

Aprovechamiento del tiempo libre: Estrategias pedagógicas para niños de cuarto y quinto  
primaria en el Colegio Camacho Carreño, Sede B Suratá, Santander.

Rudy Gamboa Lemus ID 782284

Julieth Karina Leguizamón Salamanca ID 782297

Asesor

Diego Fernando Silva Prada

Bucaramanga

Corporación Universitaria Minuto de Dios

Monografía

2025

## **Agradecimientos**

Queremos expresar nuestro más grande agradecimiento a todas las personas que nos han acompañado y apoyado en este proceso, ya que sin su ayuda este trabajo no hubiera sido posible.

Agradezco primeramente a Dios, por iluminar nuestro camino, darnos fuerzas en los momentos de dificultad y permitir que hoy culminen una de las etapas más importantes de mi vida profesional.

A nuestros padres y familia, por ser motor en cada momento de nuestras vidas, por su amor incondicional, su apoyo constante, por enseñarnos con el ejemplo el valor de la responsabilidad y el esfuerzo. Este logro también es suyo.

A nuestros docentes y formadores de la Licenciatura en Educación Infantil que con su experiencia, consejos, dedicación, paciencia y pasión por la enseñanza fueron esenciales para completar este proyecto, han enriquecido tanto nuestra vida profesional como personal, sembrando compromisos por la vocación de una educación responsable.

A las instituciones educativas y de primera infancia donde ejercemos nuestro trabajo diario, que nos abrieron sus puertas durante las prácticas, permitiéndonos crecer, aprender y reafirmar nuestro compromiso con la infancia y la educación para un mejor mañana.

A nuestros compañeros de carrera, por cada momento compartido, por el apoyo mutuo y por construir juntos esta hermosa etapa universitaria, donde con el esfuerzo y trabajo en equipo hoy podemos cumplir el sueño de mejorar nuestras vidas profesionales.

## **Resumen**

El aprovechamiento del tiempo libre en contextos educativos representa una oportunidad fundamental para los niños y niñas en el proceso de formación integral como estudiantes y el desarrollo de habilidades sociales, emocionales y cognitivas. Sin embargo, muchas instituciones educativas no logran dimensionar el valor de los beneficios, para los estudiantes y permiten que dediquen gran parte de su tiempo libre al uso excesivo de los dispositivos electrónicos o tecnologías digitales, lo cual limita su interacción con otros niños y limitan sus experiencias significativas.

En respuesta a esta problemática la presente investigación tiene como objetivo principal diseñar estrategias pedagógicas orientadas a optimizar el aprovechamiento del tiempo libre dentro del colegio Camacho Carreño sede B, del municipio de Surata, Santander en los grados cuarto y quinto. Se enmarco un enfoque cualitativo, utilizando metodología de investigación-acción, usando registros y entrevistas abiertas a docentes titulares en virtud jerarquizar necesidades educativas de primera mano.

Se formularon estrategias basadas en el juego y actividades lúdicas como herramientas pedagógicas para promover el aprendizaje significativo, el fortalecimiento de vínculos interpersonales, espacios de convivencia escolar, dejando a un lado el abuso de las tecnologías e incentivando practicas educativas más dinámicas, creativas, inclusivas, que reconozcan el valor formativo del tiempo libre como parte del proceso educativo integral.

Palabras clave: estrategias pedagógicas, tiempo libre, ambiente educativo, aprovechamiento del tiempo.

## **Abstract**

The use of free time in educational contexts represents a fundamental opportunity for children in their comprehensive development as students, as well as in the growth of social, emotional, and cognitive skills. However, many educational institutions fail to fully recognize the value of these benefits and allow students to spend much of their free time using electronic devices or digital technologies. This overuse limits their interaction with peers and reduces the possibility of meaningful experiences.

In response to this issue, the main objective of this research is to design pedagogical strategies aimed at optimizing the use of free time for fourth and fifth grade students at Camacho Carreño School, Branch B, located in the municipality of Suratá, Santander. A qualitative approach was adopted, using action-research methodology. Data collection included open interviews and observational records with lead teachers to identify and prioritize educational needs firsthand.

Strategies were developed based on play and recreational activities as pedagogical tools to promote meaningful learning, strengthen interpersonal relationships, and create spaces for school coexistence. These strategies aim to reduce the overuse of technology and encourage more dynamic, creative, and inclusive educational practices that recognize the formative value of free time as part of the overall educational process.

**Keywords:** pedagogical strategies, free time, educational environment, use of free time.

## Tabla de Contenido

1. Introducción .....	7
2. Justificación .....	8
3. Descripción del problema .....	10
4. Objetivos .....	13
4.1 Objetivo general .....	13
4.2 Objetivos específicos .....	13
5. Marco referencial .....	14
5.1. Marco histórico .....	14
4.2 Marco teórico .....	28
5.3 Marco conceptual .....	37
5.4 Marco Normativo .....	38
6. Metodología .....	41
6.1 Enfoque de Investigación .....	41
6.2 Tipo y Método de Investigación .....	42
6.3 Limitación Espacial y Temporal .....	42
6.4 Población y Muestra .....	43
6.5 Instrumentos de Investigación .....	43
6.6 Cronograma .....	45
6.7 Presupuesto .....	46
7. Desarrollo de los Objetivos .....	47
8. Conclusiones .....	48
9. Recomendaciones .....	49
10. Referencias .....	51

## Índice de tablas

<b>Tabla 1</b> .....	32
<b>Tabla 2</b> .....	39
<b>Tabla 3</b> .....	45
<b>Tabla 4</b> .....	46

## **1. Introducción**

El uso adecuado del tiempo libre representa un elemento esencial en el desarrollo integral de los estudiantes, particularmente durante la etapa escolar, momento en el que comienzan a establecerse hábitos y habilidades importantes para la vida. Por ello, diseñar estrategias pedagógicas con los estudiantes de cuarto y quinto grado del Colegio Camacho Carreño, Sede B del municipio de Suratá – Santander, resulta fundamental en la promoción de actividades que no solo entretengan, sino que también impulsen el aprendizaje, el trabajo colaborativo, la autonomía y la formación en valores.

Cuando se gestiona de manera efectiva, el tiempo libre puede convertirse en una valiosa oportunidad para potenciar capacidades cognitivas, emocionales y creativas. Actualmente, muchos niños y niñas no aprovechan este tiempo de forma constructiva debido a la escasez de propuestas educativas y recreativas atractivas para sus edades que les permitan desarrollarse más allá de lo que ofrece el currículo escolar convencional, por lo contrario, utilizan este tiempo en espacios tecnológicos de manera inadecuada y con ninguna contribución a su educación.

En consecuencia, se hace necesario el diseño e implementación de estrategias pedagógicas que estimulen el uso significativo del tiempo libre, promoviendo espacios de creatividad, reflexión y aprendizaje autónomo, reduciendo el uso excesivo de dispositivos tecnológicos. En este marco, la presente propuesta se enfoca en el diseño de estrategias efectivas que impulsen el aprovechamiento del tiempo libre en los estudiantes de cuarto y quinto grado, fortaleciendo no solo sus habilidades académicas, personales, sino también su capacidad para organizarse y tomar decisiones de manera independiente.

La metodología incluirá actividades pedagógicas como herramientas teórico-prácticas que fomenten la creatividad, el trabajo en equipo, la resolución de problemas y la reflexión sobre el uso del tiempo. Es así como el objetivo principal de esta investigación es el diseño de estrategias pedagógicas que promuevan un uso productivo del tiempo libre, contribuyendo al bienestar general de los estudiantes y a su formación integral como personas responsables y comprometidas con su educación y su entorno.

## **2. Justificación**

Cuando al docente le preocupa el desarrollo infantil muy seguramente se vuelca a pensar sobre los múltiples factores que influyen en la educación, incluyendo aquellos que no son necesariamente educativos. En ocasiones hace falta observar la jocosidad de los niños cuando espontáneamente organizan juegos que ponen a prueba sus habilidades individual y conjuntamente, justo allí, a la hora del recreo/descanso/tiempo libre es cuando más aparecen elementos para la integración de conocimientos que es imposible ignorar.

En esta monografía se resalta que el tiempo libre representa una oportunidad valorable para el desarrollo de los niños y las niñas, dentro y fuera del contexto escolar. Sin embargo, aquí se proponen estrategias para, precisamente, rescatar esa jocosidad y espontaneidad del juego y el tiempo libre dentro del contexto escolar, para ponerlo al servicio de la pedagogía y de las destrezas de los docentes, dado que, en lo que respecta al crecimiento cognitivo, físico y socioemocional de los niños, hace falta aprovechar todo recurso potencialmente educativo (Trilla, 2015).

En este orden de ideas, se van a diseñar estrategias pedagógicas con los alumnos de los grados cuarto y quinto del Colegio Camacho Carreño (sede B) del municipio de Suratá

que ayuden a afianzar contextos de potencial afianzamiento en conocimientos y habilidades, lo cual, en prospectiva, podría llegar a influir en los niveles de rendimiento académico de forma positiva. Sin embargo, el objetivo principal está en cubrir la necesidad de aprovechar el tiempo libre en dicha institución, pues gracias a la observación y a la aplicación de cuestionarios diagnóstico, fue posible encontrar cierta falta de aprovechamiento del tiempo libre adecuado, tal como se explicará más adelante.

Por consiguiente, un diseño óptimo de estrategias pedagógicas que apunten al aprovechamiento del tiempo libre abre la posibilidad de brindar diferentes vivencias para fortalecer el desarrollo integral de los niños del colegio. Así, se plantea una metodología que permita a los docentes repensar su perspectiva educativa, al tiempo que los alumnos disfruten su tiempo libre primordialmente en su capacidad de compartir con las personas de su entorno.

Los beneficios de este tipo de propuestas van desde la configuración de herramientas positivas para el rendimiento académico, hasta la prevención de la deserción escolar por falta de interés de los alumnos. Además, con habilidades sociales más afianzadas, pueden disminuir conductas agresivas infantiles mientras aumenta la cohesión social en la comunidad educativa en general. De esta manera, constituir modos de aprovechamiento del tiempo libre en contextos potencialmente pedagógicos y a largo plazo, disminuye las posibilidades del uso sustancias psicoactivas generalmente observado en la etapa adolescente o juvenil.

Los niños son el futuro de la sociedad. Por ello, este trabajo se justifica en generar consciencia en los alumnos sobre la importancia de realizar actividades positivas en su tiempo libre, ayudando a que el desarrollo de las diferentes dimensiones sea el adecuado,

promoviendo un estilo de vida adecuado, evitando deterioro de su salud física, mental y psicológica, de manera que durante otras etapas del ciclo vital exista mayor grado de responsabilidad personal y social.

El impacto de esta proposición se halla en la potencial articulación con entes territoriales e instituciones que se encuentran presente en el municipio de Suratá (Santander), en virtud de realizar actividades que favorezca a los niños al promover y concientizar a los padres y comunidad la importancia de tener reglas y normas claras en casa para los menores, pero también alternativas de diversión, de manera que se tengan rutinas positivas cuando ellos se queden solos y aprovechen el tiempo libre. Ergo, estas actividades van direccionadas a reflexionar con los niños, docentes y comunidad la importancia del aprovechamiento del tiempo libre, en pro de dejar un mundo más justo, tranquilo, equitativo y en paz para el futuro.

### **3. Descripción del problema**

Autores como Romero y Munevar (2012) exponen con vehemencia que, hoy en día, la globalización y las tecnologías han fracturado estilos de vida en comparación a tiempos pasados, especialmente, por la constante presión de adherirse al mundo virtual en casi todas las dimensiones de la vida (educativo, laboral, social, etc). Por su puesto, los niños exploran las tecnologías y reducen sus habilidades de comunicación al entorno virtual, dejando de lado el contacto físico que tanto garantiza un desarrollo infantil apropiado.

Estévez (2021) se preocupa en los bajos niveles de condición física, el riesgo al sobrepeso, el sedentarismo y el abuso de las pantallas justo en una etapa de la vida donde se presentan tantos cambios físicos y psicológicos, aspectos relevantes desde la perspectiva educativa. De hecho, en Colombia, una encuesta nacional proporcionada por el

Departamento Administrativo Nacional de Estadística (DANE, 2021) expuso que, de la cantidad de hogares con recursos tecnológicos en el país, el 63% de los niños accede a contenidos sin supervisión de adultos, casi siempre, invirtiendo tiempo en videojuegos, series y redes sociales.

Sin lugar a dudas, la cifra deja inferir que esta forma de entretenimiento ha llevado a una disminución significativa de la práctica de juegos tradicionales y/o actividades físicas de forma colectiva que resultan tan esenciales para crecer integralmente, pues no sólo pone a prueba habilidades cognitivas, sino también físicas y socioemocionales. Sin embargo, la situación se agrava cuando las instituciones educativas no plantean estrategias con una visión clara para contrarrestar esta realidad.

Ante esta situación, muchos padres optan por inscribir a sus hijos en cursos de actividades extracurriculares que fomenten el arte, el deporte o el desarrollo intelectual. Sin embargo, en algunos casos, la falta de tiempo o recursos económicos ha impedido que estas alternativas estén al alcance de todas las familias, lo que conlleva a que muchos niños y niñas permanezcan largos periodos sin realizar ningún tipo de actividad estimulante. Por tanto, aumentan las posibilidades de perder la identidad, la creatividad, la cooperación y el sentido de pertenencia que se ofrecen, por ejemplo, en los juegos tradicionales.

Dentro del municipio de Suratá, la observación deja ver comportamientos inadecuados como el desaprovechamiento del tiempo libre en el Colegio Camacho Carreño (Sede, B, grados cuarto y quinto primaria). En sus salones de clase o en las actividades extracurriculares el tiempo libre no se usa con un propósito enriquecedor, ya que presentan conflictos de convivencia, indisciplina y en consecuencia bajas calificaciones en su nivel

académico. Además, dentro y fuera de la institución, las relaciones interpersonales no parecen gestionarse en armonía sino en una suerte de competitividad insana.

La problemática que encontramos dentro del proyecto puede evidenciar que los niños y niñas en su tiempo libre realizan actividades que no son aptas para ellos, pues encontramos que los niños en su tiempo libre la pasan viendo televisión, redes sociales, entre otras, teniendo en cuenta que muchos de sus padres trabajan y ellos permanecen solos en casa por muchas horas, lo que nos lleva a pensar en acciones que nos lleven a sensibilizar a los alumnos de que el tiempo se puede aprovechar para enriquecer los aprendizajes de forma lúdica y cooperativa.

Una de las consecuencias más notables es que los niños no permiten que los profesores o inclusive sus padres los oriente y dirijan en sus enseñanzas, ya que prefieren estar realizando otras actividades fuera del contexto educativo argumentando que el tiempo libre es para descansar de sus rutinas de estudio. También se puede notar que los padres en ocasiones son muy permisivos, permitiendo que los niños no pongan en práctica las normas y reglas establecidas en casa, por lo contrario, conceden sus deseos, lo que conlleva a que los niños no tengan un adecuado control y manejo de las actividades que realizan a diario volviendo esto una pérdida de tiempo importante para su enseñanza, teniendo en cuenta que a los padres les falta compromiso y responsabilidad con el aprendizaje en casa.

¿Cómo podemos aprovechar el tiempo libre de manera positiva para que los estudiantes del Colegio Camacho Carreño no caigan en el desaprovechamiento, o incluso, en conductas de riesgo como el sedentarismo u otros factores negativos? Esta es una pregunta clave que surge al observar el uso del tiempo libre entre los jóvenes,

especialmente en los estudiantes de los grados cuarto y quinto del Colegio Camacho Carreño, ubicado en el municipio de Surata.

El tiempo libre es un espacio valioso que puede ser utilizado de diversas formas, y el objetivo de este proyecto es identificar cómo aprovecharlo de manera que promueva el desarrollo personal, la creatividad y el bienestar de los estudiantes, evitando caer en actividades que puedan resultar en malas acciones, desaprovechamiento o incluso en el desarrollo de conductas poco saludables.

Teniendo en cuenta todo lo anterior se propone realizar una investigación que nos permita diseñar actividades pedagógicas que apoyen a los niños y niñas en el aprovechamiento del tiempo libre y mejorar los comportamientos en el ámbito escolar, familiar y comunitario, para lograr esto se propone involucrar a las diferentes instituciones del municipio.

## **4. Objetivos**

### **4.1 Objetivo general**

Diseñar estrategias pedagógicas que favorezcan el aprovechamiento del tiempo libre de los niños y niñas de los grados cuarto y quinto del Colegio Camacho Carreño Sede B (Suratá, Santander).

### **4.2 Objetivos específicos**

- Diagnosticar la calidad del uso del tiempo libre en niños de cuarto y quinto grado del Colegio Camacho Carreño, de Suratá.
- Crear estrategias pedagógicas en articulación con las entidades municipales que fomenten el aprovechamiento del tiempo libre de los niños del grado cuarto y quinto de la sede B del Colegio Camacho Carreño de Suratá.

- Discutir los resultados esperados en relación posibilidades del aprovechamiento uso del tiempo libre de los niños y niñas del Colegio Camacho Carreño sede B (Suratá, Santander).

## **5. Marco referencial**

### **5.1. Marco histórico**

**Ficha técnica: Buscando estrategias lúdico-pedagógicas para el tiempo libre.**

Titulo 1:

Inteligencias múltiples y aprovechamiento del tiempo libre de los niños de la I.E. Arborizadora alta en Bogotá.

Autor: Karen Tatiana Julio Sumosa. María Carolina Rodriguez, Diana Carolina Pintor Barrera.

Cuidad: Bogotá

Año: 2022

Universidad: Fundación Universitaria los Libertadores

Objetivo general:

Diseñar e implementar estrategias que nos permitan desarrollar las inteligencias múltiples de los niños entre los 6 y 12 años para el aprovechamiento y uso adecuado del tiempo libre promoviendo las habilidades, talentos, capacidades físicas y emocionales de los estudiantes de la Institución Educativa Arborizadora Alta en la localidad de Ciudad Bolívar en Bogotá

### Objetivos específicos:

Sensibilizar a los padres, estudiantes e instituciones educativas sobre la importancia del aprovechamiento del tiempo libre, mediante la promoción de actividades que garanticen los derechos de los niños.

Generar espacios artísticos para los infantes con base en las inteligencias múltiples y estilos de aprendizaje involucrando a todos los actores correspondientes con el fin de potencializar el desarrollo integral de los niños y niñas.

Gestar actividades proyectadas a la población objetivo, mediante la aplicación y cumplimiento de las mismas, para fortalecer las habilidades, talentos, capacidades físicas y emocionales de los estudiantes.

### Metodología:

El enfoque metodológico esta basado en una investigación que fue adoptado de manera cualitativo y etnográfico, con un diseño de investigación-acción pedagógica utilizando diferentes métodos e instrumentos de recolección de datos como lo fueron entrevistas, con el fin de poder saber cuáles eran los intereses de los docentes y estudiantes con el tema de las practicas actuales de aprovechamiento del tiempo libre. Diseñando actividades a los estilos de aprendizaje visual, auditivo y kinestésico.

Estas actividades se desarrollaron durante el tiempo libre escolar, promoviendo en los niños, niñas y docentes una participación activa en ambientes lúdicos y creativos, evaluando mediante actividades de impacto el desarrollo de las habilidades múltiples y el aprovechamiento del tiempo libre en registros de observación y concluir con que los estudiantes mantuvieran adecuadas rutinas en el buen manejo del tiempo libre.

## Conclusiones:

Teniendo en cuenta lo descrito en este proyecto podemos decir que el reconocimiento y desarrollo de las diversas inteligencias de los estudiantes pueden enriquecer a los estudiantes en procesos de enseñanza – aprendizaje, de esta manera promover una educación más inclusiva y personalizada, teniendo las actividades artísticas como una herramienta para el buen aprovechamiento del tiempo libre se pueden favorecer habilidades cognitivas, emocionales y sociales en los estudiantes.

También se puede observar que es fundamental que los docentes reciban formación en la implementación de diferentes estrategias pedagógicas que integren las inteligencias múltiples y el uso creativo del tiempo libre para potenciar el aprendizaje de los niños y niñas, utilizando la implementación de actividades artísticas como herramientas en el desarrollo integral de los estudiantes.

## Aportes:

La implementación de las actividades artísticas permitió a los estudiantes el fortalecimiento de las habilidades cognitivas, emocionales y sociales de los niños y niñas, favoreciendo un aprendizaje significativo y expresión creativa durante el uso de su tiempo libre y el desarrollo de las inteligencias múltiples contribuyendo de esta manera a un bienestar de los estudiantes en su proceso de aprendizaje.

Las actividades artísticas promovieron el reconocimiento y la valoración de la cultura local, fomentando en la institución educativa un sentido de pertenencia por su cultura y costumbres, además estas estrategias pueden ser adoptadas y replicadas en

diferentes actividades pedagógicas no solo dentro de la institución sino fuera de ella de esta manera fortalecer el desarrollo integral de los estudiantes a través del arte.

Titulo 2:

Gestión comunitaria en el buen manejo del tiempo libre que potencie los proyectos de vida de los adolescentes del Instituto Técnico Agropecuario El Hato Santander

Autor: Ana María Sánchez Marín y Jurieth Juliana Navarro Cala

Cuidad: Bucaramanga - Santander

Año: 2024

Universidad: Corporación Universitaria Minuto de Dios.

Objetivo general

Identificar las prácticas, espacios y percepciones de los adolescentes en el uso de su tiempo libre como herramienta para el fortalecimiento de sus proyectos de vida, analizando el contexto sociocultural, económico y académico, y orientando estrategias para promover un aprovechamiento efectivo del tiempo libre en el Instituto Técnico Agropecuario El Hato.

Objetivos específicos

. Realizar un análisis situacional del contexto sociocultural, económico y académico de los adolescentes estudiantes del Instituto Técnico Agropecuario Hato.

2. Identificar los escenarios, planes y programas sobre el aprovechamiento del tiempo libre existentes en el municipio del Hato, Santander.

3. Analizar las perspectivas y percepciones de los adolescentes frente al del manejo del tiempo libre en sus proyectos de vida.

#### Metodología:

Se fundamenta en un enfoque cualitativo y participativo, orientado a comprender y transformar la realidad de los adolescentes en su contexto escolar y comunitario. Esta estrategia busca identificar y fortalecer las prácticas y espacios que favorecen el uso constructivo del tiempo libre como herramienta para el desarrollo de proyectos de vida.

#### Conclusiones

La implementación de estas actividades recreativas y culturales contribuyeron significativamente el desarrollo de habilidades personales y sociales de los adolescentes promoviendo la integración entre docentes, estudiantes y familia, en la planificación y ejecución de as actividades sugeridas.

Se fortalece el sentido de pertenencia y colaboración dentro de la institución, reconociendo los espacios, elementos y actividades disponibles para optimizar su uso en actividades formativas y recreativas con el manejo del tiempo libre.

Mediante las actividades propuestas se favoreció el desarrollo de competencias como la empatía, la tolerancia y el trabajo en equipo mejorando la convivencia escolar, motivando a los adolescentes a mantener un mejor uso de su tiempo libre como iniciativas personales.

#### Aportes

Los adolescentes asumieron roles activos en la organización y la ejecución de las actividades pedagógicas que se ejecutaron mostrando liderazgo, responsabilidad y trabajo

en equipo durante desarrollo, enriqueciendo el ambiente escolar para el uso adecuado del tiempo libre.

Da a otras instituciones educativas un modelo sobre como mejorar el bienestar estudiantil, mediante actividades que permiten el adecuado manejo del ocio dentro y fuera de la institución, promoviendo la solidaridad, el dialogo, la recreación y diferentes espacios pedagógicos para los estudiantes en su tiempo libre.

### Titulo 3

Proyecto de aprovechamiento del tiempo libre y recreación como medio del fortalecimiento de las destrezas motoras gruesas.

Autor: Nohemi Murillo Sossa

Cuidad: Buga – Valle del Cauca

Año: 2018

Universidad: Corporación Universitaria Minuto de Dios.

Objetivo general:

Implementar prácticas deportivas y lúdicas para el mejoramiento las destrezas motoras de los niños y niñas en la institución técnica la marina, fortaleciendo así el proyecto transversal aprovechamiento del tiempo libre y recreación

Objetivos específicos:

Generar espacios lúdicos y deportivos de estimulación para el desarrollo motor.

Implementar actividades que fortalezcan la interacción y desarrollo motor de los niños

Metodología:

El proyecto se enmarcó en un enfoque cualitativo con diseño de intervención pedagógica, basado en la investigación-acción educativa. Esta metodología permitió observar, planificar, ejecutar y evaluar un conjunto de actividades recreativas dirigidas a fortalecer las destrezas motoras gruesas en niños y niñas de básica primaria.

Para esto fue necesario iniciar con la observación de la población objeto dentro del proyecto, realizar una caracterización de esta en donde se utilizó el dialogo con la representante de la institución identificando las necesidades o falencias que se presentaban con el mal aprovechamiento del tiempo libre tanto en los estudiantes como en el área institucional.

Conclusiones:

teniendo en cuenta lo realizado en la ejecución de este proyecto se puede evidenciar que la implementación de actividades lúdicas y deportivas permitió que los niños fortalecieran diferentes habilidades que ni ellos mismos habían descubierto con el pasar de los años como fueron el equilibrio, la coordinación entre otros construyendo un desarrollo físico integral.

Además de esto podemos concluir que los aportes evidencian que el uso estructurado del tiempo libre, a través de juegos, dinámicas recreativas, favorecieron el desarrollo de las habilidades motoras y sociales, provocaron la participación de los estudiantes y docentes integrando el juego y la actividad física como parte de manejar

adecuadamente el tiempo, creando un ambiente mas dinámico, colaborativo dentro de la institución educativa.

Aportes:

Dentro de las implementaciones de actividades lúdicas y deportivas dentro de este proyecto se observa que contribuyo al fortalecimiento de las destrezas motoras gruesas de los niños y las niñas, promoviendo un desarrollo físico más armonioso en la comunidad educativa, alejándolos de las actividades sedentarias o potencialmente perjudiciales para su desarrollo.

Dentro del proyecto transversal del aprovechamiento del tiempo libre y la recreación se consolido como una estrategia educativa efectiva, integrando al juego como una participación, activa para los estudiantes y los docentes obteniendo como resultado un ambiente escolar más dinámico, colaborativo y fortaleciendo las destrezas motoras gruesas en los niños.

Título 4:

Incidencias del mal uso del tiempo libre en los estudiantes del grado tercero 1 de la Institución Educativa León XIII del municipio El Peñol Antioquia.

Autor: Claudia Marín Guarín. Deisy Yamile Hincapié Bedoya

Cuidad: El Peñol – Antioquia

Año: 2016

Universidad: Corporación Universitaria Minuto de Dios.

Objetivo general:

Determinar las incidencias del mal uso del tiempo libre en los estudiantes del grado tercero 1 de la Institución Educativa León XIII del Municipio de El Peñol Antioquia.

Objetivos específicos:

- Establecer las incidencias que tiene el mal uso del tiempo libre de los estudiantes de la Institución Educativa León XIII del grado tercero 1 mediante sondeos investigativos de hipótesis planteadas frente al tema.
- Indagar sobre los lugares que frecuentan los niños y niñas del grado tercero 1 con o sin sus familiares un fin de semana.
- Analizar posibles soluciones a los efectos adversos que se dan frente al mal uso del tiempo libre de los estudiantes.

Metodología:

La metodología que se utilizó para la recolección de datos e intervención fue cualitativa, y se hizo por medio de entrevistas y cuestionarios para analizar las situaciones que se dan frente a la mala utilización del tiempo libre de los estudiantes del grado tercero

Se hizo el análisis de los datos recolectados, los cuales permiten ver la problemática social que se da frente al objetivo que persigue la investigación y de esta forma, intervenir de una forma pedagógica y didáctica en pro del mejoramiento de la calidad de la educación.

Conclusiones:

Desde la fase de investigación se ha podido dar cuenta de la necesidad de que las pautas dadas se lleven a cabo para el mejoramiento de la calidad tanto de la vida de los

estudiantes, como de su proceso de estudios. De esta manera se contribuye a que la educación pueda dar pasos firmes en su proceso académico.

La intervención es un proceso que llevado a cabo da cuenta de la problemática que hay que abordar para que los niños y niñas de la institución educativa, sepan manejar su tiempo libre y así contribuir a la buena realización de los contenidos curriculares. Es decir que en la medida en que se responde a las actividades académicas, es porque en esa medida se está utilizando de forma productiva el tiempo libre.

Los beneficios que se dan con este trabajo son muy importantes para las buenas relaciones interpersonales entre los padres de familia, los educandos y los educadores; ya que las actividades que se realizan contribuyen a la integración y a buen desarrollo de actividades sana en cualquier tipo de ambiente y lugar.

Los estudiantes y padres de familia participaron de todas las actividades, respaldando con su buena asistencia y el cambio que los niños van dando durante el proceso, la calidad de la intervención realizada frente al mal uso del tiempo libre.

Aportes:

Dentro del contenido del proyecto se puede evidenciar que se realizó un amplio estudio de la problemática lo que les permitió que las diferentes estrategias que se tuvieron en cuenta contribuyeran a la buena utilización del tiempo libre de los estudiantes contando con el apoyo y el trabajo en conjunto de la institución educativa y la comunidad en general para mejorar la calidad de la educación.

Dentro de la institución educativa de León XIII del municipio de el Peñol – Antioquia, se resalta la importancia de hacer que la convivencia y participación de los niños

y niñas en el desarrollo de las actividades no solo en el ámbito estudiantil, sino también en los tiempos libre dentro y fuera de la institución. Ya que se evidenciaba que los niños no estaban teniendo un buen aprovechamiento del tiempo libre que les tienen y esto lo demuestran en los diferentes inconvenientes y comportamientos dentro y fuera de las aulas de clases.

Título 5:

Los Juegos Tradicionales Como Estrategia Lúdica Para el Aprovechamiento del Tiempo Libre de los Estudiantes del Grado 4 de la Institución Educativa los Galanes

Autor: Ximena Bula Adalberto De L A Espriella, Mayerlin Guerra Aguirre, Bladimiro Vergara.

Cuidad: Bogotá

Año: 2015

Universidad: Fundación Universitaria Los Libertadores

Objetivo general:

Utilizar los juegos tradicionales como una estrategia lúdica pedagógica en el aprovechamiento del tiempo libre.

Objetivos específicos:

- Identificar el nivel de uso de los juegos tradicionales
- Motivar a los niños acerca de la existencia de los juegos tradicionales
- Diseñar estrategias que conlleven a la utilización de los juegos tradicionales

- Aplicación de la propuesta de los juegos tradicionales en la utilización del tiempo libre.

Metodología:

El método a seguir es el etnográfico, porque permite hacer una observación directa de la muestra: cómo es su cultura, costumbres, en el habla común, en el empleo de las horas libres, cómo se desenvuelven dentro de su comunidad y qué personas están directa o indirectamente vinculadas en ésta.

Este método permite aplicar encuestas o entrevistas para obtener la información necesaria para detectar de una mejor manera el eje del problema. Permite también una empatía o acercamiento, un mejor análisis e interpretación de los mismos.

Este método les permite a los investigadores emplear diversas técnicas y medios que le sirvan de soporte para consolidar y ampliar las observaciones que se estén haciendo, después del análisis y la interpretación de los datos obtenidos, también es importante porque si se utilizan las perspectivas “emí” y “etí” se va a entender mejor la comunidad objeto de estudio. Este método ofrece unos pasos que permiten la organización de la investigación, y tres momentos que son importantes y le dan forma científica al proyecto en ejecución.

Conclusiones:

El juego se convirtió en un proceso dinámico. Mediante la interacción – lúdica se alcanzó un aprovechamiento del tiempo libre de los estudiantes y construcción de significados.

La lúdica es una actividad permanente que se requiere para el trabajo en las diferentes áreas del conocimiento. Porque más que una estrategia de aprendizaje fue un objeto de estudio.

Aprender a jugar es un proceso que lleva consigo dedicación. La implementación de situaciones promoviendo el interés de los estudiantes la lúdica fue un elemento necesario para facilitar el aprendizaje en cada estudiante.

Con la estrategia implementada se brindó un apoyo a la labor docente en una de las necesidades básicas de los estudiantes de hoy y del futuro, logrando así un desempeño competente en el aprovechamiento del tiempo libre. Finalmente podemos concluir que la aplicación de los talleres permitió un fortalecimiento en el desarrollo de la creatividad, espontaneidad e imaginación de los estudiantes.

Aportes:

Dentro de este proyecto se evidencia la propuesta es utilizar los diferentes juegos tradicionales como una opción para que los niños del grado cuarto de la Institución Educativa Los Galanes, ya que estos además de ser llamativos para ellos también permiten que los jóvenes y los adultos interactúen y entren dentro de dichas actividades, se evidencia que con estas actividades de aprovechamiento del tiempo libre los niños y sus familias también fortalecen los lazos afectivos, descubren su creatividad, autonomía, y proporcionen ambientes de esparcimiento y fraternidad, ya que ellos pueden evidenciar que los niños en su tiempo libre se la pasan deambulando por las calles de un lado a otro sin tener en que ocupar su tiempo.

Dentro de este proyecto se evidencia diferentes estrategias utilizadas para realizar las actividades que ayuden teniendo en cuenta la problemática establecida, las cuales tendrán mucha incidencia en la importancia de que los niños y niñas de la población a la cual se va a aplicar puedan tener diferentes estrategias que ayuden al aprovechamiento del tiempo libre.

El aprovechamiento del tiempo libre no fue pensado como un tema de discusión teórica en sus orígenes, sino que, en cambio, se encontraba aparentemente obviado dentro de la educación integral infantil que, en sus tiempos, no veía el espacio libre o el juego libre como un contexto formativo oficialmente hablando sino como un periodo de descanso tanto para ellos como para los docentes.

Poco a poco, el concepto de tiempo libre evolucionó de acuerdo a los cambios sociales que fueron marcando hitos trascendentales en los modos de entender la vida en sociedad (incluyendo la educación), según los cambios económicos y culturales de forma variable. Por ejemplo, cabe recordar que antes de la edad moderna los niños eran considerados como una tabula rasa, es decir, mentes en blanco a las cuales había que rellenar de información, poniendo al maestro como centro de la educación, y por tanto, al estudiante como algo que necesitaba ser educado.

Apenas en el siglo XX, con la modernización de las sociedades, fue que se vieron los primeros debates sobre la importancia del desarrollo infantil de la mano de la psicología y la pedagogía que reconocieron a los niños como algo más que simples mentes en blanco, más bien, como sujetos con habilidades previas que se desarrollan y se construyen gracias al entorno y a las interacciones emocionales y simbólicas que alimentan sus conocimientos (Tonucci, 2015).

Es posible señalar a Piaget (1961) y Vygotsky (1979) como los primeros en abrir estos debates ya que discutieron sobre el crecimiento y desarrollo de los niños, influyendo positivamente en el bienestar emocional, social, físico, intelectual y cognitivo, convirtiéndose en un factor determinante en su desarrollo integral y definiendo el tiempo libre escolar como un espacio no estructurado y sin presión, donde los niños deciden emplearlo según su necesidad, lo que les permite ser autónomos, creativos y naturalmente emprendedores del conocimiento (Bula et al., 2015).

No obstante, el aprovechamiento del tiempo libre como concepto propio, surgió de autores como Csikszentmihalyi (1990), un psicólogo conocido por su trabajo sobre el concepto de "flujo", el cual, plantea que el tiempo libre puede ser una experiencia de aprendizaje significativa cuando las actividades realizadas tienen un nivel adecuado de desafío, pero también de disfrute y control. El concepto de "flujo" refiere a los momentos en que las personas se sienten completamente involucradas en una actividad, donde el esfuerzo y el disfrute se combinan de manera equilibrada, lo que resulta en una experiencia altamente positiva en contextos reales tal como se puede apreciar más adelante (ver tabla 1).

#### **4.2 Marco teórico**

En este marco teórico, se tomarán en cuenta diversas teorías que abordan los términos clave y relevantes en este estudio, en especial el concepto de tiempo libre en el contexto del proceso educativo. Según Trilla (2012), la educación en el tiempo libre se configura a partir de aportes provenientes de diversas disciplinas, muchas de ellas ajenas a la pedagogía, pero que contribuyen a su fundamentación y contextualización dentro del ámbito educativo.

Al hablar del tiempo libre surge el concepto de ocio, el cual tiene diversas interpretaciones. Como menciona Munné (1974), el ocio es una actividad necesaria y liberadora para los seres humanos, en la que el descanso se convierte en un gozo en sí mismo. Además, desempeña un papel fundamental en la formación del niño, contribuyendo a su desarrollo integral, pues, mientras el tiempo libre se entiende como aquel que no está condicionado por obligaciones como el trabajo o el estudio, el ocio, dentro de este contexto, implica la posibilidad de sentirse libre al realizar otras actividades de manera voluntaria y placentera.

Ahora bien, como parte de la conceptualización de este trabajo, es fundamental abordar la implementación de estrategias pedagógicas en los momentos de ocio de los estudiantes. Según Cardona (2023), el docente tiene la responsabilidad de pensar en métodos para organizar adecuadamente los espacios de descanso, de manera que, se produzcan oportunidades para que los estudiantes vivan experiencias y situaciones didácticas en contextos no precisamente académicos, pero que enriquecerán su aprendizaje y habilidades de socialización.

Teniendo en cuenta lo anterior, Trilla (2012) sostiene que el ocio representa una oportunidad pedagógica siempre que se propongan actividades que fomenten oportunidades para el desarrollo personal y social, creativamente. Es decir, cuando se hace un uso adecuado del tiempo libre mediante propuestas para que las personas pongan en práctica sus destrezas de forma integral. Esto no solo contribuye a su formación académica y personal, sino que también influye positivamente en su comportamiento pues favorece las relaciones interpersonales y por tanto promueve actitudes más equilibradas frente a la sociedad.

A medida que exploramos este tema, es importante considerar cómo el tiempo libre afecta a los estudiantes de 9 a 11 años, una etapa de transición entre la infancia y la adolescencia, donde el uso adecuado de este tiempo puede contribuir significativamente a su crecimiento emocional, social e intelectual. En este sentido, la pregunta problema de esta investigación se va respondiendo al abordar diversas teorías sobre el tiempo libre y sus implicaciones en el desarrollo de los niños, niñas y adolescentes.

Dentro del libro "El cerebro del niño explicado a los padres" de Álvaro Bilbao (2015) recuerda la importancia de que los niños puedan aprovechar el tiempo de manera saludable y productiva en especial dentro de la etapa de infancia, ya que esto es crucial para su adecuado desarrollo cognitivo y emocional. Da una visión a los padres de cómo pueden ayudar a sus hijos a tener una buena gestión de su tiempo libre de manera afectiva dentro de su hogar, o cuando se encuentran en la institución educativa.

Para este autor, la importancia del tiempo libre también es un componente clave para el desarrollo de los niños, pues representa un espacio “libre de normas -o con pocas normas- por actividades físicas que lo ayudan a canalizar toda su energía y frustración en situaciones adecuadas” (Bilbao, 2015, p. 14). En este espacio, el niño se ve muy influenciado por su interacción con el entorno por su propia cuenta fomentando la exploración y la creatividad. Esta libertad que tiene durante su tiempo libre permite que el cerebro forme conexiones importantes en la resolución de problemas, autonomía, en la relación con el mundo que lo rodea y las particularidades de cada actividad que desarrolla en sus rutinas diarias (Bula et al., 2015).

Estas consideraciones muestran el juego como una de las herramientas de aprendizaje ya que los niños, en el tiempo libre, pueden participar en actividades lúdicas

que pueden ser aún más divertidas que las tareas escolares, e igualmente estimula el aprendizaje y desarrollo infantil convirtiendo el tiempo libre en espacios para fortalecer su autoestima. Además, le permite la toma de decisiones de manera constructiva explorando sus propios intereses, gestionando sus emociones y comportamientos, controlar el estrés y poder adquirir estructuras de aprendizaje que en el futuro se convertirán en conocimientos sólidos (Cardona, 2023).

Una propuesta socioeducativa fascinante estuvo en manos de Tonucci (2015), un educador francés que tuvo la idea de construir “la ciudad de los niños”, la cual, constituye un gran espacio físico temporalmente a cargo de los niños que deseen habitarlo, aunque sin negar la presencia de adultos. La metodología correspondió a un consejo infantil (conformado exclusivamente por niños) que se reuniría periódicamente para proponer ideas a desarrollar en la ciudad infantil procurando la libertad de jugar de todos los que la habiten, pero teniendo en cuenta necesidades específicas. En este sentido, los niños se dividieron en especies de comités cuyas funciones derivaron a formas de trabajo para garantizar el derecho al juego.

Este tipo de experiencias sociales contienen un poder pedagógico especial para dar vía libre a la exploración libre, representado exclusivamente en el juego y no en la academia, generando así un impacto importante en el desarrollo integral de los niños, y además, resaltando la importancia de la sociedad, la escuela y la familia incluso sin una intervención directamente institucional sino bajo la espontaneidad infantil que tanto garantiza el goce del tiempo libre.

Teniendo en cuenta estos antecedentes podemos decir que es de vital importancia para los autores que la familia, la comunidad y la escuela puedan diseñar diferentes

estrategias para que los niños, desde su infancia, tengan un buen aprovechamiento del tiempo libre, puedan desarrollar adecuadamente sus habilidades cognitivas, sociales, emocionales y físicas, y con todo esto, desarrollar nuevas ideas para la aplicación de las estrategias que se quieren implementar en el Colegio Camacho Carreño.

Con estas lecturas es más sencillo abordar el bagaje conceptual sobre la importancia del tiempo libre y la creación de estrategias que permitan ayudar a que los infantes tengan un adecuado uso de su tiempo. Es posible inferir que casi nunca es enteramente indispensable incluir componentes tecnológicos en el aprovechamiento del tiempo libre, en su lugar, se atribuye mayor valor a iniciar una rutina de vida más productiva desde temprana edad, para ello se pueden considerar autores, teorías y sus potenciales aportes para el Colegio Camacho Carreño (ver cuadro 1).

**Tabla 1.**

*Teorías de potencial aporte para el Colegio Camacho Carreño, sede B (Suratá, Santander)*

<b>Autor (Año)</b>	<b>Teoría relacionada</b>	<b>Aportes para el Colegio Camacho Carreño</b>
Piaget (1961)	En su teoría del juego y las actividades recreativas son esenciales para el desarrollo de habilidades cognitivas, esto, en el tiempo libre y momentos de ocio para que los estudiantes experimenten exploren y construyan conocimientos	Los aportes de Piaget configuran una oportunidad para estimular lenguaje y pensamiento verbal, pues con la espontaneidad del juego libre, se hace más rica la comprensión del lenguaje y la explicación de ideas que ponen al individuo a inferir y estructurar un vocabulario cada vez más complejo para potenciar el razonamiento.
Vygotsk y (1979)	Los postulados sobre la Zona de Desarrollo Próximo ofrecen una idea sobre cómo el contexto cuenta con herramientas dinámicas perfectamente moldeables a los niños para que estos las aprovechen e interaccionen con otros. Esta perspectiva social del desarrollo infantil vela por el juego cooperativo, es	Con este enfoque contextual, se aborda el tiempo libre en actividades grupales y colaborativas, como el deporte, el teatro, la música o proyectos comunitarios, se puede proporcionar a los estudiantes una vía para fortalecer su desarrollo

	decir, actividades guiadas por adultos para que el niño de el primer paso hacia su propia socialización.	social y emocional, al mismo tiempo que aprenden a trabajar en equipo, resolver problemas y asumir responsabilidades.
Erikson (1963)	La teoría de las etapas del desarrollo psicosocial describe que, entre los 6 y 12 años (etapa de Laboriosidad vs Inferioridad), esta población se inicia en habilidades de competencia y productividad al formar un sentido personal en coherencia con el de sus pares, por tanto, el tiempo libre cumple un componente crucial para fomentar el sentimiento de “ser capaz” frente a sí mismo y frente a otros, en lugar de sentirse inferior a los demás. Esto marca un contundente rasgo de identidad y funcionalidad.	Aquí es fundamental que las actividades en el tiempo libre sean orientadas a ayudar a los jóvenes a encontrar su identidad de manera positiva, proporcionando experiencias que les permitan enfrentarse a retos y tomar decisiones adecuadas para su futuro. En este sentido, el colegio debe facilitar espacios y recursos donde los estudiantes puedan participar en actividades que fomenten el desarrollo de una identidad sana, evitando el riesgo de caer en comportamientos dañinos.
Csikszentmihalyi (1990)	La teoría del "Flujo" sostiene que cuando las personas están completamente inmersas en una actividad, experimentan un estado de satisfacción y disfrute profundo, lo que se traduce en un desarrollo positivo de sus habilidades y bienestar. Así, las actividades que producen un "flujo" son aquellas que desafían a los individuos, pero que al mismo tiempo les proporcionan el sentido de control y disfrute. El "flujo" se da cuando el nivel de desafío de la actividad es apropiado para las habilidades de la persona, lo que favorece un aprendizaje significativo y el bienestar general.	Para los estudiantes del Colegio Camacho Carreño, las actividades que promuevan este "flujo" son aquellas que les permitan experimentar sensaciones de logro y satisfacción, como el arte, el deporte, el voluntariado y otras actividades que no solo ocupan su tiempo, sino que también estimulan su desarrollo emocional e intelectual. El uso del tiempo libre en actividades que generen "flujo" se asocia a experiencias de cohesión social.

Fuente: Elaboración propia.

Todos estos clásicos han aportado perspectivas que son especialmente relevantes para el contexto de los estudiantes del Colegio Camacho Carreño, ya que, en el contexto de los estudiantes de cuarto y quinto grado, puede ser altamente beneficioso toda vez que se involucren actividades que no solo ocupen su tiempo, sino que también les proporcionen un

sentido de satisfacción y logro. A través de actividades bien diseñadas, los estudiantes pueden aproximarse entre sí y experimentar flujo, lo que a su vez los alejará del aburrimiento o de actividades que no les brinden valor.

Para poner en práctica las teorías explicadas, se pueden organizar diversas actividades que sean desafiantes, pero alcanzables, que mantengan el interés de los estudiantes y les permitan experimentar sensaciones de logro y disfrute. Por ejemplo, en Colombia, autores como Romero y Munevar (2012), que en sus estudios exploratorios analizan cuantitativamente cómo 50 niños y 2 docentes de grados escolares de Bogotá, tienden a la práctica deportiva como los juegos de primera preferencia debido a su poder integrativo, es decir, que aporta lúdicamente a la cooperación y a la satisfacción física y emocional de ocupar dinámicas activamente en un 78% de los participantes.

En Santander, Estévez (2021) decidieron caracterizar las actividades de tiempo libre de 298 estudiantes que estudiaron en distintos colegios (públicos y privados) del Municipio del Valle de San José. Entre los resultados se halla que en promedio solamente el 37% de ellos practican actividad física como modo de uso de tiempo libre de manera rutinaria y en cambio el 72,1% prefieren usar pantallas o escuchar música, por lo que vieron la oportunidad perfecta de recomendar programas plenamente establecidos para que los estudiantes se acerquen a formas de ocio y deporte.

Precisamente, los juegos tradicionales de Colombia potencian un factor motivacional importante porque incluyen niños y adultos que transmiten una herencia cultural generacional. Julio de la Rosa y Mora (2024) pudieron identificar que los trompos, canicas, el quemado, la yuca, la cuerda, congelado y policías y ladrones son un conjunto de juegos tradicionales que se ha conservado durante generaciones y que mejor funcionaron en

su propuesta pedagógica llevada a cabo en Córdoba. Allí, notaron que los niños comprendieron las actividades con facilidad, se mostraron interesados y sin demora levantaron un ambiente de genuina jocosidad, por tanto, no hubo dificultad para motivar a los niños a la participación espontánea trabajando motricidad, comunicación, socialización e incluso control emocional y pensamiento lógico.

Está claro que las actividades recreativas deben estar vinculadas con las tradiciones y valores culturales de cada región. En este sentido, el tiempo libre puede ser una herramienta para fortalecer la identidad cultural, enseñando a los jóvenes a valorar sus raíces y tradiciones a través de actividades lúdicas, artísticas y comunitarias. Por eso, proponemos algunas posibles actividades que pueden afianzar estas características.

- Talleres Creativos de Arte y Manualidades: Actividad: Crear un taller de pintura, escultura o reciclaje donde los estudiantes deban desarrollar una obra de arte basada en un tema específico (por ejemplo, "La naturaleza de nuestra región"). Objetivo del flujo: Los estudiantes experimentarán el desafío de crear una obra única, pero a su propio ritmo y estilo. Los materiales y las ideas se adaptarán a sus habilidades, lo que les permitirá mantenerse concentrados y disfrutar del proceso creativo. Resultado esperado: Los estudiantes sentirán una sensación de logro al ver sus obras completadas, lo que incrementará su autoestima y los motivará a seguir participando activamente.
- Retos de Resolución de Problemas en Grupo: Actividad: Organizar juegos de resolución de problemas o desafíos en equipos, como "El desafío del rompecabezas gigante", en el cual los estudiantes deben trabajar juntos para completar un rompecabezas o resolver una serie de enigmas. Objetivo del flujo: Los estudiantes

estarán completamente involucrados en la tarea de resolver problemas en equipo, lo que fomenta la colaboración, la comunicación y el pensamiento crítico. Los desafíos deben tener un nivel adecuado de dificultad para mantener su interés y evitar el aburrimiento. Resultado esperado: Los estudiantes experimentarán el flujo al enfrentar desafíos, y el trabajo en equipo fortalecerá su capacidad para resolver problemas juntos.

- **Actividades Deportivas:** Actividad: Crear una competencia de deportes de equipo, como fútbol, baloncesto o carreras de relevos, donde los estudiantes puedan medir su destreza en diferentes modalidades. Objetivo del flujo: Las actividades deportivas bien organizadas ofrecen un buen equilibrio entre el desafío físico y la satisfacción personal al lograr objetivos colectivos e individuales. Al involucrarse activamente en el deporte, los estudiantes pueden alcanzar el flujo, ya que estas actividades requieren concentración, habilidad y esfuerzo físico. Resultado esperado: Los estudiantes mejorarán su condición física, desarrollarán habilidades sociales, y aprenderán a colaborar mientras experimentan el disfrute y la satisfacción del deporte.

Si recordamos la tabla de teorías potencialmente constructivas para el Colegio Camacho Carreño (Tabla 1) se infiere gran influencia de la teoría del "flujo" de Csikszentmihalyi (1990), pues, para el Colegio Camacho Carreño es ideal debido al enfoque escolar que mantiene a los estudiantes interesados, motivados y emocionalmente comprometidos en las actividades. Así, a través de retos que desafíen sus habilidades y fomenten el disfrute, los estudiantes pueden aprovechar su tiempo libre de manera constructiva, desarrollando nuevas habilidades, mejorando su bienestar y alejándose de conductas poco saludables. Por tanto, las actividades propuestas, desde talleres creativos

hasta deportes y proyectos culturales, no solo contribuyen a su aprendizaje, sino que también les permiten experimentar el flujo, ayudando a crear un ambiente escolar más dinámico, participativo y enriquecedor para todos los estudiantes.

### 5.3 Marco conceptual

Como marco conceptual se definirán sustancialmente los conceptos más importantes para esta investigación. Teniendo en cuenta que lo que se busca es proponer estrategias pedagógicas con potencial positivo para el Colegio Camacho Carreño, entonces se procederá a acotar los conceptos clave que permitan entender el abordaje a esta investigación.

- **Tiempo Libre:** En esta investigación se resalta el carácter educativo con el que Trilla (2012) define el tiempo libre como un espacio no formal de potencial formación, el cual, desarrolla habilidades y competencias para los niños durante su desarrollo. Entonces, se entiende el tiempo libre como un recurso de “muchos aprendizajes que se realizan casi siempre activos y contextualizados. Y eso es aplicable a cualquiera de las ofertas de tiempo libre educativo: centros juveniles, campamentos, talleres, corales, deportes, etc” (p. 34).
- **Juego:** En lo que aquí compete, el juego no aparece como una actividad desordenada sino espontánea y elegida libremente, pero con contenido gratificante (Romero y Munevar, 2012). Por lo que se apela a la definición de juego tradicional propuesta por De la Rosa y Mora (2024) cuando mencionan que los juegos sirven de “herramienta para activar el aprendizaje, promoviendo la cooperación, el respeto por las reglas y la resolución de conflictos de manera positiva (...) integrando parte fundamental del proceso educativo” (p. 67).

- **Desarrollo Infantil:** Para clásicos como Erikson (1963), el desarrollo infantil involucra procesos físicos, cognitivos y socioemocionales que atraviesan crisis y éxitos de acuerdo a sus capacidades. En este sentido, el desarrollo de los niños se entiende como un campo multidimensional que hay que atender a través de estrategias que procuren el gozo de actividades para garantizar el bienestar y las posibilidades de aprendizaje significativo.
- **Estrategias Pedagógicas:** refieren al conjunto de actividades intencionalmente organizadas por un líder cuyo objetivo se dirija a un proceso de enseñanza-aprendizaje. De acuerdo con De la Rosa y Mora (2024), una estrategia pedagógica se establece como una metodología a aplicar para incidir en el aprendizaje significativo, casi siempre, utilizando lúdicas que favorezcan las dimensiones de desarrollo infantil, por ejemplo, con juegos tradicionales como base de un proyecto específico.
- **Ocio:** Tiempo libre que se dedica a realizar actividades que no implican trabajo, tareas domésticas o cosas específicas diarias, sino sirven para recrear y aprender. Según, Dumazedier (1974), el ocio no es simplemente tiempo libre, sino un espacio para la realización personal y de un desarrollo cultural en la vida social.

#### **5.4 Marco Normativo**

Para un proyecto sobre el uso del tiempo libre en los estudiantes de cuarto y quinto grado, es importante basar fundamentos legales y normativos relacionadas con la educación, la recreación y el desarrollo integral. Este marco incluye legislación nacional

sobre los derechos de los niños y el aprovechamiento del tiempo libre. A continuación, se presenta un esquema del marco normativo aplicable a este proyecto (ver tabla 2).

**Tabla 2.**

Marco Normativo Colombiano sobre el aprovechamiento del tiempo libre y el desarrollo integral de los niños y niñas

<b>Marco Jurídico</b>	<b>Aporte</b>
<b>Constitución Política de Colombia (1991)</b>	<p>Establece los principios fundamentales que rigen el sistema educativo y los derechos de los niños y adolescentes en el país. En su <b>Artículo 44</b> expone que “son derechos fundamentales de los niños: la vida, la integridad física, la salud y la seguridad social, la alimentación equilibrada, su nombre y nacionalidad, tener una familia y no ser separados de ella, el cuidado y amor, la educación y la cultura, la recreación y la libre expresión de su opinión” (p. 14).</p>
<b>Ley General de Educación (Ley 115 de 1994)</b>	<p>El <b>Artículo 14</b> establece que en todo establecimiento educativo sea oficial o privado, debe ofrecerse “el aprovechamiento del tiempo libre, el fomento de las diversas culturas, la práctica de la educación física, la recreación y el deporte formativo” (p. 6). De manera que la recreación y la cultura son dos dimensiones de especial fundamento jurídico para el desarrollo infantil.</p> <p>El <b>Artículo 16</b> subraya que el tiempo escolar debe incluir actividades que favorezcan el desarrollo integral de los estudiantes no solo en el área académica, sino también en su desarrollo físico, social y emocional, por ejemplo, “a) el conocimiento del propio cuerpo (...) b) el crecimiento armónico y equilibrado del niño (...), c) el desarrollo de la creatividad, las habilidades y destrezas propias de la edad, como también de aprendizaje, e) el desarrollo de la capacidad para adquirir formas de expresión, relación y comunicación, f) la participación en actividades lúdicas con otros niños y adultos” (p. 6).</p> <p>Este marco normativo destaca la importancia de incluir actividades recreativas y de esparcimiento dentro de la programación escolar, de manera que los estudiantes tengan oportunidades para el desarrollo de sus habilidades y su bienestar general.</p>
<b>Ley de Cero a Siempre (Ley 1804 de 2016)</b>	<p>Con esta Ley nació la política pública especialmente dedicada para el desarrollo integran en la primera infancia, la cual, fundamentó el juego como eje sustancial del desarrollo infantil. Por eso, el <b>Artículo 5</b> reza que “un proceso educativo y pedagógico intencional, permanente y estructurado, a través del cual los niños y las niñas desarrollan su potencial, capacidades y habilidades en el juego” (p. 4), reconociendo la</p>

	importancia de dinámicas espontáneas y no solamente académicas como punto central del desarrollo.
<b>Código de Infancia y Adolescencia (Ley 1098 de 2006)</b>	Es una de las normativas más relevantes en cuanto a la protección integral de los derechos de los niños, niñas y adolescentes en Colombia. En el <b>Título II</b> , establece principios y directrices para garantizar el derecho de los menores al descanso, la recreación y el tiempo libre de manera adecuada.  En esta línea, el <b>Artículo 31</b> establece que “Los niños, las niñas y los adolescentes tienen derecho al descanso, esparcimiento, al juego y demás actividades recreativas propias de su ciclo vital y a participar en la vida cultural” (p. 18). Por tanto, se les debe respetar el fomento a la vivencia de la cultura a la que pertenecen.

Fuente: Elaboración propia.

De acuerdo con este marco normativo, las instituciones educativas tienen la responsabilidad de promover actividades recreativas y formativas que respeten el derecho al tiempo libre de los estudiantes, brindándoles un espacio para su esparcimiento y desarrollo. Aquí se establece claramente que el tiempo libre de los niños y adolescentes debe ser utilizado de manera constructiva y positiva, garantizando el acceso a actividades recreativas, culturales y educativas que contribuyan a su desarrollo integral.

Desde la Constitución Política de Colombia, hasta la Convención sobre los Derechos del Niño, las leyes nacionales como la Ley 1098 de 2006 (Código de la Infancia y la Adolescencia) y la Ley 115 de 1994 (Ley General de Educación), y las políticas públicas como la Política Nacional de Juventud, todas destacan la importancia de proporcionar a los estudiantes oportunidades para aprovechar su tiempo libre de manera sana, creativa y enriquecedora. Estas normativas brindan el marco legal necesario para desarrollar programas y actividades en el Colegio Camacho Carreño, que no solo respeten los derechos de los estudiantes, sino que también fomenten un ambiente en el que puedan desarrollarse

plenamente, evitando que el tiempo libre se convierta en una oportunidad para el desaprovechamiento o el involucramiento en conductas indeseables.

## **6. Metodología**

A continuación, se presentarán los métodos y enfoque de investigación con el que se desarrollan los objetivos propuestos, por tanto, la finalidad aquí es basarse en herramientas teórico-prácticas que posibiliten solución y desarrollo de las metas alcanzar, al menos propositivamente. Se presenta entonces el enfoque, tipo de investigación, población, limitación, instrumentos, cronograma y presupuesto.

### **6.1 Enfoque de Investigación**

Se elige el enfoque de investigación cualitativa ya que, con este enfoque se pueden describir características relevantes detalladamente dentro del marco estudiado, casi siempre, por medio de las experiencias que actúan como punto de referencia para establecer un contexto más completo entre los implicados; por lo que el foco de este enfoque contribuye a la interpretación de una problemática (Hernández et al. 2014). En este sentido, para los autores, el enfoque cualitativo permite estudiar la realidad tal como se presenta, con un contexto natural y potencialmente con herramientas para interpretar los fenómenos que se ven entre las personas que están relacionadas a dicho contexto.

Muestra la capacidad de captar la riqueza de las practicas pedagógicas, las dinámicas sociales, los factores culturales que pueden incidir en el aprovechamiento del tiempo libre, además permite una aproximación flexible y abierta que se puede ajustar a las realidades de los distintos contextos educativos. La idea es aprovechar el carácter descriptivo que ofrece el enfoque cualitativo para aportar datos que esbocen, empíricamente, las problemáticas a observar.

## **6.2 Tipo y Método de Investigación**

Debido a la necesidad de entender el contexto real de los estudiantes y después procurar mejorarlo, se eligió la investigación-acción como un tipo de estudio que, desde la óptica de Álvarez-Gayou (2003), permite comprender el mundo social inmediato y mejorar la calidad de vida de las personas que lo habitan, ya que de la situación observada emanan ideas para una intervención a pequeña escala, en virtud de modular el funcionamiento de solamente la realidad observada.

En el sentido de comprender la realidad y derivar estrategias para cambiarla, se toma entonces el método inductivo-deductivo de investigación, definido como una categoría con la cual, los individuos, realizan observaciones con las cuales plantear generalizaciones para alcanzar a predecir posibles problemáticas, por tanto este método “acepta la existencia de una realidad externa y postula la capacidad del ser humano para percibirla por medio de sus sentidos y entenderla por medio e su inteligencia” (Álvarez-Gayou, 2003, p. 15).

## **6.3 Limitación Espacial y Temporal**

Hernández et al. (2014) dice que lo primero para una investigación es definir su unidad de análisis, en este caso, niños y docentes del Colegio Camacho Carreño. Por consiguiente, la investigación se posó en el Colegio Integrado Camacho Carreño, sede B (Municipio de Suratá, Santander), más exactamente en la calle 3 # 2-17 del casco urbano del municipio mencionado. Allí, se atienden grados preescolar y básica primaria en la jornada de la mañana, por tanto, a pesar de ciertas problemáticas de edificación e infraestructura, el antiguo colegio sigue activo procurando procesos administrativos y operativos para asegurar la educación de niños, niñas y jóvenes. Justo en este espacio se

realizarán labores de observación, diagnóstico y diseño metodológico para proponer estrategias que ayuden al aprovechamiento del tiempo libre, echando mano de los recursos físicos y simbólicos del establecimiento educativo, adecuadamente.

En tanto a limitación temporal, es importante aclarar que los procesos de visita, observación y entrevista ocuparán cerca de tres semanas, así también, para el diseño de propuesta será necesario tomar por lo menos dos semanas más, sin olvidar tiempos de socialización con la institución a manera de ultimar planes de futura acción. En este sentido, el tiempo de ejecución del proyecto en su totalidad se fecha entre el 10 de marzo y el 28 de abril de 2025 para un total de 7 semanas, según cronograma (ver tabla 3).

#### **6.4 Población y Muestra**

El Colegio Integrado Camacho Carreño tiene en total cerca de 620 estudiantes en todos los niveles de acuerdo al sistema integrado de matrícula (SIMAT), sin embargo, para este proyecto se tomarán 27 estudiantes de cuarto grado, 23 estudiantes de grado quinto y 2 docentes titulares correspondientemente, para un total de 52 participantes. En este orden de ideas, se opta por un muestreo no probabilístico ya que se elige el grupo de participantes a conveniencia según Hernández et al. (2014).

#### **6.5 Instrumentos de Investigación**

En esta sección se definen y describen los instrumentos de recolección de información, haciendo referencia a las herramientas con las que se desarrolla la investigación en pro de posibles mejoras a futuro y prospectiva.

- **Observación Directa:** Es una técnica clásica pues se usa desde hace siglos y se afina en la capacidad de discriminar los estímulos que conjugan un evento o fenómeno objeto de estudio. Así, la observación directa es un registro

sistemático perfectamente confiable toda vez que se use para analizar el comportamiento manifiesto, siempre y cuando se registre con objetividad, más aún, relacionando causas y efectos en los acontecimientos para esclarecer la realidad de forma más consciente e incluso dando la oportunidad de pensar en futuros experimentos. Esta técnica de investigación implica no sólo datos visuales sino recolección de registros no participante, es decir, el investigador se separa del objeto de estudio con el objetivo de analizarlo en su estado más natural y así notar aspectos particulares y generales para obtener datos de mayor valor (Álvarez-Gayou, 2003).

- **Diarios de Campo:** El diario de campo refiere a una de las técnicas de mayor apoyo de memoria, pues recrea las experiencias vividas dando oportunidad a la reflexión en virtud de recontar procesos que hicieron parte del trabajo de campo. Por ello, se trata de un instrumento individual o colectivo que ayuda a supervisar el proyecto, disminuyendo las probabilidades de caer en sesgos o malentendidos por simple observación. En este caso, la observación directa se alimenta en diario de campo o bitácora que, en definición de Hernández et al. (2014), refiere a un instrumento personal donde se describen lugares, personas, relaciones, eventos a través de diagramas, esquemas, secuencias cronológicas de sucesos entre otra gama de información recogidas sistemática y contextualmente. En este sentido, se garantiza un abordaje completo para el diagnóstico.
- **Entrevistas abiertas o no estructuradas:** La entrevista también es un instrumento de recolección de datos, pero apunta al aprovechamiento de información suministrada por otras personas con el objetivo de centrar el

contexto alrededor de los fenómenos vividos por ellos. Sampieri (2003) mencionan que el poder interpretativo de la entrevista recae en la capacidad para reconstruir la realidad aun cuando el investigador no hace parte de ella, de manera que, con esta técnica, se hilan experiencias, significados, contextos, situaciones y otros aspectos que componen un fenómeno social, y así, es posible visualizar las relaciones sociales que evidencian un problema. Para lo que aquí concierne, la entrevista no estructurada se basa en una guía general de contenido donde el entrevistador se halla en total flexibilidad para modular el curso de la misma, de manera que, al plantear aspectos globales de la problemática a tratar, se van capturando temas y subtemas que derivan en la comunicación, lo cual facilita la mayor información genuina posible (Hernández et al., 2014).

## 6.6 Cronograma

A continuación, se presenta cronograma de actividades correspondiente a la proposición pedagógica para el aprovechamiento del tiempo libre en el Colegio Integrado Camacho Carreño (Suratá, Santander).

**Tabla 3.**

*Cronograma de actividades*

<b>ACTIVIDAD</b>	<b>MARZO: SEMANA 1</b>	<b>MARZO: SEMANA 2</b>	<b>MARZO: SEMANA 3</b>	<b>ABRIL: SEMANA 1</b>	<b>ABRIL: SEMANA 2</b>	<b>ABRIL: SEMANA 3</b>	<b>ABRIL: SEMANA 4</b>
<b>Reunión con directivos de la institución</b>							
<b>Autorización e inicio de actividades</b>							

<b>Reunión con docentes titulares primaria</b>					
<b>Observación directa en campo</b>					
<b>Registro en diarios de campo</b>					
<b>Entrevista a docentes</b>					
<b>Revisión de bibliografía y antecedentes teórico-conceptuales</b>					
<b>Análisis de la información registrada y contraste teórico</b>					
<b>Diseño de propuesta pedagógica para el aprovechamiento del tiempo libre</b>					
<b>Socialización</b>					

Fuente: Elaboración propia.

## 6.7 Presupuesto

En este lugar se visualiza el presupuesto proyectado para la realización del proyecto en cuestión, aquí se pretende estimar aspectos financieros que hacen posible la proposición pedagógica.

**Tabla 4.**

*Presupuesto del proyecto*

<b>Presupuesto Proyecto de Investigación</b>			
<b>Descripción</b>	<b>Cantidad</b>	<b>Valor unitario</b>	<b>Valor total</b>
<b>Transporte</b>			
Transporte Bucaramanga-Suratá	7	\$15.000	\$105.000
Transporte Suratá-Bucaramanga	7	\$15.000	\$105.000
Transporte Municipal	7	\$4.000	\$28.000
<b>Recursos tecnológicos</b>			
Computador, impresora, celulares	2	\$400.000	\$800.000
Internet	1	\$65.000	\$65.000
Alimentación	10	\$30.000	\$300.000
<b>Papelería</b>			

Resmas de papel	3	\$18.000	\$54.000
Material pedagógico	60	\$300	\$180.000
Cuaderno de registros	20	\$300	\$6.000
<b>Total</b>	<b>117</b>	<b>\$547.600</b>	<b>\$1'643.000</b>

Fuente: Elaboración propia.

## 7. Desarrollo de los Objetivos

La observación y los diarios de campo fueron fundamentales para una primera impresión: los estudiantes de cuarto y quinto primaria no se interesan en actividades lúdicas. Por el contrario, se evidenció que existe un predominante interés por la búsqueda de recursos tecnológicos (tabletas, videojuegos, celulares) en los cuales sumergirse para “pasar el tiempo”, olvidando la interacción social y el contacto físico como primicias para divertirse y esparcir intereses en común distintos a las pantallas.

La entrevista con las docentes constató las primeras impresiones en tanto que los discursos apuntaron a que los niños, lejos de la lúdica, consumen pantallas alrededor de juegos como mindcraft, k-pop y otros ítems de índole digital poco relacionados con el currículum o con actividades de socialización real. No obstante, es importante mencionar que la problemática se crecenta al dar cuenta que ni docentes ni directivos han tomado acciones para lineamientos claros e intencionalmente dirigidos para el aprovechamiento del tiempo libre, adecuadamente.

En consistencia, la propuesta pedagógica planteada intenta dar paso a la promoción de actividades aparentemente espontáneas toda vez que activa el interés inmediato por la participación, poniendo en marcha el cuerpo y el contacto cara a cara con pares independientemente del grado escolar. De allí que los juegos tradicionales de Colombia (trompos, canicas, el quemado, la yuca, la cuerda, congelado y policías y ladrones) actúen como la base sobre la cual fomentar habilidades de socialización toda vez que, no sólo

activan la participación espontánea de los niños, sino que enriquece el valor del tiempo libre convirtiéndose en el momento más esperado de la jornada escolar.

A largo plazo, la implementación de la propuesta podría generar un valor formativo importante para la escuela en general, pues el interés por la participación además de la genuina intención de incorporar otras formas de juego distintas a lo digital, favorecerá el trabajo en equipo, el respeto por las normas y el reconocimiento de sí mismo y de los otros, al tiempo que se estimulan habilidades físicas y mentales con un alto prospecto cultural y pedagógico. Herramientas vitales para la educación primaria.

## **8. Conclusiones**

Respecto a los objetivos específicos de esta investigación, se concluye que el proceso diagnóstico soportado con herramientas cualitativas permitió una fotografía actual respecto al estado de la problemática, dando la oportunidad de poner el tema sobre mesa de discusión no sólo con docentes, por lo tanto, un buen diagnóstico actúa como piedra angular para cualquier tipo de diseño e intervención.

Por supuesto, las revisiones teóricas que anteceden a este trabajo permitieron un lenguaje sobre el cual establecer el escenario de trabajo, así, desde los planteamientos más clásicos hasta los antecedentes de los últimos años, fueron altamente significativos para argumentar la necesidad de pensar en el aprovechamiento del tiempo libre como aspecto de vital gestión educativa. Aspectos que fueron valorados por la institución.

Es importante concluir que el aprovechamiento del tiempo libre no debe ser tomado como un contenido curricular formal (al menos no explícitamente), pues toma el riesgo de

que los niños se indispongan al carácter académico eliminando el imaginario “divertido” que implica hacer “cosas distintas a estudiar”.

Este es el sentido de aprovechar el tiempo libre: recuperar hábitos potencialmente saludables y pedagógicamente vinculantes a la formación integral de los estudiantes, de manera que se expandan nuevos horizontes metodológicos con beneficios y oportunidades de articular la cultura local-regional a la institución.

## **9. Recomendaciones**

Como recomendaciones, se puntualiza que la propuesta pedagógica debe ser usada como oportunidad de aprendizaje y desarrollo integral, y no como contenido curricular formal, ya que su objetivo es vincular aspectos socioculturales en la localidad educativa para favorecer prácticas lúdicas espontáneas y enriquecedoras.

Así mismo, se recomienda debatir que este tipo de propuestas fortalecen competencias sociales, motoras y emocionales elevando el valor formativo, siempre y cuando se planifiquen adecuadamente, pues a pesar de la espontaneidad de los juegos tradicionales, su desarrollo no se hará posible si la institución no adecúa tiempo y espacio para aprovechar el tiempo libre.

La vinculación familiar resulta apenas considerable para el debate, por tanto, no está de más invitar a padres de familia a pensar en modos de incluirse en este tipo de propuestas toda vez que sus intenciones sean actuar como punto de referencia para esparcir juegos tradicionales cada vez más llamativos, en virtud de garantizar el carácter sociocultural.

Finalmente, es vital evaluar el impacto de este tipo de propuestas para contribuir a futuros diseños metodológicos independientemente de que hagan parte o no del currículo educativo formal, siempre y cuando, se ajusten consideraciones necesarias.

## 10. Referencias

- Álvarez-Gayou, J. (2003). *Cómo hacer investigación cualitativa. Fundamentos y Metodología*. Paidós.
- Bilbao, A. (2015). El cerebro del niño explicado a los padres. Plataforma Editorial.  
<https://ciec.edu.co/wp-content/uploads/2024/07/Bilbao-Alvaro.-El-cerebro-del-nino-explicado-a-los-padres.pdf>
- Bula, X., De la Espriella, A., Guerra, M. y Vergara, B. (2015). Los juegos tradicionales como estrategia lúdica para el aprovechamiento del tiempo libre de los estudiantes del grado 4 de la Institución Educativa Los Galanes (Tesis de Especialización, Fundación Universitaria Los Libertadores). Repositorio Institucional.  
<https://repository.libertadores.edu.co/server/api/core/bitstreams/8984ee0e-bbbe-4a0f-809d-92d77a7fbfcf/content>
- Cardona, G. (2023). El bienestar situado: comprensión, gestión e interacción simbólica del ocio en la escuela. *Oradores*, 19, 114-128.  
<https://revistas.umecit.edu.pa/index.php/oradores/article/view/1181/2111>
- Congreso de Colombia. (1991). Constitución Política de Colombia.  
<https://www.constitucioncolombia.com>
- Congreso de Colombia. (1994). Ley 115 de 1994 - Ley General de Educación.  
<https://www.funcionpublica.gov.co>
- Congreso de Colombia. (2006). Ley 1098 de 2006 - Código de Infancia y Adolescencia.  
<https://www.icbf.gov.co>
- Congreso de Colombia. (2016). Ley 1804 de 2016 - Ley de Cero a Siempre.  
<https://www.icbf.gov.co>
- Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow: The Psychology of Optimal Experience*. Harper & Row.
- De la Rosa, G. y Mora, J. (2024). Los juegos tradicionales como estrategia pedagógica para mejorar la motivación y el interés por el aprendizaje en niños de primer grado de la institución educativa Santa Cruz de Lorica. *Revista Latinoamericana de Calidad Educativa*, 2(1), 61-68. <https://doi.org/10.70625/rlce/59>
- Departamento Administrativo Nacional de Estadística – DANE. (2021). Encuesta de calidad de vida 2020. [https://www.dane.gov.co/index.php/estadisticas-por-tema/tecnologia-e-innovacion/tecnologias-de-la-informacion-y-las-comunicaciones-entic/encuesta-de-tecnologias-de-la-informacion-y-las-comunicaciones-en-hogares-entic-hogares/?utm\\_source=chatgpt.com](https://www.dane.gov.co/index.php/estadisticas-por-tema/tecnologia-e-innovacion/tecnologias-de-la-informacion-y-las-comunicaciones-entic/encuesta-de-tecnologias-de-la-informacion-y-las-comunicaciones-en-hogares-entic-hogares/?utm_source=chatgpt.com)
- Dumazedier, J. (1974). *Sociologie empirique du loisir*. Editions du le Seuil.

- Erikson, E. (1963). *Childhood and society*. Norton.
- Estévez, E. (2021). Caracterización de las actividades de tiempo libre de los adolescentes del municipio del Valle de San José-Santander y las expectativas frente a los programas de actividad física. *Revista Digital: Actividad Física y Deporte*, 7(1). <http://portal.amelica.org/ameli/jatsRepo/505/5052228011/index.html>
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación 6ª Edición*. McGrawHill.
- MARIN, A. M. S., & CALA, J. J. N. (2024). Gestión comunitaria en el buen manejo del tiempo libre que potencie los proyectos de vida de los adolescentes del Instituto Técnico Agropecuario el Hato Santander.
- Marín, C. e Hincapié, D. (2016). Incidencias del mal uso del tiempo libre en los estudiantes del grado Tercero 1 de la Institución Educativa Leon XIII del Municipio El Peñol, Antioquia (Tesis de Grado, Corporación Universitaria Minuto de Dios). Repositorio Institucional. <https://repository.uniminuto.edu/server/api/core/bitstreams/a985fecb-0b08-4224-abc3-363717e5ff7b/content>
- Munné, F. (1974). El derecho al tiempo libre, un inédito derecho humano a la libertad. *Anuario de Sociología y Psicología Jurídicas*, 1, 13-33.
- Murillo, N. (2018). Proyecto de aprovechamiento del tiempo libre y recreación como medio del fortalecimiento de las destrezas motoras gruesas (Tesis de Grado, Corporación Universitaria Minuto de Dios). Repositorio Institucional. <https://repository.uniminuto.edu/items/4fdf8b0e-8154-4653-9530-9f4e2f116464>
- Piaget, J., (1961). *La formación del símbolo en el niño*. F.C.E.
- Rodríguez, M. C., Pintor, D. C., y Julio, K. T. (2022). Inteligencias múltiples y aprovechamiento del tiempo libre de los niños de la IE Arborizadora alta en Bogotá. (Tesis de Especialización, Fundación Universitaria Los Libertadores). Repositorio Institucional. <https://repository.libertadores.edu.co/server/api/core/bitstreams/ace62b03-3f3f-4864-9c94-8f5413d858cb/content>
- Romero, G. y Munevar, E. (2012). Estrategia lúdica para el aprovechamiento del tiempo libre en los niños y niñas del grado pre-escolar del colegio claretiano de la localidad séptima de Bogotá (Tesis de Grado, Universidad Libre). Repositorio Institucional. <https://repository.unilibre.edu.co/bitstream/handle/10901/9069/ESTRATEGIA%20LUDICA%20PARA%20EL%20APROVECHAMIENTO%20DEL%20TIEMPO%20LIBRE.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Sampieri, H. (2003). *Metodología de investigación*. McGraw Hill.
- Tonucci, F. (2015). *La ciudad de los niños*. Editorial GRAÓ.

Trilla, J. (2012). Los discursos de la educación en el tiempo libre. *Educación social. Revista de Intervención Socioeducativa*, 50, pp. 30-44.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3959477>

Vygotsky, L. (1979). *El desarrollo de los procesos psicológicos superiores*. Grijalbo