

## EXIGENCIAS PARA LA ACTIVIDAD FÍSICO-RECREATIVA EN EL USO ADECUADO DEL TIEMPO LIBRE POR LOS ADOLESCENTES

Jairo Fernando Enríquez Villarreal.  
Doctor en Ciencias Pedagógicas.

Código ORCID iD <https://orcid.org/0000-0003-1652-5787>. Correo: jairofernan22@hotmail.com

María Lorena Sandoval Jaramillo.

Código ORCID iD <https://orcid.org/0000-0002-1828-6655>. Correo: m\_lore5@hotmail.com

Solangel Morera Núñez.

Licenciada en Educación. Especialidad Informática.

Código ORCID iD <https://orcid.org/0000-0001-8171-4168>. Correo: mununez@ucf.edu.cu

Para citar este artículo puede utilizar el siguiente formato:

Jairo Fernando Enríquez Villarreal, María Lorena Sandoval Jaramillo y Solangel Morera Núñez: "Exigencias para la actividad físico-recreativa en el uso adecuado del tiempo libre por los adolescentes.", Revista Observatorio de las Ciencias Sociales en Iberoamérica, ISSN: 2660-5554 (Vol 2, Número 8, marzo 2021, pp. 248-260). En línea:

<https://www.eumed.net/es/revistas/observatorio-de-las-ciencias-sociales-en-iberoamerica/ocsi-marzo21/tiempo-libre-adolescentes>

### Resumen

Exigencias para la actividad físico recreativa en el uso adecuado del tiempo libre por los adolescentes, es una propuesta que se presenta como artículo con el objetivo de analizar los referentes teóricos que fundamentan el uso del tiempo libre por los adolescentes desde la propuesta de las exigencias que se consideraron en pos de la actividad físico recreativa en el uso adecuado del tiempo libre, por los adolescentes, doctrina para lo cual se asumió una concepción metodológica que se fundamenta en el materialismo dialéctico, al considerar la revisión bibliográfica del tema y presentar la toma de posición de los autores respecto al uso adecuado del tiempo libre a partir de la utilización de actividades físicas recreativas y la presentación de una propuesta que integra la articulación y la naturaleza cognoscitiva, práctica y axiológica de las actividades físicas recreativas en la utilización del tiempo libre, como las exigencias, que se presentan en el resultado de los supuestos que se advierten en el artículo, observados como un aspecto que permitirá se puedan resolver las necesidades identificadas, modificándose las mismas en un resultado positivo que indicará una influencia hacia nuevos

conocimientos, intereses y necesidades de los adolescentes, la integración de las influencias educativas, la planificación y proyección de las actividades al considerar el uso del tiempo libre, como un proceso que conlleva a resultados en la vida de los adolescentes.

**Palabras clave:** Exigencias, actividad físico-recreativa, tiempo libre, adolescentes

## **REQUIREMENTS FOR RECREATIONAL PHYSICAL ACTIVITY IN THE APPROPRIATE USE OF FREE TIME BY ADOLESCENTS**

### **Summary**

Requirements for recreational physical activity in the appropriate use of free time by adolescents, is a proposal that is presented as an article with the aim of analyzing the theoretical references that support the use of free time by adolescents from the proposal of the demands that were considered in pursuit of recreational physical activity in the adequate use of free time, by adolescents, a doctrine for which a methodological conception that is based on dialectical materialism was assumed, when considering the bibliographic review of the subject and presenting the taking of position of the authors regarding the adequate use of free time from the use of recreational physical activities and the presentation of a proposal that integrates the articulation and cognitive, practical and axiological nature of recreational physical activities in the use of free time , such as demands, that arise as a result of the assumptions that are warn in the article, observed in the assumption that it will allow the identified needs to be resolved, modifying them in a positive result that will indicate an influence towards new knowledge, interests and needs of adolescents, the integration of educational influences, planning and projection of activities when considering the use of free time, as a process that leads to results in the lives of adolescents.

**Keywords:** Requirements, physical recreational activity, free time, adolescents

### **Introducción**

La UNICEF (1989); en la Convención sobre los Derechos del Niño establece la atención al esparcimiento y al tiempo libre de niños, adolescentes y jóvenes, todo lo cual está legislado en el artículo 31 de dicha Convención; considerándose por la UNICEF (2016); al esparcimiento como un tiempo de crecimiento personal, de creación, para la recreación y la participación en la sociedad, con una proyección hacia el bienestar y en ello la entiéndase la CEPAL (2016); propone se analicen las actividades que se realizan a ese fin, y plantea desafíos, que deber estar sujetos a investigaciones, desde aristas educativas, culturales y sociales (Enríquez, 2018).

Organizaciones internacionales: UNICEF (2016); CEPAL (2016); dedican espacios para la reflexión y el intercambio en los cuales se discute la atención a los adolescentes, otorgándole prioridad al uso del tiempo destinado a actividades de elección libre, que debe considerar el acceso inclusivo y con igualdad a actividades culturales, recreativas y de esparcimiento, y en ello se plantea en América Latina la urgencia de prevenir y erradicar manifestaciones vulnerables como el maltrato, el abuso y la tendencia al

trabajo infantil (Enríquez, 2018). Además, estas Organizaciones refieren la importancia del uso de los medios digitales para el esparcimiento de los adolescentes y la necesidad de contar con fuentes de información que permitan conocer de forma más integral sus experiencias respecto a las preferencias para el uso adecuado del tiempo libre; sin embargo, le otorgan especial atención a las actividades deportivas y recreativas empleando espacios abiertos en entornos sanos y saludables.

Según Enríquez (2018); la ONU (2015) en sus Objetivos de Desarrollo Sostenible, plantea metas para hacer realidad los derechos humanos de todas las personas y alcanzar la igualdad entre los géneros y el empoderamiento de todas las mujeres y niñas, y en ello conjugan las tres dimensiones del desarrollo sostenible: económica, social y ambiental, estimulando el desarrollo de las personas, el planeta, la prosperidad, la paz, las alianzas que mejorarán notablemente las condiciones de vida de todas las personas y nuestro mundo se transformará en un lugar mejor. En el objetivo que refiere garantizar una vida sana y promover el bienestar para todos en todas las edades, se consideró el derecho a reducir mortalidad de los niños de manera general, el poner fin a las epidemias y las enfermedades transmisibles y no transmisibles mediante la prevención y el tratamiento y la promoción de la salud mental y el bienestar, todo lo cual, aseveran será posible con acciones de prevención e investigación. Luego, el garantizar una educación inclusiva, equitativa y de calidad y promover oportunidades de aprendizaje durante toda la vida para todos, se constituye como un elemento esencial en el cumplimiento de dichos Objetivos del milenio, en el cual ocupa un espacio importante el aprovechamiento del tiempo libre por los adolescentes, tema central de la investigación que se presenta, y en ello, en Ecuador, se identificaron aspectos que merecen la atención desde las aristas que promocionan la cultura física y el deporte.

En consonancia con esas ideas, Camino (2020) alude a las políticas ecuatorianas que asumen un marco legal relacionado con el uso del tiempo libre con el fin de favorecer el desarrollo integral de los niños, adolescentes y jóvenes, a partir de considerar la Convención de los Derechos de los Niños (Unicef, 2006) la Constitución de la República del Ecuador (CRE, 2008, art. 27), el Reglamento General de la Ley Orgánica de la Educación Intercultural, y el Código de la Niñez y Adolescencia, en los cuales se hace referencia, de modo general, al descanso, el esparcimiento, el juego y las actividades recreativas en el uso del tiempo libre, como un derecho que debe ser respetado.

Desde dichas políticas se incentiva el arte, la cultura y la cultura física para crear, recrearse y trabajar; como fundamentos de una convivencia sana, solidaria, equitativa, justa, e incluyente, sin embargo, aún es insuficiente el trabajo que se realiza para el cumplimiento de esas políticas que reconocen el uso adecuado del tiempo libre, aspectos que merecen por su importancia de nuevas ideas y soluciones para su cumplimiento cabal en el en el contexto ecuatoriano, de modo general, y en ello debería prestarse especial atención a los adolescentes, teniendo presente las características de esa etapa y las potencialidades del tiempo libre para su educación.

En esa dirección investigadores internacionales conforman una línea de pensamiento que alude al tiempo libre: Peña, Rodríguez, & Rojas (2015); Martínez, Aznar, & Contreras (2015); reconociéndolo

como el período disponible en el cual el individuo puede realizar actividades que le otorgan un placer personal; generalmente no están relacionados con acciones formativas o laborales; se relaciona con la recreación, luego, depende de la percepción que tenga el individuo de su realidad, quien puede considerar el resultado de acciones divertidas, agradables, entretenidas, placenteras, en actividades personales, familiares, sociales, productivas, de estudio o trabajo.

Otros investigadores: Sandoval (2017); Carballosa, Maya & Navarro (2017); Camino (2020); en sus estudios abordan el uso del tiempo libre frente a la escasa actividad física en la cotidianidad de los adolescentes y jóvenes, luego recomiendan la presentación de nuevas estrategias que permitan un mejor empleo del tiempo, enfatizando en aspectos de consecuencias para la salud como el sedentarismo, las adicciones, el maltrato y la exclusión social que pueden ser resueltas con la actividad física y recreativa en el tiempo libre.

En otras investigaciones se reflejan restricciones en el uso del tiempo libre por sectores poblacionales como las mujeres, y los adolescentes, a quienes se les encargan tareas domésticas que no les permiten usar el tiempo libre en función de sus necesidades culturales y de esparcimiento, aspectos reconocidos por autores como: Zapata (2016); Bedoya, & Bustamante (2016); Aguilar (2017); Carballosa, Maya & Navarro (2017); quienes recomiendan lo necesario de una transformación en el uso del tiempo libre que mitigue los aspectos negativos imperantes en la sociedad y permita el uso correcto de las nuevas tecnologías y espacios, ejemplificando en ello, la televisión, los juegos electrónicos, los dispositivos móviles, que superan las actividades en espacios libres y fundamentadas en la actividad física y recreativa; lo cual tiene marcada incidencia en los adolescentes.

Investigadores ecuatorianos develan en sus doctrinas el interés por la formación de una cultura para el uso del tiempo libre, fundamentadas en la actividad física y recreativa: Guadalupe, & Sandoval (2015); Guanga (2017); y apuntan se debe fundamentar el derecho para ejercer su tiempo libre con total independencia; sin límites de edades, sexos o razas; y considerándose en ello, los beneficios que se obtienen, tanto en lo personal como en lo social.

El tema del uso del tiempo libre en la adolescencia ocupa espacios de reflexión y debate a nivel internacional, por la importancia que tiene la atención a ese grupo poblacional; en ello investigadores reconocen que la adolescencia es la etapa de la vida que está marcada por cambios fisiológicos y psicosociales, que pueden considerarse la antesala de la formación de un joven pleno y seguro, con capacidades para ser resiliente o no ante la vida y los resultados de sus actos: Martín (2016); Muñoz (2017).

Otros investigadores internacionales reconocen la importancia de la atención al uso del tiempo libre por los adolescentes: Martín (2016); Muñoz (2017); y plantean que, existen beneficios en el uso del tiempo libre, a partir de la consideración de la actividad física; como los estilos de vida sanos y saludables, que permiten el desarrollo de la salud mental, la autoestima, y las relaciones sociales fundamentadas en la comunicación asertiva, la inclusión, el respeto al derecho ajeno, la disciplina y la responsabilidad.

En Ecuador, varios investigadores analizan el tema del uso del tiempo libre por los adolescentes: Agila (2016); Carballosa, Maya, & Navarro (2017); y sus planteamientos valoran la importancia de considerar estrategias para modificar los hechos que avalan los sesgos en esa dirección, refiriéndose a las actividades que conllevan al abandono escolar, las adicciones y actos delictivos, entre otras consecuencias; reconociéndose que el tiempo libre, aproximadamente es de 27 horas semanales, y las mismas, generalmente no son aprovechadas en actividades beneficiosas, según la etapa de vida que se refiere; y es significativo que sugieren como deben considerarse estrategias educativas que regulen pedagógicamente el uso del tiempo libre para los adolescentes.

Sin embargo, en los planteamientos teóricos de estos autores se evidencian limitaciones en las propuestas acerca de cómo lograr que los adolescentes usen adecuadamente su tiempo libre a partir de garantizarles una actividad física recreativa ordenada y planificada en correspondencia con sus intereses y necesidades.

Se advierte en las propuestas analizadas la intención de consolidar las políticas culturales y educativas ecuatorianas, aunque no logran fundamentar, desde la teoría, el uso del tiempo libre por los adolescentes, fundamentado en la actividad física y recreativa que tiene lugar en las Instituciones educativas, específicamente en el bachillerato de las Unidades Educativas Laicas de Sangolquí.

El análisis teórico de la bibliografía científica, las constataciones empíricas exploratorias realizadas en los últimos diez años, en la práctica en el bachillerato de las Unidades Educativas Laicas, ubicada en Sangolquí que incluyó el análisis de los principales documentos, observaciones, entrevistas, el intercambio con profesionales del tema en el país y la experiencia profesional de los autores, posibilitó constatar las insuficiencias el uso del tiempo libre por los adolescentes, fundamentado en la actividad física y recreativa, pues: no logran tener el protagonismo para tomar decisiones acerca de cómo usarlo adecuadamente, aspecto que se debe desarrollar en desde la Institución educativa para conseguir los propósitos que plantea la política cultural y educativa ecuatoriana.

Esta situación limita el uso adecuado del tiempo libre por los adolescentes, identificándose en ello, aspectos que ejercen una influencia negativa, en cuanto a:

- El conocimiento de los intereses y necesidades de los adolescentes para el uso adecuado del tiempo libre.
- La planificación y proyección de las actividades para el uso del tiempo libre en correspondencia con los intereses y necesidades de los adolescentes.
- Fallas en la planificación de actividades para el uso del tiempo libre, que se fundamente en las actividades físico recreativas.
- La convocatoria, los compromisos y la comunicación entre los adolescentes y los decisores que organizan su tiempo libre.
- La integración de las influencias educativas en las actividades que se organizan para el uso del tiempo libre.

- Atención dispersa hacia las consecuencias que trae la vulnerabilidad de los adolescentes antes los problemas sociales existentes: abandono escolar, burlas, violencia, drogadicción, alcoholismo, pandillas, entre otras.
- La consideración del uso del tiempo libre, observado como un proceso que conlleva a resultados en la vida de los adolescentes.

Estas insuficiencias permiten plantear la contradicción existente entre el uso del tiempo libre por los adolescentes, y la necesidad de su fundamentación teórica desde la actividad física recreativa y de acuerdo con ello, se identifica la necesidad de contribuir al uso adecuado del tiempo libre por los adolescentes; luego el **objetivo** del artículo se direcciona análisis de los referentes teóricos que fundamentan el uso del tiempo libre por los adolescentes desde la propuesta de las exigencias que se consideraron en pos de la actividad físico recreativa en el uso adecuado del tiempo libre, por los adolescentes, doctrina para lo cual se asumió una concepción metodológica que se fundamenta en el materialismo dialéctico, al considerar la revisión bibliográfica del tema y presentar la toma de posición de los autores.

## **Desarrollo**

### **1. El uso adecuado del tiempo libre a partir de la utilización de actividades físicas recreativas**

Los autores de la investigación asumen los juicios analizados en el estudio bibliográfico del tema y retoma los análisis y argumentos teóricos que se ofrecen como referentes para proponer las exigencias de la actividad físico recreativa en el uso adecuado del tiempo libre por los adolescentes; y se consolidan los juicios emitidos en la configuración de esa idea, todo lo cual que enriquece la teoría, que emana como un resultado del proceso de investigación realizado.

Luego, el uso adecuado del tiempo libre a partir de la utilización de actividades físicas recreativas constituye el centro de este apartado, en el cual se exponen las exigencias que se proponen, tomando como referencias los análisis de investigadores nacionales: Guadalupe, & Sandoval (2015); quienes apuntan como la educación del tiempo libre, debe contribuir a la formación de hombres, que sean capaces de reutilizar su tiempo, preparándose para enfrentar la vida en una realización que les permita, como individuos, asumir normas y valores que los identifiquen como una persona socialmente activa y útil.

Para ese fin, es criterio de la autora, que la utilización del tiempo libre debe constituirse en una elección responsable; que en el caso de los adolescentes, necesita de la orientación de los padres, las familias y los educadores; y en ello la educación tiene un rol muy particular, pues direcciona el proceso de enseñanza aprendizaje, fundamentado en ciencias como la Psicología, la Pedagogía, la Sociología, entre otras, que unidas permiten la tarea de educar para la utilización del tiempo libre, con énfasis en la importancia del mismo para el desarrollo de la personalidad; en aras de lograr en los individuos la capacidad para organizar el tiempo libre.

Además, los autores, en los análisis realizados presentan un supuesto que se direcciona hacia la educación para la utilización del tiempo libre, fundamentada en la actividad física recreativa, pues está demostrado que la misma garantiza que el individuo consolide el descanso físico y mental, y desde esa doctrina lograría la recuperación de las fuerzas, el sostén de la armonía entre el entretenimiento, la diversión, y el conocimiento, todo lo cual permite una asociación de saberes que contribuyen a la formación integral de la personalidad de los adolescentes, quienes deberían emprender acciones ordenadas y planificadas del tiempo libre, que bien aprovechado y utilizado, posibilita la formación axiológica, física, y sociocultural; así como la adquisición de conocimientos, habilidades, actitudes, que se potencian sistemáticamente.

En otra línea de pensamiento: Guanga (2017); reconoce que dicha educación no es exclusiva del tiempo libre, y consideran que la misma funciona como un sistema, en el cual tienen participación activa las Instituciones educativas, las familias, y las relaciones sociales que se transmiten de forma espontánea en la conciencia social del individuo; y en ello, hay un universo complejo que interactúa desde la cultura del tiempo libre, a partir de la unión de dos factores: la educación y la cultura de la actividad humana para el uso del tiempo libre.

Así, los autores consideraron que la educación en el tiempo libre, debería complementarse con la participación de diferentes factores, cuya articulación contribuiría a la formación integral de la personalidad de los adolescentes, preparándolos para el futuro, pues en dicha articulación sería evidente la unidad de criterios, la dirección unánime, la prevención de conflictos y la organización de acciones que respondan al interés por nuevos conocimientos, en los cuales deberá primar la reflexión y el análisis ante situaciones nuevas y motivantes; que les permiten a los adolescentes la creación y expresión individual y colectiva, la participación social y el cultivo de las potencialidades y capacidades a partir de aprovechar lo lúdico y lo festivo, la convivencia con otros, tanto en espacios de la Institución educativa como fuera de esta.

Luego, las consideraciones emitidas por los autores en el uso adecuado del tiempo libre a partir de la utilización de actividades físicas recreativas se fundamentan las exigencias que se deberán asumir como parte del constructo teórico de la investigación; y en ello, se consideró que exigencia es aquello que resulta imprescindible para llevar a vías de hecho algo, que en este caso se refiere al uso adecuado del tiempo libre a partir de la utilización de actividades físicas recreativas por los adolescentes.

## **2. Una propuesta: la articulación y la naturaleza cognoscitiva, práctica y axiológica de las actividades físicas recreativas en la utilización del tiempo libre**

La posición que se defiende, en el marco del constructo teórico de la investigación permitió entonces presentar las siguientes exigencias:

1. La articulación como una primera exigencia para complementar el uso del tiempo libre fundamentado en la actividad físico recreativa.
2. La naturaleza cognoscitiva, práctica y axiológica de las actividades físicas recreativas en la utilización del tiempo libre.

Se consideró la articulación como una primera exigencia para complementar el uso del tiempo libre fundamentado en la actividad físico recreativa. A partir de las posiciones que defienden Alfonso (2013); Núñez (2016) la articulación establece un proceso de relaciones complejas, que se dan en la diversidad de la realidad, tanto objetiva como subjetiva. Este concepto, lleva implícito una reflexión de la realidad desde los contextos en que se produce; por tanto, explica una concepción en forma de espiral, y establece una relación de interconectividad, que produce como resultante una cualidad nueva en la forma de concebir esa realidad. En las sistematizaciones realizadas a estudios y experiencias prácticas, presentadas por autores como: Juliá & Fabelo (2012); Pérez (2012); Alfonso & Núñez (2013); Núñez (2016); se pudo constatar que el nivel de articulación, no siempre es de igual manera, ni en el mismo grado, lo que incide directamente en el logro de los objetivos de determinada estrategia. Entre las dificultades o fallas más comunes que inciden en el logro de un mayor o menor nivel de articulación se señalan:

- información y preparación de los participantes. La
- relaciones que inciden en la comunicación y el diálogo. Las
- a escasa coincidencia entre la diversidad de intereses y expectativas de los involucrados. L
- a claridad en los roles y funciones. L
- a débil estructura organizativa y la visión integral de los resultados. L
- a capacidad para la planificación y coordinación por los gestores. L
- a presencia impuesta de enfoques rígidos y protagonismos no compartidos. L

Alfonso & Núñez (2013); Núñez (2016); Cabrera (2018), Enríquez (2018); coinciden al plantear, como las experiencias, demuestran lo importante que es generar espacios articuladores, en los que se pueda fomentar el trabajo en equipos y en colectivo, como premisa para que los individuos puedan encontrarse, establecer diálogos, analizar juntos y responsabilizarse; luego, en el caso que ocupa la investigación, es una condición para dichos espacios, el diseño de estrategias, que se complementen con la construcción de alianzas, donde actúen otros agentes sociales claves, para complementar el uso del tiempo libre fundamentado en la actividad físico recreativa.

En tal sentido, la actividad físico recreativa deberá fomentar la reflexión y el análisis participativo en los adolescentes, quienes ganaran confianza, transparencia y pertenencia en sus modos de actuación, a partir de una adecuada distribución de roles y funciones, que se realizan de forma compartida y teniendo en cuenta las capacidades y habilidades para asumir dichas actividades en sus tiempos libres; y en ello ocupa un lugar esencial la idea que refiere el orden organizativo y metodológico, a fin de establecer un clima de interacción y

cooperación, en el desarrollo de nuevos conocimientos y capacidades de gestión de la actividad físico recreativa.

Para lograr la articulación como una exigencia que permita complementar el uso del tiempo libre fundamentado en la actividad físico recreativa; se precisa que los adolescentes logren:

- El mantenimiento de un nivel adecuado de información, motivaciones e intereses.
- La superación de posibles barreras, que les impidan mejorar el diálogo, la participación, la expresión creativa, los análisis participativos y las decisiones colectivas, para desarrollar una cultura del uso tiempo libre.

Desde la idea que se defiende en la investigación para complementar el uso del tiempo libre fundamentado en la actividad físico recreativa; la autora consideró que, la articulación no es un estado estable de los fenómenos, por el contrario es un proceso flexible que se construye, como el resultado de múltiples factores, luego no es sólo un proceso lógico y racional, es intensivo, y en ello, potencia la generación de compromisos entre los adolescentes, todo lo cual implica que logren el intercambio de valores, de intereses, de enfoques, de premisas y de concepciones; lo cual supone entonces, que el uso del tiempo libre fundamentado en la actividad físico recreativa deberá cumplir una segunda exigencia; manifiesta en la concepción cognoscitiva, práctica y axiológica de la actividad físico recreativa en el uso del tiempo libre.

La concepción cognoscitiva justifica una actividad físico recreativa en el uso del tiempo libre, desde la cual los adolescentes deberán realizar intercambios de información y conocimiento, según sea la actividad, mediante la comunicación apoyada en la diversidad de medios de enseñanza y de equipos necesarios y se concreta en la toma de decisiones y en la determinación de los objetivos y contenidos para el logro de dicha actividad, que puede llegar a ser enriquecida con las interacciones que de manera individual o conjunta.

La concepción de la actividad práctica justifica una actividad físico recreativa en el uso del tiempo libre, que deviene como un elemento clave en la autorrealización de los adolescentes, al permitirles demostrar destrezas y habilidades, todo lo cual precisa de la responsabilidad, el diálogo, la reflexión, para interpretar adecuadamente las ventajas en de dichas actividades físicas y recreativas, que aportan comprobados beneficios a la salud integral, entre otros: soluciona el estrés, permite la compensación emocional, física y mental, la integración social sin exclusión, posibilita el descubrir y fortalecer capacidades, habilidades y destrezas.

Además, la concepción de la actividad practica a través de las actividades físicas y recreativas en el uso del tiempo libre favorece en los adolescentes la formación de valores humanos, al enseñarlos a aceptar normas y reglas en las actividades, a tener confianza en sí mismos y tener una buena relación y comunicación con sus compañeros dejando a un lado las incidencias negativas a las que está expuesta o las que le rodean como resultado de las competencias y juegos.

La concepción de la actividad practica a través de las actividades físicas y recreativas en el uso del tiempo libre, favorece el desarrollo de la imaginación y la creatividad, siempre y cuando el ambiente emocional sea

positivo y desde el mismo se contribuya a aprendizajes creativos, que permitan de manera espontánea el interés por la alegría, el gusto por la participación y las motivaciones por formar parte de su colectivo; y en ello cobra especial atención otros beneficios de dicha actividad, que posibilita combatir el sedentarismo, la obesidad, y las enfermedades crónicas no trasmisibles, entre otras; luego, se debe propiciar acciones a los adolescentes que les permitan el cultivo del placer por la realización de estas actividades que favorecen las destrezas cognitivas y motrices.

La concepción axiológica a través de las actividades físicas y recreativas en el uso del tiempo libre, se expresa en los valores que deben lograrse en los adolescentes, quienes requieren del vínculo entre lo cognoscitivo y lo práctico, en consonancia con la necesidades e intereses personales y sociales; por tanto la concepción axiológica se identifica con el modo de actuación en las relaciones que logran establecer entre ellos y con las demás agentes escolares y sociales que participan; en la posición que asumen ante la cultura para el adecuado uso del tiempo libre y la valoración positiva acerca de dichas posibilidades.

Al hilo de estas proposiciones, y de la concepción que se elaboró en el marco de este proyecto de investigación, se considera que las exigencias planteadas en el uso del tiempo libre fundamentado en las actividades físicas y recreativas, permitirán suplir las necesidades identificadas, modificándose las mismas en un resultado positivo que indicará una influencia hacia:

- Nuevos conocimientos sobre los intereses y las necesidades de los adolescentes para el uso adecuado del tiempo libre, a partir de la integración de las influencias educativas en las actividades que se organizan, y en ello la articulación de una concepción cognoscitiva, práctica y axiológica para el uso del tiempo libre.
- Una planificación y proyección de las actividades para el uso del tiempo libre en correspondencia con los intereses y necesidades de los adolescentes, fundamentada en las actividades físico recreativas; y desde la cual se integraran las convocatorias, los compromisos y la comunicación entre los adolescentes y los decisores que organizan su tiempo libre, generándose la atención ordenada, planificada y orientada a la resolución de los problemas sociales que afectan a los adolescentes; al considerar el uso del tiempo libre, como un proceso que conlleva a resultados en la vida de los adolescentes.

En tal sentido, se asume que la proyección estratégica es un área de interés para lograr la articulación de las influencias educativas en las actividades físico recreativas que se organizan para el uso del tiempo libre; y en ello, la articulación se concreta en el establecimiento de un tipo de unión entre las partes: adolescentes y decisores; marcada por la existencia de un espacio articulador, que se define en este estudio en dos dimensiones: una física, que es el espacio donde se realizan las actividades empleando el tiempo libre y otra metodológica, que es dónde se materializan las ideas rectoras del constructo teórico de la investigación y que permite la proyección estratégica de las actividades físico recreativas.

Dicha proyección estratégica permitirá el cumplimiento de las exigencias planteadas, pues se asume la consolidación de acciones encaminadas al logro de un objetivo preestablecido que contribuye a la transformación esperada en las actividades físico recreativas que se organizan para el uso del tiempo libre, y

por tanto a la solución de la contradicción identificada en el marco de la investigación; y en ello, será esencial corroborar las deficiencias, lo cual exige la delimitación de los problemas, la creación de instrumentos de investigación, y de estructuras organizativas, ante la posibilidad de la transformación de un objeto desde su estado real hasta un estado deseado.

Para ese fin, las exigencias planteadas, se direccionan hacia una proyección estratégica que permita la reflexión al considerar que la estrategia es una guía de acción, la cual se direcciona en un sentido, el cual posibilita la orientación en la obtención de ciertos resultados; luego es un instrumento que posibilita la resolución de un problema a partir de constituirse como un plan o guía de coordinación para llegar a la meta esperada desde la práctica, fundamentada en un determinado método de trabajo, y valorarla desde el punto de vista teórico y práctico, tomando como base los principios de la investigación científica.

### **Conclusiones**

En las propuestas analizadas es evidente la intención de consolidar las políticas culturales y educativas ecuatorianas, sin embargo, se reconoce que aún es insuficiente la fundamentación desde la teoría, del uso del tiempo libre por los adolescentes, a partir de considerar en ello, la actividad físico recreativa que tiene lugar en las Instituciones educativas; en las cuales prevalecen insuficiencias en el uso de dicho tiempo libre, situación que afecta a los adolescentes, identificándose en ello, aspectos que ejercen una influencia negativa, en cuanto al conocimiento de los intereses y necesidades, la planificación y proyección de las actividades fundamentadas en las actividades físico recreativas, con la integración de las influencias educativas.

Los análisis emanados de los referentes teóricos, que fundamentan el uso del tiempo libre por los adolescentes, facilitó las consideraciones que conllevaron a la propuesta de las exigencias en pos de la actividad físico recreativa en el uso adecuado del tiempo libre, por los adolescentes, doctrina que asumió como punto de partida el uso adecuado del tiempo libre a partir de la utilización de actividades físicas recreativas.

Se proponen, entonces dos exigencias: la articulación y la naturaleza cognoscitiva, práctica y axiológica de las actividades físicas recreativas en la utilización del tiempo libre de los adolescentes; posición que se fundamenta a partir de la actividad físico recreativa, que suponen se puedan resolver las necesidades identificadas, modificándose las mismas en un resultado positivo que indicará una influencia hacia nuevos conocimientos, intereses y necesidades de los adolescentes, la integración de las influencias educativas, la planificación y proyección de las actividades al considerar el uso del tiempo libre, como un proceso que conlleva a resultados en la vida de los adolescentes.

### **Referencias bibliográficas**

Agila Agila, O.V. (2016). Empleo del tiempo libre, las actividades físicas y recreativas en los niños del barrio el Calvario de la ciudad Catacocha Cantón Paltas. Tesis. Universidad Nacional Loja – Ecuador.

- Aguilar Cortez, Lupe. (2017). Prácticas de ocio y tiempo libre en tres generaciones: un estudio de caso en la Universidad YMCA (México). Tesis doctoral. Programa de Doctorado en Ocio y Desarrollo Humano. Universidad de Deusto.
- Alfonso, Y., & Núñez, M.R. (2013). La vivencia como recurso comunicativo de la familia y la comunidad en el proceso de enseñanza-aprendizaje en la escuela primaria. *Revista Razón y palabra*. Número 88. [www.razonypalabra.org.mx](http://www.razonypalabra.org.mx).
- Bedoya, E., y Bustamante, J. (2016). El recreo o descanso escolar: ¿Escenario educativo para el reconocimiento del otro? Tesis de maestría). Universidad Cabrera (2018),
- Camino Herrera, Erika Alejandra. (2020). Estrategias para el uso adecuado del tiempo libre en los recreos escolares del BGU en la U. E. Santa Mariana de Jesús – Quito. Trabajo de investigación previo a la obtención del título de Magíster en Innovación y Liderazgo Educativo. Maestría en Educación Innovación y Liderazgo Educativo. Universidad Tecnológica Indoamérica.
- Carballosa Manresa, O. L., Maya Carballosa, L., & Navarro Soto, G. C. (2017). Proyecto de actividades físico-recreativas para el aprovechamiento del tiempo libre en niños de 10-12 años. *Universidad y Sociedad*, 9(5), 35-38. Recuperado de <http://rus.ucf.edu.cu/index.php/rus>
- Enríquez, J.F. (2018). Capacitación Pedagógica para el Sistema Penitenciario: Cómo debemos hacerlo? <https://www.amazon.com/-/es/JAIRO-FERNANDO-Enriquez-Villarreal/dp/62021031>
- Guadalupe, D., y Sandoval, N. (2015). Estudio de los juegos tradicionales ecuatorianos en el desarrollo de la motricidad gruesa de los niños de 4 a 5 años de la institución educativa Luis Pasteur de la parroquia de Guayllabamba. Tesis de pregrado. Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE, Sangolquí. <https://repositorio.espe.edu.ec/bitstream/21000/11234/1/T-ESPE049408.pdf> Guanga (2017);
- Juliá, H., & Fabelo, R. G. (2012). Gestión de proyectos de desarrollo comunitario y los procesos de y los procesos de articulación. Madrid: Biblioteca Pública.
- Martín, M. M. (2016). Cambios psicosociales en los adolescentes actuales: incidencia del uso de las redes sociales. Tesis doctoral. Universidad Complutense de Madrid, Madrid. <https://eprints.ucm.es/37737/>
- Martínez, Aznar, & Contreras (2015);
- Muñoz, J. (2017). Adolescencia y tiempo libre: Análisis y propuestas educativas en Salamanca. Salamanca: Ediciones Universidad de Salamanca. <https://eric.ed.gov> Núñez (2016);
- Nuviala, A., Ruíz, F., & García, M. (2003). Tiempo libre, ocio y actividad física en los adolescentes. La influencia de los padres. *Obligatoria* (pp. 122-127,169). Madrid, España: Gymnos Editorial. Peña, Rodríguez, & Rojas (2015);
- Pérez, A. (2012). Tiempo, tiempo libre y recreación y su relación con la calidad de vida y el desarrollo individual. Congreso de Latinoamérica de tiempo libre y recreación.
- Sandoval, N. (2017). Diagnóstico acerca del uso del ocio y el tiempo libre entre los estudiantes de la Universidad Nacional Experimental del Táchira. *Pedagogía Social: Revista Interuniversitaria*, (30), 169-188. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6247547>

Zapata Calvopiña, Ana Belén. (2016). Actividades recreativas en el aprovechamiento del tiempo libre de los estudiantes de la Unidad Educativa 14 de julio del Cantón Latacunga. Diseño del proyecto de investigación o trabajo de graduación previo a la obtención del título de licenciado/a en Ciencias Humanas y de la Educación mención Cultura Física. Ambato- Ecuador