

La Educación en y para el tiempo libre

The Education in and for the free time

Juan Pablo Machado-Almanza¹, Amelia Domínguez-Ventura², Urbano Rodríguez-Martínez³

¹Lic. Profesor Instructor. Universidad Central “Marta Abreu” de las Villas. Villa Clara, Cuba. jmalmanza@uclv.cu

²M.Sc. Profesor Auxiliar. Universidad Central “Marta Abreu” de las Villas. Villa Clara, Cuba. adventura@uclv.cu

³M.Sc. Profesor Auxiliar. Universidad Central “Marta Abreu” de las Villas. Villa Clara, Cuba. urodriguez@uclv.cu

Fecha de recepción: 4 de septiembre de 2018.

Fecha de aceptación: 12 de octubre de 2018.

RESUMEN

La investigación aborda la problemática de cómo contribuir a la formación del uso del tiempo libre. Se presentan acciones que contribuyen para la formación de esta cultura, teniendo como base los conceptos de cultura, recreación, recreación física, actividades físico-recreativas, tiempo libre, jóvenes, y comunidad. Se parte de la teoría a la práctica, que lleva a evaluar, el uso del tiempo libre y el fortalecimiento profesional en la esfera de recreación, basada en el diseño de acciones, sobre la base de educar en y para el tiempo libre. Resultando de gran aceptación y satisfacción, con reconocimiento institucional y comunitario.

Palabras claves: Recreación; Tiempo libre; Actividades físico-recreativas, Comunidad

ABSTRACT

The research addresses the problem of how to contribute to the formation of the use of free time. Actions that contribute to the formation of this culture are presented, based on the concepts of culture, recreation, physical recreation, physical-recreational activities, leisure time, youth, and community. It starts from theory to practice, which leads to evaluate, the use of free time and professional

strengthening in the sphere of recreation, based on the design of actions, based on education in and for free time. Resulting in great acceptance and satisfaction, with institutional and community recognition.

Keywords: Recreation; Free time; Physical-recreational activities, Community

INTRODUCCION

En la actualidad es necesidad preservar, reforzar y fomentar la misión de contribuir al desarrollo sostenible y el mejoramiento del conjunto de la sociedad. Para lograrlo se insta a las instituciones de Educación Superior a formar ciudadanos que participen activamente en la sociedad y estén abiertos al mundo, proporcionar las competencias técnicas adecuadas para contribuir al desarrollo cultural, social y económico de las sociedades, contribuir a proteger y consolidar los valores de la sociedad, al inculcar en los jóvenes los valores en que reposa la ciudadanía democrática, proporcionando perspectivas críticas y objetivas a fin de propiciar el debate sobre las opciones estratégicas y el fortalecimiento de enfoques humanistas, plantea Urrutia Barroso, L. (2006).

De aquí la importancia de las concepciones actuales de la universidad como instrucción social, dirigida a la formación integral de un profesional que englobe los cuatro saberes de los pilares de la Educación para el siglo XXI, aprender a conocer, hacer, ser y convivir juntos; un profesional formado integralmente (Delors, J. 1998).

Nuestro país asume estos postulados en los documentos oficiales del Comité Central del Partido, al considerarla formación integral del profesional como una prioridad. En la concepción educativa de una personalidad integralmente formada, la cultura del uso del tiempo libre ocupa un espacio importante como parte de los saberes que le permiten convivir en sociedad.

La formación cultural integral supone la preparación de un profesional que defienda, con sólidos argumentos, la historia y el quehacer nacional, que actúe acorde con los principios y valores más genuinos de su país y del proyecto social que comparte día a día, desarrolle habilidades que garanticen un desempeño competente, de excelencia académica, con una alta productividad científico-tecnológica, además de un horizonte cultural válido para satisfacer las

necesidades individuales y colectivas e insertarse con éxito en los distintos escenarios donde debe desempeñarse, plantea Brancher. H. (s.f.).

Es evidente, que se debe seguir trabajando en la comprensión integral sobre el valor e importancia de la cultura por parte de profesores y estudiantes, que propicie un programa de acciones coherente y abarcador, de amplia influencia pedagógica a favor de la formación integral de los futuros profesionales de la cultura física.

Este proceso, cuya concepción general se desarrolla a través de las dimensiones curricular, extensionista y sociopolítica, se concretan en el proyecto educativo, como vía para lograr el desarrollo político-ideológico, la cultura socio-humanista, una alta competencia profesional y un elevado compromiso social, que se evidencie en su incondicionalidad con la patria y les permita estar preparados como promotores culturales dentro de su centro universitario y en la comunidad.

Pero los espacios docentes no son los únicos para el desarrollo de esta integralidad, y en ocasiones tampoco son el marco más propicio para las demostraciones de los modos de actuación consecuentes con las aspiraciones de formación del profesional que hoy demanda la sociedad cubana. He aquí la aparición de un espacio y una concepción muy llevada y traída por la educación, la universidad y la sociedad en general, en este caso la Recreación y el Tiempo Libre.

Para acercarnos a estas concepciones que han venido evolucionando con la sociedad, podemos definir como recreación al *“...conjunto de experiencias voluntarias de los seres humanos en el tiempo libre expresadas en la diversidad de intereses y otras motivaciones para la satisfacción de necesidades que contribuirán al descanso, la recuperación de las energías físicas y espirituales, la diversión, el perfeccionamiento de la salud, la integración social y con el medio natural, hacia el logro de un estado de bienestar pleno y creador que constituya una vía permanente de educación y formación de la personalidad para el mejoramiento de la calidad de la vida a partir del protagonismo del sujeto”* (Sosa Loy, D.A. 1999).

El concepto anterior, favorece la interpretación y el tratamiento de esta actividad como parte de la vida universitaria y sus potencialidades para la formación integral del egresado, así como la posibilidad de manifestación de las habilidades que lo hacen competente en la esfera de actuación de la cultura física.

Es oportuno conocer algunas de las definiciones de tiempo libre, como la aportada por Pérez Sánchez, A. (1997), cuando asume que este “...es aquel que resta luego de descontar la realización de un conjunto de actividades biológicas o socialmente admisibles de inclusión, propias de un día natural (24 horas) y que se agrupan bajo los rubros siguientes: Trabajo, transportación, tareas domésticas y necesidades biofisiológicas.”

Todas estas ideas demuestran la necesidad de tomar más en cuenta estos necesarios y reales momentos, para la formación de los egresados de la carrera Licenciatura en Cultura Física y Deportes. Siendo conocedores de la situación actual en este sentido se declara el objetivo de esta investigación el cual se encamina a diseñar acciones que contribuyan a la educación para la formación de una cultura en el uso del tiempo libre en los estudiantes de la carrera Licenciatura en Cultura Física en la Facultad de Villa Clara.

DESARROLLO

En todo este proceso investigativo hay una serie de conceptos que son necesarios conocer para entender las interpretaciones y decisiones tomadas durante el mismo, por eso manejamos a continuación como punto de partida para saber cuando se abordan estos tópicos a que nos estamos refiriendo.

La recreación física, se define como el conjunto de actividades físicas definidas por los motivos físicos recreativos, que constituyen un subsistema de la recreación y forma parte de la cultura física de la población con énfasis hacia el descanso activo, la salud, la creación de hábitos motores, la diversión y el desarrollo individual creativo. Tal tipo de recreación está caracterizada por cierto nivel de motricidad, lo cual genera un alto nivel de protagonismo físico recreativo (Sosa Loy, D.A. 1999).

Este mismo autor asume, que en la recreación física el aspecto de la participación es esencial, la cual se define como algo más que asistir o estar presente, aunque

esto sea una condición necesaria para que se produzca la participación. Participar es tener o tomar parte, intervenir, implicarse, supone en consecuencia que la presencia es activa, comprometiendo a la persona, en mayor o menor medida.

La recreación física se realiza en grupos, generalmente pequeños, en los cuales la comunicación constituye una fuente inagotable para la reflexión y la elaboración personal del individuo, según Urrutia Barroso, L. (2006), y refleja la necesidad objetiva de asociación y cooperación mutua para concretar la recreación física.

Los miembros del grupo comparten espacios donde la participación de sus miembros posibilita la elección consciente de proyectos de transformación, dirigida a la solución gradual y progresiva de las contradicciones potencializadoras de su autodesarrollo, plantea Pérez Sánchez, A. (1990). Son los propios miembros del grupo los que auto determinan sus objetivos recreativos, las actividades que desean realizar y las formas de ejecutarlas.

El proceso investigativo se llevó a cabo con todos los estudiantes del Curso Regular Diurno (CRD) de la Facultad de Cultura Física de Villa Clara, y se utilizaron métodos del nivel teórico como el analítico-sintético y el histórico lógico; del nivel empírico la revisión documental, observación, encuesta y entrevista; del nivel estadístico-matemático la distribución empírica de frecuencias.

Dentro de los resultados más significativos de la investigación se encuentra en primer lugar el diagnóstico de la situación actual del uso del tiempo libre en los estudiantes de la carrera Licenciatura en Cultura Física de la Facultad de Villa Clara, que arrojó de manera resumida los siguientes datos:

- ✓ Es limitada la variabilidad de las actividades del tiempo libre.
- ✓ Existe pobre uso de actividades físico-recreativas en el tiempo libre.
- ✓ Hay insuficiente intercambio con la comunidad en el tiempo libre.
- ✓ Existen deseos de participación en actividades en el tiempo libre.

Lo anterior demuestra que no se usan las potencialidades de estos espacios ni de los propios estudiantes en función de su formación integral y su autodesarrollo.

Entre los aspectos que justifican la necesidad de este trabajo, encontramos un amplio bagaje teórico que sustenta esta investigación, y expone la pertinencia del proceso llevado a cabo, partiendo de la especial atención que debe prestarse al

empleo del tiempo libre de los niños y los jóvenes, en tanto este incidirá de una forma u otra en la formación de la personalidad.

La calidad de vida y la creación de un estilo de vida en la población, presuponen una relación dialéctica entre la utilización adecuada del tiempo libre y la salud mental y física de cada persona, ya que por un lado la realización de adecuadas actividades recreativas-físicas fortalecen la salud y lo prepara para el pleno disfrute de la vida, y por otro, una buena salud posibilita un mayor y mejor aprovechamiento del tiempo libre, en otras esferas de la recreación. (Mazorra Zamora, R. 1988)

Mediante un uso diversificado y culto del tiempo libre, es posible lograr que los modelos de la sociedad actual se incorporen incesantemente a la conducta y al pensamiento de los hombres contemporáneos. Para eso, es necesario crear y mantener una educación y una cultura del tiempo libre en la población y que se basen, ante todo, en las funciones más importantes que debe cumplir el tiempo libre en este periodo histórico: el despliegue de las potencialidades y capacidades creadoras de los hombres y el logro de la más amplia participación popular en la cultura y la creación.

Se debe impulsar una cultura del tiempo libre que se oponga al modelo de consumismo en forma positiva, demostrando la capacidad creativa y los niveles de participación popular del socialismo, la riqueza incalculable de la creatividad popular. Una cultura socialista del tiempo libre basada en la antítesis del consumismo: En la creación y la participación.

La influencia formativa del tiempo libre es un hecho comprobado científicamente y puesto en práctica hace muchos años por el sistema capitalista. La cultura de masas y la industria recreativo-cultural capitalista tiene la función ideológica de reproducción en cada individuo los valores sociales que dan estabilidad al sistema; y esa función estabilizadora comienza por la infancia.

Desde niños, los ciudadanos de los países capitalistas están absorbiendo inconscientemente y asimilando, en mayor o menor grado, las bases ideológicas que se transmiten de manera incesante por la escuela y los medios de difusión,

por las actividades generales, por la industria cultural de masas y los planes y sistemas recreativos comunitarios, etc.

No puede subestimarse el papel formativo o deformativo del contenido del tiempo libre, según el criterio de Pérez Sánchez, A. (1997), pues sé esta subestimando la tendencia educativa que caracteriza a las sociedades contemporáneas en las condiciones de la revolución científico-técnica, la interpretación socio-cultural, y la enorme complejidad de conocimientos, valores y normas que deben asimilar el individuo actualmente para poder tener una función creativa y una participación social acorde con las exigencias actuales.

El fenómeno del tiempo libre va en aumento, lo que genera la necesidad de saber cómo utilizarlo adecuadamente de manera que contribuya al desarrollo integral del individuo. Se sabe que la mejor forma de alcanzar esto es mediante las actividades recreativas, pero estas están inmersas dentro de una sociedad de consumo, lo que plantea el surgimiento de una educación en y para el tiempo libre, permitiendo que el individuo conozca las alternativas que existen y pueda elegir, consciente y responsablemente las actividades que realizará dentro de su tiempo libre, contribuyendo a su desarrollo personal y social dentro de una comunidad.

Educar en el tiempo libre, es aprovechar el tiempo libre como marco de alguna actividad educativa. Esta puede ser una actividad propia de la recreación o no, puede estar encaminada a formar a la persona para que su tiempo libre sea más enriquecedor, o bien puede ir dirigido a algún objetivo formativo o de aprendizaje alejado del tiempo libre. En estos casos, tanto la actividad como el objetivo que se presenten tienen poco que ver directamente con la recreación. Sin embargo, son actividades educativas para la realización de las cuales el individuo invierte una parte de su tiempo libre.

Educar para el tiempo libre es, por otra parte, donde el tiempo libre y las actividades recreativas se convierten en objetivo de la intervención pedagógica. Aquí se pretende preparar a la persona para que viva su tiempo libre de la manera más adecuada, y elija con responsabilidad las actividades que realizará. Esto puede implementarse dentro del tiempo libre o también fuera de él. Por ejemplo, puede presentarse en la escuela, que debe contar entre sus objetivos el de dar al

estudiante un conjunto de recursos culturales, que le ofrezcan más ricas posibilidades de recreación, mucho más cuando las desarrolla en la comunidad, desde una óptica de educar para el cuidado del medio ambiente, a criterio de González Padrón, A., Chou Rivero, O. y Fuentes, I. (2016).

El deporte comunitario, como las actividades físicas en la comunidad, permiten el establecimiento de nuevas relaciones interpersonales. Esto permite conocer y socializar las costumbres, tradiciones, motivaciones e intereses de los grupos de edades. En la comunidad se aprovecha el entorno natural que permite satisfacer las necesidades de los grupos de edades, por ejemplo la pesca y la casa deportiva para los adultos, y para los niños juegos acordes a su edad.

Desde la recreación física y el deporte, se le proporciona a los sujetos relaciones afectivas en las que se pongan en juego la peligrosidad-seguridad, riesgo-dominio, dificultad-facilidad, la motivación, la imaginación, la creatividad, con la correspondiente adaptación al medio natural o no, en búsqueda de una condición física coherente con sus tareas habituales diarias. (Cantor. H. (1996).

Además, existen condiciones reales en el contexto universitario donde se desenvuelve el proceso investigativo que favorecen todo lo anteriormente expuesto, como es:

- La formación integral del profesional de la cultura física.
- La necesidad de formación de un profesional revolucionario y comprometido.
- Las potencialidades de los estudiantes y del currículo.

Otro de los resultados de mayor realce, es el diseño de las acciones que permitieron la interrelación entre los contenidos teóricos y el accionar práctico, así como las demostraciones de modos de actuación consecuentes con las metas trazadas, al igual que la labor extensionista de la universidad. Estas acciones fueron las que a continuación relacionamos.

- 1) Creación del club de orientación.
- 2) Estudio de concepciones teórico-metodológicas y administrativas de la recreación.

- 3) Participación en eventos de carreras de orientación o senderismo universitario.
- 4) Desarrollo de actividades comunitarias.
- 5) Intercambio con instituciones educativas y recreativas.

La actividad de carreras de orientación fue la más aceptada por todos los estudiantes, en las cuales participaron junto a vecinos de la comunidad de Bengochea. Es oportuno y necesario destacar que todos los instrumentos aplicados y todos los sujetos tuvieron valoraciones positivas sobre el trabajo realizado durante el proceso, mostrando altos niveles de satisfacción con las acciones desarrolladas, obteniéndose resultados significativos y reconocidos por los organismos y organizaciones con los cuales se interactuó.

CONCLUSIONES

El diagnóstico permitió conocer las insuficiencias en el uso del tiempo libre de los estudiantes y sus deseos y potencialidades para el desarrollo de actividades físico-recreativas. Las acciones diseñadas contribuyen a la formación de una cultura del uso del tiempo libre, sobre la base de educar en y para el tiempo libre, a partir de las potencialidades y necesidades de los estudiantes; resultando de gran aceptación de su parte.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Brancher. H. (s.f.). *Recreación Física y altura intelectual*. Buenos Aires: Kapeluz.
- Cantor. H. (1996). *Planes de Recreación para la Comunidad Moderna*. Buenos Aires: Gráfica Omeba.
- Delors, J. (1998). *La educación encierra un tesoro*. Informe a la UNESCO de la Comisión Internacional sobre Educación para el Siglo XXI. París.
- González Padrón, A., Chou Rivero, O. y Fuentes, I. (2016). Educación Física, una vía para la educación ambiental en el contexto contemporáneo. *Revista CIAF* 3, (1).
- Mazorra Zamora, R. (1988). *Actividad física y salud*. La Habana: Científica Técnica.

Pérez Sánchez, A. (1990). *El sistema de la cultura física y su influencia en el desarrollo del niño y del joven en Cuba*. (Material no publicado). Instituto Superior de Cultura Física "Manuel Fajardo". La Habana, Cuba.

Pérez Sánchez, A. (1997). *Recreación: Fundamentos-Teóricos*. México: Instituto Politécnico Nacional.

Sosa Loy, D.A. (1999). *Hacia el necesario tránsito del consumismo al protagonismo como concepción de la recreación*. (Tesis de doctorado no publicada) Instituto Superior de Cultura Física "Manuel Fajardo". Facultad de Cultura Física de Villa Clara. Cuba.

Urrutia Barroso, L. (2006). *Sociología y Trabajo social aplicado. Selección de lecturas*. La Habana: Deportes.