

Encuentro Educativo

ISSN 1315-4079 ~ Depósito legal pp 199402Z/1141

Vol. 21(1) Enero - Abril 2014: 53 - 65

La formación de estudiantes y profesores en el área de recreación en los liceos bolivarianos

Franklin Roo

*Licenciado en Educación, Mención: Educación Física, Deporte y Recreación
MSc. Planificación Educativa. Universidad del Zulia.*

Email: franklinroo1982@hotmail.com

Resumen

La finalidad del artículo es formar estudiantes y profesores de los liceos bolivarianos para el buen uso del tiempo libre. Se fundamenta en los aportes de los autores Céspedes (2003), Rondón (1999), Morante (1999), entre otros. La metodología se caracterizó por ser descriptiva, prospectiva, con un diseño no experimental, transeccional y de campo. La muestra fue probabilística estratificada constituida por (200) sujetos. La técnica utilizada para la recolección de datos fue la encuesta, el instrumento fue el cuestionario medido con escala tipo Likert de cinco (5) alternativas de respuesta; instrumento validado por expertos en el área de planificación educativa, educación física y recreación.

Palabras clave: área, recreación, tiempo libre.

Training Students and Teachers in the Field of Recreation at in Bolivarian High Schools

Abstract

The purpose of this research is to train students and teachers in Bolivarian high schools about the proper use of leisure time. It is based on contributions made by the authors Céspedes (2003), Rondon (1999) and Morante (1999), among others. The methodology was characterized as descriptive, prospective, with a non-experimental, cross-section, field design. The stratified probabilistic sample consisted of (200) subjects. The data collection technique was the survey; the survey instrument was a questionnaire measured with a Likert-type scale of five (5) response alternatives, validated by experts in the fields of educational planning, physical education and recreation.

Keywords: fields, recreation, leisure.

Recibido: 01-03-2013 ~ Aceptado: 21-05-2013

Introducción

El siguiente trabajo de investigación está orientado a la formación de niñas, niños y adolescentes de los liceos bolivarianos del municipio Mara, estado Zulia en el área de recreación. Entre los aspectos más importantes de la problemática esta la elección de actividades por parte de los estudiantes para emplear su tiempo libre, el cual dedican a actividades poco educativas o formativas, influenciado por el inadecuado uso que le dan a la tecnología y los medios de comunicación, esto a su vez se afianza en que las instituciones educativas en el municipio Mara no ofrecen actividades para que el estudiante tenga la opción de elegir actividades que estimulen su proactividad y se puedan desarrollar durante su tiempo libre.

En consecuencia, para la formación en este sentido se identificaron las áreas de la recreación, se establecieron los beneficios de su práctica y se determinó que uso le dan los alumnos a su tiempo libre. Seguidamente se formuló la interrogante acerca de cómo mejorar el uso del tiempo libre de los alumnos, justificando la investigación y definiendo la delimitación de la misma.

Como referentes teóricos de la investigación, se tomó en consideración los trabajos de Céspedes (2003), Rondón (1999), Morantes (1999), entre otros, quienes sustentaron científicamente la investigación y aportaron elementos de incalculable valor para este trabajo. El tipo de investigación fue descriptiva, prospectiva, con un diseño no experimental, transeccional de campo. Asimismo, se menciona la po-

blación, la cual estuvo conformada por diez mil ochocientos veintisiete estudiantes (10.827), pertenecientes a los liceos bolivarianos del municipio Mara, siendo la muestra de tipo probabilística estratificada constituida por (200) sujetos. Se aplicó un cuestionario, instrumento que fue validado por 5 expertos para su aprobación y seguida aplicación; por medio de la información recolectada a través del mismo se logró evidenciar que en los liceos bolivarianos no existe un programa deportivo-recreativo para el buen uso del tiempo libre de los estudiantes, sin embargo estos manifestaron gran disposición de participar en las actividades, las cuales pertenecen a las áreas de la recreación al aire libre, deportiva, sociales y artístico-culturales, igualmente se establecieron los beneficios de estas actividades, destacando la motivación, liberación del estrés, buen uso del tiempo libre y mejorar la calidad de vida.

Situación problemática

En las últimas décadas, el hombre se ha preocupado por adquirir más periodos de descanso. Hoy día, ha logrado esos derechos; posiblemente no esté preparado para emplear su tiempo libre de manera constructiva, no tiene conciencia en qué consiste, como se utiliza y no posee información que le brinde opciones para hacer una adecuada elección de actividades recreativas, que contribuyan a su diversión, relajación, integración y desarrollo personal.

Con relación a lo expuesto anteriormente, en la actualidad los niños y

niñas dedican gran parte de su tiempo libre o de ocio a actividades poco educativas e improductivas, tales como: la televisión, videos, música, videojuegos e incluso se puede mencionar la pornografía infantil.

En este sentido Vera (1990), plantea que el empleo del tiempo libre en actividades recreativas que nos haga olvidar las diarias presiones, nos permite estar y disfrutar de la vida en familia y en comunidad, fortaleciendo lazos de amistad e identificación social que son las bases de una vida satisfactoria y más plena. De estas evidencias, se supone que las personas que se han preparado para el desarrollo de su vida en aspectos relacionados con la recreación explorando sus propias capacidades, probándolas en varias actividades de su tiempo libre.

Partiendo de los supuestos anteriores, Aguilar citado por Martínez (2004) afirma que la recreación se manifiesta como un proceso mediante el cual el ser humano logra modificaciones en su forma de ser, que forma parte del proceso de producción, reproducción, economía, política e ideología durante el tiempo libre como extensión de la jornada diaria.

Al analizar esta definición, se observa la necesidad de la recreación en todo programa y plan de desarrollo humano, tomando en cuenta que el hombre necesita luego de una dura jornada diaria, preocupaciones y tensiones, la posibilidad de encontrar en la recreación el desahogo a sus nervios, el descanso adecuado o la actividad compensadora que restablezca el equilibrio físico y emocional.

De lo contrario, se podría llegar a la frustración, al poco desarrollo de su personalidad y facultades creadoras, hasta el desinterés por la vida misma, conduciéndola a los peores vicios. Por consiguiente, las actividades recreativas, deben considerarse parte integral de la estrategia social de todo plan de desarrollo.

Por lo antes señalado, se debe fomentar una conciencia relacionada con la importancia de la recreación y el buen uso del tiempo libre a través de la formación dada por los profesores, ya que los niños, niñas y adolescentes pasan gran parte de su jornada diaria en los liceos bolivarianos, por ello es importante destacar el valor que tiene el tiempo libre y cómo el buen uso del mismo ayudara en la formación de los estudiantes como personas, a la vez que los alejara de muchos de los males que aquejan a la sociedad, tales como la ansiedad, depresión, aislamiento, alcoholismo, drogadicción, pornografía infantil, entre otras.

Marco teórico

En este mismo orden de ideas Vera (1995) argumenta que la recreación es toda experiencia o actividad la cual proporciona al hombre satisfacción en libertad, favoreciendo el uso positivo del tiempo libre, permitiendo al hombre el reencuentro consigo mismo como ser humano sin presiones ajenas o externas.

Para conceptualizar la recreación, se toma en cuenta al autor Seda (2001), el cual la define como cualquier actividad a que el individuo se

entrega voluntariamente y que contribuya a su desarrollo físico, mental o moral, incluyendo cualquier actividad en los campos de la música, el drama, el arte, la artesanía, la ciencia, la literatura, el estudio de la naturaleza, el contacto con el ambiente natural, los deportes y cualquier tipo de juego que incorpore las áreas anteriormente señaladas.

Por otra parte, Fernández (2006) indica que el hombre busca satisfacer sus necesidades e intereses mediante actividades recreativas que le permitan mejorar sus recursos energéticos y equilibrio bio-psico-social, de allí la importancia que tiene la recreación como alternativa a la utilización del tiempo libre, la cual ha variado conforme e inconscientemente según las circunstancias y la filosofía de la época.

En consecuencia, se puede indicar que la recreación denota una perspectiva de bienestar total para la persona y un elemento compensador frente a las pérdidas de energías, causadas no solo a nivel de estudio y ocupaciones diarias, sino por el paso de los años.

En consecuencia, la recreación puede ser, cuando es bien concebida y adecuadamente desarrollada, apta para todos los seres humanos, de todas las edades, además, de ser una necesidad natural cotidiana.

Importancia de la recreación

Hoy en día, existe un reconocimiento por parte de sociólogos, psicólogos, educadores y otros especialistas de la materia en relación al papel preponderante que juega la recreación

tanta para el sujeto como para el colectivo en general.

En tal sentido, la población necesita recrearse para de esta manera salir un poco del sedentarismo en el cual viven, y de esta manera dejar a un lado el estrés que los carcome día a día, para lograr una vida en armonía consigo mismo y con el ambiente que lo rodea, para ello, Cervantes citado por Céspedes (2003) plantea que se hace necesario conocer la importancia de la recreación en el ser humano a través de los siguientes valores:

- Valor físico: la recreación representa una contribución importante para el bienestar físico del individuo específicamente la forma deportiva, juegos, actividades al aire libre, danzas, gimnasia, natación, entre otros, permitiendo mejorar la salud física al incrementar la capacidad cardiorrespiratoria y cardiopulmonar, la fuerza, el vigor, la energía y la resistencia como producto de la tonicidad muscular, el desarrollo de habilidades y destreza, a través de una adecuada disposición en la formación de hábitos deportivos y recreativos, que influyen en el buen aseo personal, el buen uso del tiempo libre y en la prevención enfermedades crónicas como la obesidad, diabetes hipertensión arterial ocasionadas muchas veces por el sedentarismo.
- Valor social: la recreación es un elemento influyente en las relaciones humanas. Su efecto como fenómeno social trasciende culturalmente, de épocas y tradiciones. Despiertan en el individuo el sen-

tido de respeto, tolerancia, compañerismo, honestidad sinceridad y amistad. Desde el punto de vista grupal, crea un clima de democracia y seguridad social.

En consecuencia, es apremiante que a niños, jóvenes y adultos se les brinden oportunidades recreativas diversas, interesantes y saludables en grupos orientadas a satisfacer las necesidades importantes del contacto social; de lo contrario, se correría el riesgo de que estos se refugien en otras prácticas nocivas para la salud y para la sociedad como lo son el alcohol, drogas y delincuencia,; cualquiera de ellas realizadas en busca de placer y socialización que se encuentran en la actualidad al alcance perjudicando la sociedad y la generación de relevo.

- Valor psicológico: los estudios psicológicos realizados por especialistas han demostrado el valor de la experiencia recreacional como una parte básica de la vida bien equilibrada y feliz del ser humano. En líneas generales, la recreación como elemento catártico permite descargar agradablemente energías físicas y psíquicas durante el tiempo libre y en forma recreativa, produciendo de esta manera una tranquilidad mental en el individuo.
- Valor ambiental: desde mediados del siglo se ha observado una preocupación a nivel mundial en cuanto a la conservación y protección de los recursos naturales, debido al incremento incontrolable y violento de la autopista, cons-

trucciones enormes; esto ha traído como consecuencia, la disminución y destrucción de las áreas verdes y los espacios naturales por un lado, y por el otro la proliferación de industrias están contaminando gran parte de la atmosfera, ríos y lagos.

Áreas de la recreación

Las áreas recreativas, según Infante (2002), persiguen la interacción social y el espíritu de colaboración, el cultivo de la amistad, además de propiciar la participación, la colaboración, el sentido de pertenencia, el reconocimiento a la disciplina y las normas; así como también, el respeto a los semejantes, razón por la cual es conveniente estudiar cada una de las áreas de la recreación de acuerdo a su naturaleza y frecuencia.

Según su frecuencia:

Al respecto Vera (1992) manifiesta que estas son de tipo diaria, de fin de semana, de temporada. La recreación diaria es una de las importante, ya que el hombre al igual que necesita satisfacer sus funciones básicas, diariamente también requiere del esparcimiento mínimo para encontrar el equilibrio entre las obligaciones cotidianas y el cansancio físico generado por el trabajo.

En consecuencia la recreación diaria debe propiciarse en lugares aledaños a la vivienda, en el ámbito laboral, y en el centro de estudio, logrando asegurar el disfrute del tiempo libre en actividades enriquecedoras de la personalidad.

La recreación de fin de semana, le sigue en el alto grado de importancia a

la mencionada con anterioridad, ya que esta corresponde a los periodos sábados y domingos en el cual un alto porcentaje de la población no trabaja o estudia y dispone de mayor tiempo libre, estando en consecuencia en una mejor disposición de hacer uso de ese tiempo, sin las presiones constantes de la jornada laboral. Es importante resaltar que la posibilidad de acceder a las actividades recreativas en este periodo involucra pequeñas inversiones económicas, logrando con ello, el disfrute en familia, o en grupos con intereses comunes, de los parques urbanos, ríos, clubes sociales, playas y montañas.

En este orden de ideas, Robbins (1999), define la motivación como la voluntad de hacer un gran esfuerzo para alcanzar las metas de la organización, condicionado por la capacidad del esfuerzo para satisfacer algunas necesidades personales.

Para Romero (2000) la motivación es una red de conexiones cognitivo-afectivas relacionadas con el desarrollo de la persona, implicando un uso exigente de capacidades y destrezas para beneficio personal y colectivo.

Las definiciones propuestas enfatizan que las motivaciones se dan para satisfacer tanto las necesidades del individuo como de las organizaciones, ya que estas constituyen los centros de realización del hombre.

Para Ruetter y Conde (1998), la función gerencial exige el manejo de la supervisión como un elemento importante para el logro de la eficiencia y eficacia de la organización. De tal forma, que el desempeño de la labor gerencial se hace necesario desarrollar acciones tendientes a satisfacer este caso, las dis-

tintas necesidades individuales de los actores involucrados en el proceso de la generación de un servicio educativo.

De esta manera la recreación se convierte en un elemento importante dentro de las instituciones educativas especialmente en los liceos bolivarianos ya que la misma incrementa la motivación por parte de los estudiantes propiciando espacios de participación disminuyendo incluso la deserción de escolar.

Beneficios de la recreación

Los beneficios de la recreación son muy amplios y abarca las diferentes dimensiones del ser humano, al respecto, Osorio (2001) los ubica en cuatro grupos de la siguiente manera:

- **Beneficios individuales:** Se refiere a las oportunidades para vivir, aprender, compartir y llevar una vida satisfactoria y productiva, así como, para encontrar caminos donde puedan experimentar sus propósitos, placer, salud y bienestar. Entre los más específicos se encuentran; una vida plena, balance entre trabajo, relación con los demás y juego, motivación, satisfacción con la vida, calidad de vida, desarrollo, crecimiento personal, autoestima, sentido de acompañamiento, creatividad, adaptación, solución de problemas, toma de decisiones, salud, mantenimiento físico, bienestar psicológico, satisfacción personal, sentido de aventura y otros.
- **Beneficios comunitarios:** Se refiere a las oportunidades para vivir e interactuar con la familia, los grupos

de trabajo, los vecindarios, las comunidades y el mundo. Ninguna persona es una isla, vivimos y nos relacionamos con otros, el ocio, la recreación y parques juegan un rol integral en la provisión de oportunidades para estos tipos de integraciones, entre los beneficios más específicos incluyen comunidades vitales, integración familiar, comprensión étnica, apoyo para los jóvenes, condiciones adecuadas para los mayores, mayor autonomía, reducción de la delincuencia y otros.

- Beneficios ambientales: provee y preserva parques y espacios abiertos, contribuye a la seguridad y salud de sus habitantes, entre los beneficios específicos incluyen; alud, protección ambiental, reducción del estrés, recursos para la comunidad, incremento de los valores de la propiedad, limpieza del aire, protección del ecosistema y otros.
- 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, entre los beneficios más específicos se encuentran; estímulo económico, reduce los costos de salud, reduce el vandalismo, cataliza el turismo y mantiene una fuerza de trabajo productivo.

Atendiendo a estas consideraciones, la recreación se puede constituir en un satisfactor de múltiples necesidades y de manera sinérgica en motor del desarrollo humano, al generar procesos individuales y comunitarios que

no solo se reducen a la experiencia y el encuentro del individuo consigo mismo o al estado emocional que se da en ese encuentro, sino que trasciende como experiencia social.

En el campo educativo, la vivencia de actividades recreativas bien planeadas, con sustento pedagógico y estructurado metodológicamente garantiza una serie de beneficios relacionados con el aumento de la motivación, disminución del estrés, aprovechamiento del tiempo libre y mejoramiento de la calidad de vida.

Liberación del estrés

Una forma de contribuir al entendimiento del estrés es citando la definición de Slipak (1996), quien señala:

El estrés es la fuerza o el estímulo que actúa sobre el individuo y que da lugar a una respuesta, también implica una respuesta fisiológica o psicológica del individuo ante un estresor ambiental y es una consecuencia de la interacción de los estímulos ambientales y la respuesta idiosincrásica del individuo.

Esta respuesta, la cual lleva una serie de cambios físicos, biológicos y hormonales, previa evaluación o atribución consciente o inconsciente de los factores estresantes, la que permite responder adecuadamente a las demandas externas. Es decir, la respuesta del organismo se realiza en los planos biológicos, físicos y psicológicos.

En la escuela, la tensión o estrés es un problema serio; tiene relevancia, tanto a nivel individual, grupal, como también implicación para el sistema educativo. A este respecto, Robbins

(1999), señala "la tensión es una condición dinámica que se presenta cuando un individuo se ve confrontando con una oportunidad, restricción o demanda relacionada con lo que desea y para lo cual el resultado se percibe como incierto e importante".

Estas restricciones representan fuerzas que evitan que los individuos hagan lo que desean mientras que las demandas reflejan pérdidas de algo deseado. El individuo se siente tenso porque enfrenta oportunidades, restricciones y demandas. En consecuencia, existe estrés cuando hay duda o incertidumbre respecto de si se aprovechara la oportunidad, se eliminara la resistencia o se evitara la pérdida. La tensión es mayor para aquellos individuos que perciben que hay incertidumbre de ganar o perder y menos, para aquellos que piensan lo contrario.

Existen organizaciones que se refieren al estrés como una enfermedad para toda la sociedad. Reciente la productividad, al afectar la salud mental y física de los estudiantes. En este sentido las instituciones educativas deben ayudar a sus alumnos a hacer frente al estrés y reorganizar con cuidado las actividades diarias, en función de las actitudes y las aspiraciones; de este modo tienen más posibilidades de lograr ventajas competitivas.

La planeación realizada en el nivel institucional de una escuela recibe el nombre de planeación estratégica educativa, Serna (1999), la define como:

Proceso mediante el cual quienes toman decisiones en una organización obtienen, procesan y analizan información pertinente, interna y externa

con el fin de evaluar la situación presente, así como su nivel de competitividad con el propósito de anticipar y decidir sobre el direccionamiento de la institución hacia el futuro.

Por su parte, Ramanantsoa citado por Abascal (2004), lo define como:

Proceso organizativo que intenta mostrar con antelación los cambios estructurales estratégicos, que permite el acoplamiento entre los distintos departamentos o coordinaciones de la escuela y también intenta adaptar a la comunidad educativa en general según su especialidad para el mejor cumplimiento de los objetivos educacionales.

En relación a las consideraciones anteriores, se puede mencionar que una adecuada planificación que responda a las necesidades de distracción y entretenimiento de los estudiantes en los liceos bolivarianos por medio de la oferta de actividades recreativas, contribuye positivamente en la liberación del estrés y por consiguiente en el restablecimiento del equilibrio psíquico, físico y emocional que le permite responder de manera equilibrada ante las diferentes situaciones de su vida cotidiana.

Calidad de vida

Zamora y García, citados por Martínez (2004), define la calidad de vida como una categoría sociológica que expresa las características cualitativas de la vida; mide a diferencia del nivel de vida, el grado en que se satisfacen las demandas más competas que no se pueden cuantificar.

Para mejorar la calidad de vida, es necesario utilizar el tiempo libre en actividades gratas que le produzcan al individuo satisfacción en el momento y después de realizarlas, conduciéndolo a una estabilidad emocional, social y psicológica.

La calidad de vida en la escuela es un concepto y una filosofía, cuyo fin es mejorar la vida del estudiante, docente o cualquier otro personal involucrado en el proceso educativo. A este respecto Dolan, Shuler y Valle (1999), la definen como:

Proceso por el cual todos los miembros de la organización tienen voz en las decisiones que afecten su participación en las actividades a realizar, a través de canales de comunicación abiertos y adecuados, que darán como resultados mayores implicaciones y satisfacción en las actividades a realizar y menos niveles de estrés y fatiga.

Tiempo libre

Históricamente el valor del tiempo libre y la concepción moral de su utilización ha variado hasta adquirir un valor en sí mismo y puede decirse actualmente, que es una conquista social colectiva.

Diversos autores han tratado el tema del tiempo libre, entre ellos Torres (2004), quien lo define: como aquel del cual dispone cada ser para hacer lo que quiere, después de satisfacer las necesidades primarias, cumplida la jornada laborales y las demás obligaciones sociales y familiares inherentes a la cotidianidad.

A este respecto, el hacer lo que se quiere en su sentido positivo, cada in-

dividuo supone una vivencia de libertad, paz y goce profundo del ser; no obstante este estado está prescrito a la satisfacción de necesidades primarias del ser.

De igual manera, Vera (1995), señala que el tiempo libre "provee la oportunidad para que el ser humano se involucre con una gran diversidad de actividades y de conductas en un ambiente menos conducente a frustraciones y de mucha más latitud de acción", en consecuencia, estas diversas oportunidades facilitan la expresión en el ser, ya que, se brinda el ambiente propicio que no tiene dentro de sus actividades diarias.

Metodología

La metodología utilizada durante la investigación se caracterizó por ser descriptiva, prospectiva, proyecto factible con un diseño no experimental, transeccional y de campo. La población estuvo conformada por diez mil ochocientos veintisiete estudiantes (10827), pertenecientes a los liceos bolivarianos del municipio Mara, siendo la muestra de tipo probabilística estratificada constituida por (200) sujetos. La técnica utilizada para la recolección de datos es la encuesta y el instrumento fue el cuestionario medido con escala tipo Lickert de cinco (5) alternativas de respuesta; instrumento validado por expertos en el área de planificación educativa, educación física y recreación; instrumento al cual se le calculó la confiabilidad mediante la fórmula Alpha de Cronbach obteniéndose un 0,72 de confiabilidad en la aplicación del instrumento, situándolo en

una magnitud alta, considerándose el mismo altamente confiable.

Resultados de la investigación

Los resultados arrojados a través del instrumento de recolección de datos aplicado permitieron evidenciar que los niños, niñas y jóvenes le atribuyen gran importancia a su tiempo libre ya que le proporciona placer y libertad mencionando que mediante la recreación experimentan armonía consigo mismo y con el ambiente que les rodea. También expresaron que actividades recreativas contribuyen al desarrollo de su motricidad y estimula su capacidad de aprendizaje, tal como lo expone infante (2002), quien señala que la recreación contribuye al desarrollo físico, moral mental, espiritual y social del ser humano. Asimismo es preciso mencionar que le dedicándole mayor interés hacia aquellas donde su desempeño es destacable. Sin embargo, manifestaron que en los liceos casi nunca existen espacios y equipos para la ejecución de actividades recreativas.

Considerando las diversas áreas en las que se pasea la recreación se pudo obtener los siguientes: en relación al aire libre su atención se ubicó en un rango bajo debido a que no se realizan campamentos ni caminatas tan solo paseos. En el mismo orden de ideas expresaron que en cuanto al área deportiva la actividad que mayormente se realiza son los juegos competitivos. En cuanto al área social se desarrollan verbenas y en algunas ocasiones se realizan fiestas conmemorativas a este respecto vera (1995), las actividades recreativas de carácter social constituyen

una gran gama de actividades que tiende a mejorar la relación entre los miembros de la familia, comunidad y permite la ocupación del tiempo libre sin mayores esfuerzos físicos o de instalaciones especiales.

En relación al área artístico-cultural Vera (1995), son aptas para cualquier edad y el participante puede recrearse como protagonista desplegando su potencial creativo o como espectador por medio de la contemplación y sublevarción del espíritu. En este sentido esta área está bastante desatendida puesto que pocas veces se realizan actividades de teatro al igual que los concursos y los musicales.

Por otro lado, entre los beneficios derivados de la recreación se desataca la motivación, donde Romero (2000), la describe como una red de conexiones cognitivo-afectivas relacionadas con el desarrollo de la persona en beneficio personal y colectivo en cuanto a este aspecto indicaron que este tipo de actividades influyen positivamente en su comportamiento, pero que casi nunca existen espacios de tiempo para la ejecución de estas actividades; la liberación del estrés también se pudo evidenciar ya que los sujetos mencionaron que por medio de la ejecución de estas actividades liberan tensiones de cualquier tipo permitiéndoles mejorar el control de sus emociones tal como lo expresa Robbins (1999), traducándose en mejoras a la calidad de vida coincidiendo con lo expresado por Zamora y García (2004).

Así mismo, al referirnos a tiempo libre Torres (2004) lo describe como aquel del cual dispone cada ser para hacer lo que quiere después de satisfe-

chas las necesidades primarias, cumplidas las jornadas laborales y demás obligaciones sociales y familiares inherentes a la cotidianidad. En este sentido los sujetos encuestados manifiestan que casi nunca usan su tiempo libre para la práctica de actividades recreativas.

Conclusiones

Tomando en consideración los objetivos formulados en la investigación y los resultados arrojados por el instrumento se establecen las siguientes conclusiones.

Los alumnos en su mayoría consideran que la recreación brinda gran variedad de actividades como alternativa para invertir su tiempo libre, además promueve la participación y contribuye en el mejoramiento de su rendimiento intelectual, lo cual favorece a su desarrollo integral; asimismo, manifiestan casi en su totalidad que por medio de este tipo de actividades experimentan armonía consigo mismo y con el ambiente que les rodea. Todos estos señalamientos permiten evidenciar que la recreación es de gran importancia para los estudiantes. Es necesario mencionar que más de la mitad de los alumnos coinciden en que casi nunca existen espacios y equipos para la ejecución de las actividades recreativas en los liceos, al igual que un porcentaje bajo indicó que se realizan con muy poca frecuencia actividades de este índole.

Dentro de las áreas de la recreación a desarrollarse están: al aire libre, deportiva, social y artístico-cultural, con referencia a la primera de ellas, se

pudo identificar que en los liceos no se realizan caminatas, mientras que un porcentaje excesivamente bajo señaló que se realizan paseos; al igual que casi en su totalidad manifestaron que no se realizan campamentos en la institución donde estudian.

Por otro lado en relación al área deportiva, menos de la mitad de los sujetos señaló que se realizan festivales deportivos, sin embargo más de la mitad de los alumnos mencionó que siempre se realizan juegos competitivos. Seguidamente con respecto al área social un alto porcentaje de los estudiantes manifiestan que se realizan verbenas; no obstante, menos de la mitad indican que solo algunas veces se desarrollan fiestas conmemorativas, encuentros intersecciones o interescuelas. En el mismo orden de ideas el área artístico-cultural, refleja que solo algunas veces se realizan este tipo de actividades como teatro o concursos esto fue señalada por más de la mitad de los alumnos.

En relación a lo antes expuesto, las actividades de mayor demanda son las caminatas, paseos, campamentos, juegos competitivos, deportes a tanto individuales como colectivos, juegos de integración, fiestas conmemorativas, encuentro interescuelas e intersecciones, show musicales y concursos variados.

De igual manera se establecieron los beneficios de la recreación resaltando la motivación, puesto que un poco más de la mitad de los alumnos señaló que las actividades recreativas influyen positivamente en su comportamiento; asimismo, la mitad de los estudiantes plantean que nunca tienen horario

para la realización de este tipo de actividades; otro de los beneficios es la liberación del estrés, un alto porcentaje de los estudiantes señalo que las actividades recreativas le ayudan a liberar el estrés y controlar sus emociones en diferentes situaciones de su vida cotidiana. En consecuencia la calidad de vida resalta como otro de los beneficios puesto que los estudiantes por medio de su participación en este tipo de actividades se sienten más a gusto con el ambiente de estudio y manifiestan en su totalidad que participan en las actividades por iniciativa propia.

En lo que respecta a la determinación del uso que le dan los estudiantes de los liceos bolivarianos a su tiempo libre, resalta la importancia que tienen las actividades recreativas ya que, más de la mitad de los sujetos utilizan el tiempo libre para realizar actividades que según ellos son recreativas. Asimismo, los alumnos en su totalidad consideran que la recreación es útil en el aprovechamiento de su tiempo libre de manera productiva ofreciendo gran variedad de actividades tales como caminatas, paseos, campamentos, juegos competitivos, deportes individuales o colectivos, juegos de integración, entre otros.

Toda esta recopilación nos permite constatar la realidad de los liceos bolivarianos donde los estudiantes carecen de espacios físicos, de tiempo al igual que de equipamiento para la práctica de actividades recreativas. En consecuencia es necesaria la ejecución de este tipo de actividades según las diferentes áreas donde se pueden elegir y participar en cualquier actividad ubicándose según su interés, necesidad o

potencialidad, esta implementación se puede llevar a cabo de forma eficaz y eficiente por medio de la implementación de un programa deportivo-recreativo que abarque y atienda las diferentes áreas de la recreación.

Referencias bibliográficas

- Abascal, F (2004). **Como se hace un plan estratégico**. Sin Editorial.
- Aguilar, L (2003). **Hombre Sociedad y Recreación**. XII Congreso Panamericano de Educación Física, Guatemala.
- Céspedes, F (2003). **Plan estratégico de recreación laboral en institutos privados de Educación Superior**. Trabajo de Maestría. Universidad Rafael Belloso Chacín. Maracaibo-Venezuela.
- Dolan, Shuler y Valle (1999). **La gestión de los recursos humanos**. Mc. Graw Hill. España.
- Fernández, D (2006). **Las Actividades Recreativas al Aire Libre como medio de la Educación Física**. IX Congreso Nacional de Educación Física, Deporte y Ciencias Aplicadas. Instituto Pedagógico de Barquisimeto-Venezuela.
- Hernández, Fernández y Baptista (2006). **Metodología de la Investigación**. México. Mc. Graw Hill.
- Infante, A (2002). **La recreación y su planificación**. Editorial ULA. Venezuela.
- Martínez, E (2004). **Programa de Actividades Recreativas para el Sector Laboral de la Universidad Pedagógica y Tecnológica de Colombia**. Trabajo de Maestría, Universidad del Zulia. Maracaibo-Venezuela.
- Morante, O (1999). **Plan de actividades recreativas para el mejoramiento del**

- rendimiento deportivo. Tesis de grado. LUZ. Maracaibo-Venezuela.
- Osorio, E (2001). Los beneficios de la recreación desde una perspectiva del desarrollo humano. Fundación Colombiana de Tiempo Libre y Recreación. II Simposio Nacional de Vivencia y gestión en recreación. Cali. Colombia.
- Robbins, S (1999). **Comportamiento Organizacional**. VII Edición. Prentice Hall.
- Romero, F (2000). La recreación. IV Congreso Nacional de Educación Física y Recreación. Ciudad Guayana-Venezuela.
- Rondón, J (1999). La recreación en las escuelas técnicas comerciales. Trabajo de grado. LUZ. Maracaibo-Venezuela.
- Ruetter, O y Conde, R (1998). **La recreación en el contexto educativo**. Editorial. Estelar. Panamá.
- Seda, I (2001). **Contextualización de la recreación**. Publicaciones y medios publicitarios. Pamplona-Colombia.
- Serna, II (1999). **Gestión Estratégica**. 3R Editores. Bogotá-Colombia.
- Slipak, W (1996). The Recreations in the High School. Material mimeografiado.
- Torres, J (2004). Deportes para todos. II Conferencia Internacional de Recreación y Deporte para todos. Maracaibo - Venezuela.
- Vera, C (1990). **Instalaciones para la recreación en tiempo libre**. Volumen IV. Puerto Rico.
- Vera, C (1992). **Recreación**. Ediluz. Maracaibo-Venezuela.
- Vera, C (1995). **Tendencias de la recreación**. Universidad de Pamplona, Educación para la recreación comunitaria. Colombia.