer entrevistas, tomar fotografías, recolectar textos, hacer grabaciones que sustenten los aprendizajes y las vivencias más significativas, al igual que recolectar lo más simbólico de la **cultura costeña**.
8. **COMISION DE ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTES:** Tiene a su cargo la programación y ejecución de las actividades deportivas a través de mini torneos (En fútbol, voleibol, fresbee, entre otros) lo que implica el montaje del escenario para su práctica, llevar los materiales, el juzgamiento y la premiación. De igual manera deberá realizar las actividades de gimnasia matutina de cada día, y el calentamiento previo de cada actividad que implique un esfuerzo físico.

Cada comisión tiene funciones particulares que responden al cumplimiento de los objetivos de la salida, al igual que tendrá un líder quien responderá en conjunto con sus compañeros por las tareas asignadas y deberá entregar un informe escrito acompañado de fotografías.

### **Manual De Convivencia**

Al atender el campamento como una manifestación lúdica por excelencia y al estar enmarcada en un proceso académico, es importante conocer y respetar algunas normas básicas para mantener la buena comunicación y convivencia en un ambiente que será propicio para nuestra formación como individuos y como grupo.

#### **Normas Para Una Sana Convivencia:**

- Portar el uniforme en las actividades oficiales del campamento, al igual que la camiseta que corresponda al día respectivo.
- Respetar los acuerdos de convivencia y demás principios que rijan al campamento.
- Compartir alegremente y activamente con los demás.

- Participar sana y cordialmente, en busca de una mejor integración y camarería.
- Colaborar con los docentes y su grupo de apoyo del Campamento para que el programa se desarrolle en forma exitosa.
- Ser puntual en los horarios establecidos de las actividades programadas.
- Respeto y colaboración con todos los integrantes de la familia campista.
- Aportar ideas para el mejor desarrollo del Campamento.
- Informar a la comisión de Sanidad, sobre los medicamentos que deben ingerir o los quebrantos de salud presentados.
- Respetar las normas de Campamento: el tabú, Patio de Banderas, mantener el campamento aseado, guardar silencio a la hora de dormir, respetar las carpas (No entrar con zapatos en ellas, ni comer en su interior), estar atentos a la arriada de banderas, no colgar la ropa en el tabú ni en las carpas.
- Darse la oportunidad de aprender de otras culturas colombianas, en cuanto a su idiosincrasia, su historia costumbres, su comida y hábitos sociales.
- Cumplir con todas las tareas asignadas en todas las comisiones.
- Estar dispuestos al aprendizaje.

#### **El Campista En Campamento No Incurrirá En:**

- Irrespeto a compañeros del campamento de palabra o de hecho.
- Retirarse del campamento o de las actividades programadas sin causa justa o previa autorización.
- Cambiar de lugar asignado para el alojamiento por propia voluntad o sin autorización de un docente.
- Consumir bebidas embriagantes y sustancias psicoactivas o cigarrillos dentro y fuera del campamento.
- Tomar objetos ajenos, sin consentimiento previo del dueño.
- Incumplir los turnos de vigilancia asignados.
- Incumplir con las tareas asignadas en su comisión.

#### **Sanciones O Acciones Correctivas:**

Las sanciones se aplicaran bajo los siguientes parámetros:

4. Amonestación verbal en privado y consecuencias en la nota.
5. Amonestación verbal en público y consecuencias en la nota.
6. Expulsión del campamento y consecuencias en la nota (Con reporte a la Hoja de vida y a Consejo de Facultad).

#### **NOTA:**

**Las autoridades del Campamento serán autónomas en tomar otras medidas no previstas dentro de este manual, en la medida que las circunstancias así lo requieran.**

#### **Principios Del Campista**

- ✓ El campista avanza con paso firme guiado por Dios.
- ✓ El campista respeta y defiende su patria.
- ✓ El campista es en todo lugar la luz de un nuevo amanecer.
- ✓ El campista proyecta su sabiduría al bien de la comunidad.
- ✓ El campista es consciente de su patrimonio natural y cultural y lucha por engrandecerlo.
- ✓ El campista entrega lo mejor de sí mismo, conviviendo con alegría.
- ✓ El campista es ejemplo de confianza, lealtad, compromiso y responsabilidad.
- ✓ El campista busca en su formación el futuro real.
- ✓ El campista es reserva de fuerza moral para la sociedad.
- ✓ El campista no lo seduce el miedo, sino la libertad de expresarse.
- ✓ El campista lleva en alto el nombre de su universidad.
- ✓ **Campista: la paz es fraternidad y hermandad ahora y siempre.**

## Requisitos

### Requisitos Por Grupo

Carpas (Previa verificación de su estado y con clavos y vientos largos que fijen la carpa a la arena adecuadamente)

Botiquín de primeros auxilios

Material decorativo por carpa

Material necesario para el buen funcionamiento por comisión.

### Requisitos Por Campista

Morral cómodo tipo asalto

Casco

Ropa para actividades acuáticas

Trusa o sudadera

Dos pares de zapatos (Tenis y Botas de media caña)

Gorras y/o sombreros

Gafas oscuras

Libreta de apuntes y lapicero

Carga todo

Termo o cantimplora

Linterna pequeña (manos libres)

Cámara fotográfica

Equipo de aseo personal

Pañoleta para vendar los ojos

Documentos de identidad, carné de la EPS

Bolsas para la basura y ropa mojada

Traje de baño

Traje impermeable

Guantes

Camisetas (Blanca, roja, Amarilla y azul)

Ropa para cinco días

Bloqueador

Pito  
Opcional “Careta, snorker y aletas”, juegos de playa  
Malla para recolección de basura en el mar  
Actividades creativas para la fogata

### **Anexo 3 Consentimiento informado para el diligenciamiento de los test de la investigación**

En éste consentimiento informado usted declara por escrito su **libre voluntad** de participar, luego de comprender en qué consiste la investigación “IMPACTO DE LAS SALIDAS ACADÉMICAS DEL ÁREA DE RECREACIÓN EN LAS HABILIDADES SOCIALES Y DE LIDERAZGO DE LOS ESTUDIANTES DE 5° Y 6° SEMESTRE DEL PROGRAMA CIENCIAS DEL DEPORTE Y LA RECREACIÓN, 2015”.

**Objetivo de la Investigación:** Evaluar el impacto de las salidas académicas del área de Recreación en las habilidades sociales y de liderazgo de los estudiantes de 5° y 6° semestre del programa Ciencias del Deporte y la Recreación.

**Justificación de la Investigación:** La continua necesidad de ofrecer al medio una educación practica y vivencial diferenciada de la educación clásica, que estimule en el joven el desarrollo de habilidades y permita desenvolverse en la campo en el cual está siendo formado, ha llevado a que la educación moderna tenga como instrumento de educación las salidas académicas.

El aprendizaje experiencial es el proceso mediante el cual adquirimos nuevas habilidades, conocimientos, conductas, instalamos y reforzamos los valores, como resultado del análisis, de la observación y de la experiencia. Estos cambios pueden alcanzar grados diversos de estabilidad, y se producen como resultado de estímulos y respuestas. Los aprendizajes del ser humano desde un punto de vista individual, se pueden convertir en aprendizajes colectivos, en la medida que se guíen y socialicen, compartiéndolos al llevarlos hacia reflexiones y aprendizajes grupales, que fortalezcan la integración en cada comunidad, la eficacia y la productividad en el fomento por alcanzar grupos humanos inteligentes, abiertos al aprendizaje. (Yturalde)

Por tales motivos el área de Recreación del programa ha implementado como herramientas pedagógicas los campamentos educativos utilizando la recreación educativa y el aprendizaje vivencial como medio. Es de vital importancia buscar nuevas metodologías que permitan el desarrollo integral de las HHSS y de liderazgo del estudiante para que se desenvuelva en su entorno a nivel personal, familiar, social y profesional.

Para brindar una mayor validez a las salidas académicas y se institucionalicen como instrumentos de aprendizaje, es necesario que sean evaluadas, estudiadas y analizadas con soportes teóricos, científicos y estadísticos que permitan demostrar la importancia que estas tienen en el desarrollo de las HHSS y de liderazgo permitiendo al estudiante un espacio de desarrollo de su potencial y sus dimensiones.

Las HHSS contribuyen a la solución de problemas sociales, asegura (Osorio, 2015); el uso de programas de ocio y recreación pueden contribuir a prevenir y reducir el crimen en las comunidades. Estos además de contribuir a la solución de un problema social, reducen costos para el sector de la justicia pues cumplen una labor preventiva, educativa, y en muchos casos de rehabilitación o procesos de re-educación. Además de contribuir al desarrollo de estilos de vida saludable, el mantenimiento de estados emocionales positivos y al aprovechamiento del tiempo libre.

Finalmente podemos concluir que los programas de orden recreativo tienen gran influencia sobre la sociedad, modificando y cambiando conductas dentro del ser humano y su entorno, los programas y servicios recreativos además de prevenir y reducir conductas incorrectas reduce en gran medida costos sociales por su gran impacto dentro de la sociedad y su conducta humana, desarrollando estilos de vida saludables y generando en la sociedad el satisfacer las necesidades básicas como reconocimiento y desarrollo de habilidad en ambientes diferentes al laboral llevando al ser humano a cubrir dichas necesidades en entornos diferentes al profesional, como el en espacio de ocio y tiempo libre.

**Procedimientos:** Este estudio sigue un diseño cuasi experimental (Hernández-Sampieri, Fernández y Baptista, 2010) del tipo pretest / postest sin grupo de control. Para la recolección de información se utilizara el “Cuestionario Inteligencia Emocional de Adriana Margarita Mercado, 2001 y el Test de Liderazgo de Marisol Espino”. Para ello, de manera previa se procede a explicar al participante los aspectos relevantes de la investigación a través de la lectura del consentimiento informado.

Posterior al diligenciamiento del cuestionario (Pretest) los participantes participaran de la Salida académica, después del cual se realizara el postest con el mismo cuestionario.

**Molestias y riesgos esperados:** Esta es una investigación de riesgo mínimo donde se realiza la intervención con procedimientos comunes, bajo la premisa del ejercicio moderado en voluntarios sanos y sin manipulación de la conducta de los sujetos participantes del estudio. Los participantes desarrollaran actividades de riesgo controlado con la supervisión, ayuda y cuidados de seguridad pertinentes. El desarrollo de las salidas académicas se realiza por parte de los docentes especializados en el tema y quienes la vienen desarrollando hace más de 5 años. No obstante el investigador principal suspenderá la investigación de inmediato si advirtiera algún riesgo o daño para la salud de los participantes.

**Beneficios:** Identificar las habilidades sociales y de liderazgo de los participantes permitirá tener un punto de partida, para la implementación de procesos y programas para el desarrollo y mejoramiento de dichas habilidades y el crecimiento constante de los estudiantes del programa académico.

Participar de un programa educativo encaminado a mejorar las habilidades sociales y profesionales, afianzar el trabajo colaborativo y el liderazgo como aspectos fundamentales en la vida social y profesional.

Validar las salidas académicas con enfoque recreativo como un escenario educativo para el desarrollo de habilidades sociales y que es utilizada por los egresados en el campo laboral.

**Garantía de respuesta a inquietudes:** Los participantes recibirán respuesta a cualquier pregunta que les surja acerca de la investigación.

**Garantía de libertad:** Los participantes podrán retirarse de la investigación en el momento que lo deseen, sin ningún tipo de represalia.

**Confidencialidad:** Toda información personal será manejada en forma privada, sólo se divulgará la información global de la investigación.

**Garantía de información:** Los participantes recibirán toda información significativa que se vaya obteniendo durante el estudio.

**Inversión:** Los gastos que existan durante el desarrollo de la investigación, serán costeados con el presupuesto de la misma.

Certifico que he leído la anterior información, que entiendo su contenido y que estoy de acuerdo en participar en la investigación. Se firma a los \_\_\_\_ días, del mes \_\_\_\_\_ del año 2015.

\_\_\_\_\_  
Nombre del informante

\_\_\_\_\_  
Firma del informante

Cédula:

\_\_\_\_\_  
Firma Testigo 1

#### **Anexo 4 CUESTIONARIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL**

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

#### **CUESTIONARIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL (Adriana Margarita Mercado, 2001)**

Este cuestionario hace parte del proyecto de investigación "IMPACTO DE LAS SALIDAS ACADÉMICAS DEL ÁREA DE RECREACIÓN EN LAS HABILIDADES SOCIALES Y DE LIDERAZGO DE LOS ESTUDIANTES DE 5° Y 6° SEMESTRE DEL PROGRAMA CIENCIAS DEL DEPORTE Y LA RECREACIÓN, 2015". La información recolectada es confidencial y se divulgarán solo los resultados generales.

Gracias por la atención y el tiempo prestado.

Asignatura \_\_\_\_\_ Edad \_\_\_\_\_ Genero F \_\_\_\_\_ M \_\_\_\_\_

**Instrucciones:** Marque con una x, debe ser elegida solo una respuesta por pregunta, procure no dejar ninguna pregunta sin responder.

	<b>AFIRMACIONES</b>	<b>SIEMPRE</b>	<b>CASI SIEMPRE</b>	<b>CASI NUNCA</b>	<b>NUNCA</b>
1	Puedo mantener la calma cuando soy el blanco del enfado de otros				
2	Tengo problemas de timidez				
3	Me siento incómodo cuando me critican				
4	Me desconcentro fácilmente en la realización de una tarea				
5	Me dejo influenciar por una conducta negativa realizada anteriormente por otra persona				
6	Me cuesta hablar y dirigirme a personas que no conozco				
7	Me dejo afectar por las bromas de los demás				
8	Se me dificulta tranquilizarme rápidamente cuando estoy de mal genio				
9	Evito los lugares públicos o concurridos				
10	Postergo las actividades que había planeado iniciar				
11	Puedo presentir el ánimo de un grupo cuando entro en un salón				
12	Se me dificulta iniciar una acción en el momento que lo quiera				
13	Necesito del reconocimiento para lograr mis metas				
14	Me demoro en establecer contacto con quienes me rodean				
15	Me desagrada organizar nuevas actividades				
16	Hago amistades con facilidad				
17	Me impaciento fácilmente				
18	Tengo cuidado con las palabras con las que me dirijo a alguien y la forma en que digo las cosas				
19	Me desanimo fácilmente				
20	Soy incapaz de relajarme en una situación de presión				
21	Me recompensó poco aun cuando alcanzo una meta difícil				
22	Se me dificulta pedir ayuda a otra persona				
23	Cuando una persona cambia su actitud conmigo, le pregunto cuál es la causa				
24	Me cuesta trabajo hablar con personas que no comparten mis puntos de vista				
25	Se me dificulta mostrar mis emociones				
26	Cuando estoy triste busco alguna actividad que me ayude a mejorar mi estado de ánimo				
27	Tengo una mala comunicación con mis jefes				
28	Puedo mediar conflictos de los demás				
29	Identifico con precisión los sentimientos y emociones de las personas				
30	Dudo de las habilidades que poseo				
31	Me considero una persona exitosa				
32	Me recupero lentamente luego de un contratiempo				
33	Sé decir que no cuando es necesario				

34	Pido una aclaración de lo que me dicen, en lugar de adivinar el significado				
35	Me expreso con facilidad hacia los demás				
36	Doy a entender lo que quiero o lo que siento sin rodeos				
37	Reconozco cuando cometo un error				
38	Puedo escuchar a personas negativas sin contagiarme de lo que me digan				
39	Me dejo llevar por una situación aunque no esté de acuerdo con ella				
40	Soy capaz de interpretar correctamente mis propias emociones				
41	Me siento desalentado (a) conmigo mismo y me pregunto si hay algo que valga la pena				
42	Me concentro en las cualidades negativas de los demás				
43	Me siento inseguro (a) de mis conocimientos				
44	Me desvinculo fácilmente de los demás				
45	Soy capaz de iniciar una acción en el momento que lo desee				
46	Tengo una mala comunicación con mis superiores				
47	Siento que soy atractivo (a)				
48	Ayudo a un grupo a controlar sus emociones				
49	Detecto incoherencias entre las emociones o sentimientos de los demás y sus conductas				
50	Animo, alabo o felicito a los demás, sin que esto represente problema alguno				
51	Soy capaz de trabajar de modo productivo cuando estoy de mal humor (enfadado)				
52	Pienso que es lo que quiero antes de actuar				
53	Contribuyo a que el trabajo sea estresante y aburrido				
54	Creo que no puedo contribuir a cambiar el rumbo del país				
55	Manejo las situaciones aun cuando empiezo a enfadarme				
56	Ante un problema no veo el lado positivo de la situación				
57	Tengo el sentimiento de no poder hacer nada bien				
58	Trato con respeto a los demás				
59	Me doy cuenta cuando alguien me miente				
60	Puedo aplazar un beneficio positivo a corto plazo para obtener uno mayor a largo plazo				
61	Me siento inferior con respecto a los demás				
62	Manejo un vocabulario incorrecto				
63	Prefiero el trabajo en grupo al individual				
64	Puedo realizar alguna actividad que me interese aun cuando me produzca miedo llevarla a cabo				
65	Sé cuándo experimento sentimientos de amor y dicha				
66	Hago saber a los demás cuando hacen algo positivo en su trabajo				
67	Excluyo a alguien cuando es excluido por otras personas				

68	Sé cuándo tengo que hablar y cuando no en una reunión				
69	Soy original y creativo				
70	Sé que puedo conseguir lo que me propongo				
71	Trato de escuchar a quien me habla				
72	Creo que soy físicamente agradable para los demás				
73	Utilizo el "diálogo interior" para controlar mis emociones				
74	Puedo ajustar mi comportamiento para satisfacer las exigencias de cualquier situación en la que me encuentre				
75	Me gusta negociar para obtener algo que deseo				
76	Me parece complicado llegar a un consenso con los demás				
77	Me preocupo si a los demás les gusta estar conmigo				
78	Siento que puedo hacer todo bien				
79	Ante un problema sé que se puede hacer algo para resolverlo				
80	Estoy consciente de lo que soy				
81	Identifico mis pensamientos negativos				
82	Me gustan los desafíos sencillos				
83	Ayudo a los demás a controlar sus emociones				
84	Me intereso por los sentimientos de los demás				
85	Soy capaz de hablar en público aun cuando siento un poco de vergüenza				
86	Reconozco cuando alguien siente angustia				
87	Siento que no se valoran lo suficiente mis capacidades				
88	Estoy atento a los movimientos o gestos de los demás cuando se dirigen a mí				
89	Soy competente en pocos trabajos				
90	Trabajo duro y persistentemente para alcanzar una meta				
91	En una situación competitiva en la cual estoy ganando o soy superior me siento mal por el otro				
92	Puedo cambiar mi imagen cuando siento que la proyectada no está dando resultado				
93	Sé que la gente me busca y me respeta				
94	Termino lo que comienzo				
95	Descuido mis propios movimientos o gestos cuando me dirijo a alguien				
96	Me comporto adecuadamente en una reunión social				
97	Tengo una mala comunicación con mi familia				
98	Acostumbro a fijarme objetivos				
99	Cuando tengo que tomar una decisión importante, sé cómo me siento al respecto: asustado, emocionado, enojado u otras combinaciones de emociones				
100	Explico mis críticas hacia los demás				
101	Fomento la desconfianza de los demás hacia mí				

102	Procuro que los demás se sientan bien conmigo				
103	Hago cosas por otras personas, porque simpatizo con ellas				
104	Hago cosas contrarias a mis principios				
105	Me angustio cuando pienso en sentimientos negativos				
106	Me considero una persona poco inteligente				
107	Identifico mis cambios de humor				
108	Cuando hablo con alguien le doy a entender que le estoy prestando atención (fruncir el ceño, asiento con la cabeza, etc.)				
109	Cuando hago un comentario subrayo los puntos débiles de los demás				
110	Siento que no valgo				
111	Sé cuándo estoy a la defensiva				
112	Expongo mi filosofía personal a los demás				
113	Sugiero nuevas ideas que ayuden a los demás				
114	Verifico que la otra persona entendió lo que le dije				
115	Identifico mis pensamientos positivos				
116	Pienso que mi futuro depende de mi esfuerzo				
117	Puedo comportarme de manera espontánea y natural				
118	Uso un tono apropiado cuando me dirijo a un grupo o a una persona				
119	Verifico que entendí lo que la otra persona me dijo				
120	Identifico mis cambios físicos ante un estímulo				
121	Me demoro en ponerme bien después de un problema				

## **Anexo 5 TEST DE LIDERAZGO (MARISOL ESPINO)**

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

### **TEST DE LIDERAZGO (MARISOL ESPINO)**

Este cuestionario hace parte del proyecto de investigación “IMPACTO DE LAS SALIDAS ACADÉMICAS DEL ÁREA DE RECREACIÓN EN LAS HABILIDADES SOCIALES Y DE LIDERAZGO DE LOS ESTUDIANTES DE 5° Y 6° SEMESTRE DEL PROGRAMA CIENCIAS DEL DEPORTE Y LA RECREACIÓN, 2015”. La información recolectada es confidencial y se divulgarán solo los resultados generales.

Gracias por la atención y el tiempo prestado

Asignatura \_\_\_\_\_ Edad \_\_\_\_\_ Genero F \_\_\_ M \_\_\_

**Instrucciones:** Lea los siguientes Afirmaciones. Marque en con una X en V si es Verdadero y F si es Falso según corresponda.

PREGUNTAS		V	F
1	Habitualmente, las personas de mi entorno suelen aceptar y seguir mis ideas y opiniones		
2	Me considero una persona de principios sólidos, y me comporto en coherencia a mis valores y creencias.		
3	Soy una persona que ofrece resistencia a los cambios del entorno. Prefiero la estabilidad y el equilibrio.		
4	Mi trabajo es responsabilidad mía, y no suelo aceptar sugerencias de nadie con respecto a mis tareas.		
5	Me gusta escuchar a mis colaboradores y compañeros, y apoyarles en aquello que sea necesario.		
6	Me considero una persona abierta, flexible y generosa.		
7	Tengo interés por evolucionar profesionalmente e intento actualizar mis conocimientos.		
8	Suelo gritar a las personas con las que trabajo para conseguir que cumplan mis instrucciones y hagan lo que yo quiero.		
9	Soy una persona creativa, y me intereso por las novedades que surgen.		
10	Disfruto motivando a los que me rodean, y transmitiendo mis ganas de hacer, les expreso mi ilusión e interés por las cosas importantes.		
11	Intento aprovecharme de las situaciones y de las personas que me rodean, variando para ello mis ideas y actitudes.		
12	Defiendo mis ideas, cuando estoy convencido de ellas, sin esperar la aprobación de los demás.		
13	Cuando tomo decisiones, pienso y reflexiono sobre los hechos y sus consecuencias. No me gusta actuar "en caliente"		
14	Mi trabajo siempre da resultados positivos. No me equivoco en mis decisiones ni en lo que hago, y ello es debido a mi esfuerzo		
15	Conozco en profundidad a mis colaboradores, sus puntos fuertes y sus puntos débiles, sus virtudes y sus defectos, Me interesa conocer a los demás con los que me relaciono y con los que colaboro		