

Actividades físico-recreativas de los estudiantes de carreras pedagógicas en la utilización del tiempo libre



CU-ID: 2046/v18e15

Physical-recreational activities of pedagogical careers' students in the use of free time

Atividades físico-recreativas de estudantes de carreiras pedagógicas no uso do tempo livre

Juan Pablo Machado Almanza*, Teresita Delgado Ramirez

Universidad Central Marta Abreu, Villa Clara, Cuba. E-mail: tdelgado@uclv.cu

RESUMEN: Las insuficiencias en la utilización del tiempo libre con actividades físico-recreativas de los estudiantes de las carreras pedagógicas, limitan la formación del profesional. El objetivo es diagnosticar la situación actual en cuanto al uso del tiempo libre con actividades físico-recreativas en los estudiantes de las carreras pedagógicas de la Universidad de Villa Clara. Se realiza un estudio de carácter descriptivo. Como resultado se estudiaron las particularidades de la vida estudiantil actual, se destaca que desconocen actividades y formas de recreación sanas. La institución valoró la gran importancia del tema que da respuesta a uno de los problemas actuales de los jóvenes la sociedad.

Palabras clave: actividades físico-recreativas, recreación, tiempo libre, jóvenes.

ABSTRACT: The deficiencies in the use of the free time with physical-recreational activities of pedagogical careers' students, limit the professional's formation. The objective is to diagnose the current situation regarding the use of free time with physical-recreational activities in the students of pedagogical careers of the University of Villa Clara. A descriptive study is carried out. It was based on the concepts of culture, recreation, physical recreation, physical-recreational activity, free time, participation, youth and community. As a result the particularities of the current student life were studied, it stands out that they ignore activities and healthy recreation forms. The institution valued the great importance of the topic that gives answer to one of the current problems of the youths in the society.

Keywords: physical-recreational activities, recreation, free time, youth.

RESUMO: As insuficiências no uso do tempo livre com atividades físico-recreativas dos alunos das carreiras pedagógicas, limitam a formação do profissional. O objetivo é diagnosticar a situação atual do uso do tempo livre com atividades físico-recreativas nos alunos das carreiras pedagógicas da Universidade de Villa Clara. É realizado um estudo descritivo. Baseou-se nos conceitos de cultura, recreação, recreação física, atividade física recreativa, tempo livre, participação, juventude e comunidade. Como resultado, foram estudadas as particularidades da vida estudantil atual, destaca-se que eles desconhecem atividades saudáveis e formas de recreação. A instituição valorizou a grande importância do tema que responde a um dos problemas atuais dos jovens na sociedade.

Palavras-chave: atividades físico-recreativas, recreação, tempo livre, juventude.

INTRODUCCIÓN

El papel que juegan las actividades físico recreativas en el desarrollo humano está respaldado en Cuba no solo por los estudiosos del tema (Sosa Loy y Aldo Pérez, 2018), sino también por lo que plantea la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura. Se puede reafirmar la necesidad de preservar, reforzar y fomentar la misión de contribuir al desarrollo sostenible y al mejoramiento del conjunto de la sociedad, (UNESCO, 2017). Promover el caminar, el montar bicicleta, el deporte, la recreación activa y el juego puede contribuir directamente a muchos de los objetivos de desarrollo sostenibles para el 2030. Según OPS, (2018). El aumento de la actividad física lleva un enfoque sistémico.

La preparación cultural integral supone la formación de un profesional que defienda, con sólidos argumentos, la historia y el quehacer nacional, que actúe acorde con los principios y valores más genuinos de su país y del proyecto social que comparte día a día.

Es evidente que se debe seguir trabajando en la comprensión integral sobre el valor e importancia de la cultura por parte de profesores y estudiantes. Promover el desarrollo pleno de capacidades físicas, intelectuales en el egresado de sus centros universitarios. (Domínguez, 2018). Es muy importante la formación de los estudiantes, que aprendan a utilizar su tiempo libre de forma sana y saludable realizando actividades físico recreativas.

*Autor para correspondencia: Juan Pablo Machado Almanza. E-mail: jmachado@uclv.cu y jpalmanza94@nauta.cu

Recibido: 20/02/2022

Aceptado: 15/06/2022

Ello demuestra la necesidad de tomar más en cuenta estos momentos para la formación de los estudiantes de las carreras pedagógicas, conocedores de la situación actual (Sosa, 2000), en ese sentido se considera insuficiente la utilización del tiempo libre con actividades físico-recreativas, por lo que limita su formación profesional en y para el uso de ese tiempo.

El objetivo de esta investigación es diagnosticar la situación actual del uso del tiempo libre con actividades físico-recreativas en los estudiantes de las carreras pedagógicas de la Universidad de Villa Clara.

MATERIALES Y MÉTODOS

Es un estudio de carácter descriptivo donde se analizan las tendencias en cuanto a la realización de actividades en forma recreativa en el tiempo libre de los estudiantes de carreras pedagógicas de la Universidad Central Marta Abreu de las Villas, para ello se aplican encuestas entrevistas, instrumento de presupuesto del tiempo libre y la revisión documental en relación con los documentos de extensión universitaria, las estrategias educativas de las carreras y los planes del departamento de educación física y deporte universitario.

Se selecciona la muestra de manera intencional escogándose 10 estudiantes por cada carrera y 5 por cada carrera de ciclo corto para un total de 150 estudiantes de las facultades pedagógicas de la Universidad Central Marta Abreu, Villa Clara, Cuba. Estos conforman los cursos diurnos y la modalidad nueva de ciclo corto. Todos son becados y abarcan un grupo etario entre 16 y 24 años teniendo como particularidad que los que entran con 16 pertenecen a los cursos de ciclo corto de la educación superior que egresan al terminar el noveno grado. Una gran parte reciben clases en una sola sesión, la mañana o la tarde, aunque otra parte en las dos sesiones lo que solo depende de la carrera que cursen y la modalidad en que se encuentren.

También se tuvieron en cuenta los dos profesores que atienden extensión universitaria en la sede pedagógica. Radican de forma permanente de lunes a viernes. Tienen cada uno más de 10 años de experiencia en el área de extensión universitaria.

El Analítico-sintético propició el estudio de la bibliografía consultada, así como de investigaciones realizadas con anterioridad. Permitió la descomposición en partes de los elementos conceptuales para su posterior integración, interpretación y análisis.

El Inductivo-deductivo se evidenció al pasar de un conocimiento particular a uno general a través de la inducción. Pérez (1997). En la deducción hubo un tránsito de un conocimiento general a uno particular, lo que se puso de manifiesto al elaborar las acciones a partir de los conocimientos especiales de la recreación.

La encuesta se le aplicó a los profesores de manera tal que expresaran lo que hacen, lo que les están ofertando y lo que les gustaría hacer como actividad

física en su tiempo libre. Para su inclusión se tuvo en cuenta los siguientes datos: edad, convivencia, nivel profesional, especialización y horario de trabajo.

La entrevista se les aplicó a los dos profesores del área de Extensión Universitaria que radican en las facultades, de forma individual. Se obtuvo como dato importante que estos promotores de actividades son permanentes en cada facultad por lo que ello facilitó su inclusión en el estudio.

En el análisis documental se tuvieron en cuenta todos los documentos de extensión universitaria así como los documentos del departamento de Educación Física.

El autorregistro de tiempo se aplicó el autorregistro de tiempo a los estudiantes ya que es una manera más segura de saber en qué emplean o utilizan el tiempo libre, qué actividades efectúan y cuáles son sus preferidas. Esto se realizó en un marco de 24 horas en un día normal de clases cuando no tuvieran que dejar de hacer nada y pudiera describir todo lo realizado.

RESULTADOS

Las actividades recreativas, deportivas ofrecen oportunidades de desarrollo y bienestar a todo el que la practique, pero hoy en día su práctica se ve amenazada por distintos factores: tales como; los avances que día a día trae la tecnología que puedan ser dañinos o utilizados con ese fin y el consumo excesivo de drogas y sustancias nocivas. Se muestra a continuación los resultados de la encuesta aplicada a los estudiantes de las carreras pedagógicas de la universidad de Villa Clara.

El 100% de los estudiantes en estudio coincidieron en que no se les brindan actividades físico-recreativas en el tiempo libre.

El 70% de los encuestados son tecno-dependientes y no practican actividad física alguna por lo que les gusta estar todo el tiempo conectados a las redes sociales, ver televisión o dormir.

A un 40% les gustaría que les brindaran actividades como:

Festivales recreativos, copas deportivas, actividades recreativas en horarios nocturnos, actividades en la comunidad.

Al 60% les gustaría hacer ejercicios aerobios en los horarios de la tarde antes de la comida.

Entrevista a los profesores de extensión universitaria

Según los profesores encargados de las actividades extensionistas y extracurriculares no se les ofertan ni se les han ofertado actividades físico-recreativas a los estudiantes. Estos se apoyan en que son pocos los profesores que laboran y no disponen de tiempo ni capacidad para todas las tareas encomendadas por la institución. Además, que los medios con que cuentan son insuficientes y de muy baja calidad por lo que muchos están de baja técnica.

También expresan que antes les ofertaban recreación a los estudiantes para lo cual contaban con un técnico de audio que hoy en día ya no labora, este les ponía música por las tardes y una vez a la semana disponían de un tiempo para la recreación. En la actualidad no existe una persona en la institución que se encargue de eso.

Existían las caravanas históricas en conmemoración de efemérides, lo cual desapareció al ocurrir la integración con la universidad, al igual que las actividades que desarrollaban las diferentes sedes de forma independiente. Se destacan solo las centralizadas, planificadas por la institución en el horario curricular y están normadas por un plan de trabajo.

La revisión documental

Se revisaron y estudiaron los planes de estudio de las carreras (Programas de asignaturas comunes, plan de trabajo de la universidad para el año 20-21), para ver si se planificaba alguna actividad. También se tuvieron en cuenta los documentos del departamento de Educación Física (planes de clases, proyectos y actividades extracurriculares planificadas) en los cuales se relata que antes se planificaban y hacían actividades, pero desde la integración no se planifican actividades ni tampoco funciona la cátedra de Pioneros, lo cual posibilitaba el desarrollo integral para el futuro profesional quien se enfrentará a disímiles tareas como profesor.

Sobre el autorregistro de tiempo, el gráfico #2. Muestra los siguientes resultados.

Se aplicó el autorregistro de tiempo a los estudiantes; este arrojó resultados más exactos de las actividades que realizan cotidianamente, donde se destacó el uso de las tecnologías por sobre todas las cosas; además, se evidenció el aumento del consumo excesivo de drogas dañinas declaradas por, (González Padrón,

A. , Chou Rivero, O. y Fuentes, I. 2016) como el alcohol y el cigarro, también, la estancia en discotecas hasta altas horas de la noche lo que atenta contra la salud personal y contra la asimilación de los nuevos contenidos de las asignaturas, ya que al no descansar suficientemente tendrían que enfrentarse al otro día a una carga física y mental parecida a la del día anterior sobre todo, teniendo en cuenta que la vida universitaria es muy agitada por las exigencias del estudio y la juventud de los estudiantes.

Auto registro de tiempo

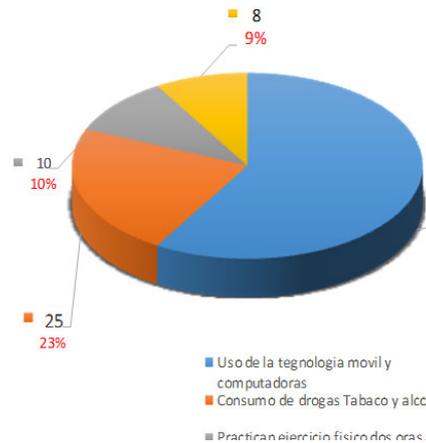


Gráfico #2. Autorregistro de tiempo

DISCUSIÓN

Con este diagnóstico se contribuyó a elevar el conocimiento y formación del uso del tiempo libre como parte de su desarrollo profesional, sobre la base de educar en y para el tiempo libre, destacando las potencialidades de cada cual y partiendo de sus necesidades.

Fue gran aceptación por parte de los miembros de la comunidad universitaria, y ha creado las bases para una futura intervención aplicativa de los diferentes modelos recreacionales. Basado en los gustos y nece-

Análisis de la encuesta aplicada a los estudiantes



Gráfico #1. Resultados más significativos de la encuesta aplicada a los estudiantes.

sidades de la comunidad; también en los diferentes grupos de edades que se manifiestan.

A pesar de que a los jóvenes estudiantes de carreras pedagógicas les gusta dedicar su tiempo libre a ver series salir con los amigos jugar con el móvil y mantenerse en contacto por las redes sociales. Es evidente que les falta orientación para ampliar las actividades que realizan en su tiempo libre, por lo tanto es necesario argumentar la necesidad de educar para una cultura en el uso del tiempo libre con actividades físico-recreativas que contribuyen a un desarrollo integral desde el punto de vista profesional y para la vida. (Galindo, 2019).

CONCLUSIONES

El diagnóstico permitió conocer las necesidades existentes en la comunidad en el uso del tiempo libre por parte de los estudiantes de las facultades pedagógicas y sus deseos, motivaciones y potencialidades para el desarrollo de actividades físico-recreativas.

Se consideró como debilidad la falta de actividades brindadas por la entidad y las diferentes organizaciones, lo que conlleva a la preparación de una serie de medidas que tengan como fin la solución a corto mediano y largo plazo de la problemática.

Es evidente la necesidad de educar para la formación de una cultura en el uso del tiempo libre con actividades físico-recreativas en los estudiantes de las facultades pedagógicas de la universidad de Villa Clara.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Galindo. (2022). *Los juegos tradicionales en las actividades físico-recreativas en el consejo popular*

- Vigia Sandino. DSPACE. UCLV. URL. <http://dspace.uclv.edu.cu:8089/handle/123456789/13502>
- González Padrón, A., Chou Rivero, O. & Fuentes, I. (2016). Educación Física, una vía para la educación ambiental en el contexto contemporáneo. *Revista CIAF*, 3 (1). <http://dspace.uclv.edu.cu:8089/handle/123456789/10862>
- Montes de Oca, Y. (2011). *Acciones para incrementar la participación de los jóvenes en actividades físico-recreativas de la circunscripción 75 del consejo popular Rodrigo Amaro del municipio Santo Domingo*. [Tesis inédita de maestría]. Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo".
- OPS. (2018). *Glocal action plan on physical activity 2018-2030: more active people for a healthier world*.
- Pérez Sánchez, A. (1997). *Recreación: Fundamentos-Teóricos*. Editorial Instituto Politécnico Nacional.
- Rodríguez, U., Domínguez, A. & Rodríguez, L.G. (2018). Sistema de acciones para la implementación de exámenes integradores en la Licenciatura en Cultura Física. *Acción*, 14. <http://accion.uccfd.cu/index.php/accion/article/view/19/54>
- Sosa Loy, D. (2000). *Hacia el necesario tránsito del consumismo al protagonismo como concepción de la recreación*. [Tesis inédita de doctorado]. Instituto Superior de Cultura Física. Villa Clara.
- Sosa Loy; Aldo Pérez. (2018). *Conferencia magistral, Cuba-motricidad*, Palacio de las convenciones.
- UNESCO. (2017). *Educación para los objetivos de desarrollo sostenible 2030*. Ediciones Unesco, Francia.

Los autores declaran no tener conflictos de intereses sobre el artículo

Contribuciones de autor: **Conceptualización:** Juan Pablo Machado Almanza. **Curación de datos:** Teresita Delgado Ramírez. **Análisis formal:** Teresita Delgado Ramírez y Juan Pablo Machado Almanza. **Investigación:** Juan Pablo Machado Almanza y Teresita Delgado Ramírez. **Metodología:** Juan Pablo Machado Almanza. **Administración del proyecto:** Teresita Delgado Ramírez. **Supervisión:** Juan Pablo Machado Almanza. **Validación:** Juan Pablo Machado Almanza. **Redacción-borrador original:** Juan Pablo Machado Almanza. **Redacción-revisión y edición:** Teresita Delgado Ramírez.

Este artículo se encuentra bajo licencia [Creative Commons Reconocimiento-NoComercial 4.0 Internacional \(CC BY-NC 4.0\)](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)