



UNIVERSIDAD DE CIENFUEGOS
CIENCIAS DE LA CULTURA
FÍSICA Y EL DEPORTE

**UNIVERSIDAD DE CIENFUEGOS
FACULTAD DE CULTURA FÍSICA**

Trabajo de Diploma para Optar por el Título de Licenciado en Cultura Física

**El tiempo libre de los niños de 11-12 años del consejo popular
“Punta Gorda”**

Autor: Lisvany Piloto Cruz

Tutora: Ms.C Grisel de la Caridad Navarro Soto.

Cienfuegos 2024

Agradecimiento

Al más genial de todos los hombres: Fidel Castro Ruz

A este, mi país revolucionario que me permitió mi formación profesional.

A mi tutora por su apoyo incondicional.

Muchas Gracias.



Dedicatoria

A mis padres que cada día me han apoyado para que sea más profesional.

A mi hermana que ha sido el motor impulsor para culminar con mis estudios.

Y una dedicación muy especial para mi tutora Grisel de la Caridad Navarro Soto.

Gracias

RESUMEN

El presente trabajo aborda un tema de vital importancia, en el comportamiento del tiempo libre de los niños de 6to grado de la escuela “Juan Suárez del Villar”, en nuestro país es el único en el mundo que asume la actividad física de tiempo libre como un derecho de todos y la pone al servicio de la humanidad; respondiendo al problema científico: ¿Cómo contribuir al comportamiento del tiempo libre en los niños de 6to grado de la escuela “Juan Suárez del Villar”? , persiguiendo como objetivo general: Determinar el comportamiento del tiempo libre de los niños de 6to grado de la escuela “Juan Suárez del Villar”. Como parte de la investigación se seleccionó una muestra a los 16 niños de 6to grado de la escuela “Juan Suarez del Villar”, lo que representa un 80% de una población de 20 niños, comprendido en las edades de 11-12 años. Donde se emplearon métodos del nivel teórico (Analítico – Sintético, Histórico-Lógico e Inductivo-Deductivo), empírico (Análisis de documentos y Encuesta) y estadístico - matemático (Tabla de frecuencia) para la obtención, procesamiento y análisis de los resultados. Los resultados de los métodos de investigación nos permitieron fundamentar el comportamiento de este tiempo libre en los niños. Los niños esta enmarcado en las actividades que se desarrollan dentro de la escuela. El presupuesto de tiempo libre de los niños de 6to grado en los días entre semana es de 27 horas y los días fines de semana es de 32 horas.

Palabras clave:Aprovechamiento, Recreación, Tiempo libre.

SUMMARY

The present work addresses a topic of vital importance, in the free time behavior of the 6th grade children of the “Juan Suárez del Villar” school, in our country it is the only one in the world that assumes free time physical activity as a right for everyone and puts it at the service of humanity; responding to the scientific problem: How to contribute to free time behavior in 6th grade children at the “Juan Suárez del Villar” school? . Pursuing as a general objective: Determine the free time behavior of the 6th grade children of the “Juan Suárez del Villar” school. As part of the research, a sample of 16 6th grade children from the “Juan Suarez del Villar” school was selected, which represents 80% of a population of 20 children, aged 11-12 years. Where methods at the theoretical level (Analytical - Synthetic, Historical-Logical and Inductive-Deductive), empirical (Document Analysis and Survey) and statistical - mathematical (Frequency Table) were used to obtain, process and analyze the results. The results of the research methods allowed us to base the behavior of this free time in children. The children are framed in the activities that take place within the school. The free time budget for 6th grade children on weekdays is 27 hours and on weekends it is 32 hours.

Keywords: Exploitation, Recreation, Free time.



INDICE

Introducción	
1.-Introducción _____	1
1.1 Situación problemática _____	2
1.2 Problema Científico _____	3
1.3 Objeto de la Investigación _____	3
1.4 Campo de acción _____	3
1.5 Objetivo general _____	3
1.6 Objetivo científicos _____	3
1.7 Idea a Defender _____	3
2.- Desarrollo	
2.1 Marco teórico _____	4
2.2 Funciones del fenómeno recreativo. _____	6
2.3.- El tiempo de la recreación, tiempo libre _____	7
2.4.- El tiempo libre, su importancia social y su relación con la recreación _____	10
2.5.- Tiempo Libre, formación y educación. _____	10
2.6.- Definición de Presupuesto de Tiempo _____	12
2.7.-El Tiempo Libre como categoría del Presupuesto de Tiempo. _____	13
2.8 Metodología _____	17
2.9 Análisis de los resultados _____	22
Conclusiones	24
Recomendaciones _____	25
Bibliografía _____	26
Anexos	

INTRODUCCIÓN

La recreación física está en caminata a complementar diversos objetivos con el fin de favorecer el desarrollo de la misma, aunque su principal objetivo radica en satisfacer las necesidades del movimiento del hombre para lograr como resultado de influencia: salud, alegría, comunicación social, relaciones sociales, habilidades físicas motoras, capacidades físicas, rendimiento físico en la formación multilateral de su personalidad. Nuestro país es el único en el mundo que asume la actividad física de tiempo libre como un derecho de todos y la pone al servicio de la humanidad.

La necesidad de lograr una participación masiva de la población y elevar el número de opciones recreativas, requiere transformar las concepciones que actualmente existen con respecto a la recreación física y definir nuevas formas de trabajo, la importancia de este, está fundamentada sobre la base de un sistema de información como herramienta fundamental en el proceso de la Recreación Física. Por tales razones el uso del tiempo libre se ha convertido en un problema para el análisis sociológico de una civilización en riesgo como la nuestra. ¿Qué hacer con el tiempo libre y para qué?, ¿Qué sentido darle a la gran cantidad de tiempo libre que disponen los niños?, ¿Cómo hacer que el ocio se convierta en un bien verdaderamente digno del niño?

La utilización adecuada del tiempo libre se muestra como una necesidad social en la cual ha de tomar parte la escuela, la familia y la comunidad, por ello dentro de una perspectiva constructivista, de educar para la vida, el fomentar hábitos de vida sanos a través de la buena utilización del tiempo libre favorece el proceso de socialización en la vida de los niños. La calle y los parques son los espacios de preferencia o únicos lugares posibles donde nuestros niños hacen uso del tiempo libre. Escenarios inermes desprovistos de cualquier acción educativa y por el contrario plagado de situaciones de riesgo que comprometen su integridad. Pérez (1997), considera que el tiempo libre es “aquella parte del tiempo de reproducción en la cual el grado de obligatoriedad de las actividades no son de necesidad y en virtud de tener satisfechas las necesidades

vitales humanas en un nivel básico se puede optar por cualquiera de ellas”. De acuerdo con Pérez (1997), “la educación del tiempo libre es un proceso de liberación que lleva a la persona a una actitud abierta, libre y comprometida con la construcción de su propia realidad. El fin del tiempo libre es la libertad”.

Por lo que “el tiempo libre es el tiempo de autoformación, la mejor forma de conseguirlo, educar a las personas para la óptima utilización de ese tiempo, será el objetivo de la educación del tiempo libre”. El problema radica que en la sociedad actual el tiempo libre está amenazado por la forma de vida moderna, en la que los medios de comunicación de masas nos hacen vivir nuestro tiempo libre como algo sin importancia y sin valor, nos hace seleccionar de forma seria lo que realmente es importante y nos roba o hace perder nuestro tiempo libre.

La utilización adecuada de este tiempo libre podría contribuir a paliar problemas graves que afectan a los niños, como la obesidad asociada al descenso detectado en los niveles de actividad física y deportiva en adolescentes a edades cada vez más tempranas. El tiempo libre está destinado al descanso, a la diversión y al desarrollo de la personalidad y la sociabilidad. El descanso pasivo consiste en emplear el tiempo en no hacer nada para recuperarse de la fatiga causada por el esfuerzo intelectual o la actividad de la vida diaria e incluye las horas de sueño.

El uso adecuado del tiempo libre infantil es fundamental en el proceso de formación de los niños y niñas ya que es la base de su comportamiento y adaptabilidad social, fomentando en ellos valores y normas que le permiten concientizarse de su rol social y ser participe en el desarrollo positivo de la comunidad

Situación Problemática

A pesar de la existencia de programas dirigidos a la recreación es necesario determinar el aprovechamiento del tiempo libre que disponen los niños de 11-12 años del consejo popular “Punta Gordo” del municipio de Cienfuegos.

Problema Científico: ¿Cómo contribuir al aprovechamiento del tiempo libre en los niños del consejo popular “Punta Gorda” del municipio de Cienfuegos?

Objeto de estudio: el proceso de la Recreación en la comunidad.

Campo de acción: el aprovechamiento del tiempo Libre en los niños de 11-12 años.

Objetivo General

Determinar el aprovechamiento del tiempo libre de los niños de 11-12 años del consejo popular “Punta Gorda” del municipio de Cienfuegos.

Objetivos Específicos:

1. Analizar los fundamentos teóricos de la Recreación y el Tiempo libre.
2. Identificar el presupuesto de tiempo libre de los niños de 11-12 años del consejo popular “Punta Gorda” del municipio de Cienfuegos.
3. Análisis del aprovechamiento de tiempo libre de los niños de 11-12 años del consejo popular “Punta Gorda” del municipio de Cienfuegos.

Idea a defender:

Con el estudio del aprovechamiento del tiempo libre de los niños de 11-12 años se contribuirá a conocer el presupuesto de tiempo libre que disponen los días entre semana y días fines de semana.

2.- Desarrollo

2.1.- Marco teórico.

El tiempo libre o también llamado ocio se puede conceptualizar como una sensación de libertad que experimentan las personas al tener la capacidad de elegir realizar o no una actividad. Cuando esta libertad se ve restringida y surge una sensación de obligación, se pierde el verdadero sentido del ocio. Por tanto, las raíces etimológicas de la palabra "ocio" están intrínsecamente relacionadas con el concepto de libertad, siendo esta el poder de elección que permite a las personas perseguir sus valores, metas e identidad

A primera vista, puede parecer que el concepto del ocio o tiempo libre ha existido siempre de manera uniforme a lo largo de la historia. Sin embargo, esta afirmación es incorrecta, debido a que, a lo largo de los siglos, el ocio ha experimentado cambios significativos en la percepción y en su definición. Lo anterior, parte de la evolución de los modelos de organización social de cada época. En este sentido, resulta evidente que el ocio no es un concepto estático, sino que se encuentra en constante transformación y adaptación a las necesidades y demandas de la sociedad.

Inicialmente, predominaba una perspectiva filosófica, como se evidencia en las enseñanzas, la relevancia del ocio en la búsqueda de la felicidad, con su papel en la reflexión y el desarrollo intelectual. Posteriormente, desde otro campo de estudio, surgió una aproximación sociológica que consideraba el ocio como un bien de consumo esencial, como se describe en la concepción económica que lo equipara al tiempo libre (Hernández Mendo 2000).. Con el transcurso del tiempo, el estudio del ocio encontró su lugar en el ámbito de la psicología.

Esta transformación se debe a la necesidad de comprender de manera empírica cómo el ocio afecta el bienestar psicológico, así como a la aplicación práctica de ese conocimiento en la mejora de la calidad de vida de las personas. El comportamiento del tiempo libre es un tema que no solo es importante en adultos, sino también en

adolescentes y niños, siendo una etapa crítica para el desarrollo psicológico, donde las actividades de ocio desempeñan un papel significativo. En general, se reconoce que estas actividades influyen positivamente en el bienestar mental de los adolescentes en la actualidad, como es el caso de las adolescentes

La presente investigación buscó identificar el uso del tiempo libre de las adolescentes en el instituto, para ello se planteó reconocer las actividades de tiempo libre realizadas, y a su vez analizar los patrones y tendencias en el uso del tiempo libre. En 1948, la Declaración Universal de Derechos Humanos de las Naciones Unidas formalizó el derecho de cada individuo a descansar, disfrutar de su tiempo libre, contar con una jornada laboral adecuada y recibir vacaciones remuneradas de forma regular. Este reconocimiento destaca que las actividades de ocio no dependen exclusivamente de las personas involucradas. Su desarrollo exige una acción coordinada por parte de diversas entidades, como el gobierno, organizaciones de voluntarios, instituciones educativas y los medios de comunicación. Además, estudios diversos han enfatizado que el ocio bien empleado es tanto un derecho como una necesidad fundamental y un estado transitorio en la vida de una persona. Esto se refleja claramente en la Ley 181 de enero 18 de 1995 del Deporte en Colombia, que establece un marco normativo para incentivar la práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre. Según la Ley 181 del Deporte (1995) se afirma lo siguiente:

El aprovechamiento del tiempo libre. Es el uso constructivo que el ser humano hace de él, en beneficio de su enriquecimiento personal y del disfrute de la vida en forma individual o colectiva. Tiene como funciones básicas el descanso, la diversión, el complemento de la formación, la socialización, la creatividad, el desarrollo personal, la liberación en el trabajo y la recuperación psicobiológica

Por lo anterior, se considera que la participación en actividades extracurriculares y el efectivo aprovechamiento del tiempo libre, no solo constituyen un derecho, sino también un componente indispensable para el bienestar psicológico, este último, siendo un factor crucial en la salud mental. Este planteamiento destaca la importancia

de cuestionarnos: ¿Cómo las actividades de ocio realizadas por las adolescentes en el Instituto Oscar Scarpetta Orejuela De Protección Infantil del ICBF les permiten aprovechar su tiempo libre?

2.2.- Funciones del fenómeno recreativo.

Al realizarse la Recreación en el tiempo libre, las funciones que a ella le están dadas cumplimentar son las inherentes a las posibilidades que tienen en sí el tiempo en que se realizan las actividades recreativas.

Carlos Marx desde el siglo pasado planteó certeramente las funciones del tiempo libre al enunciar: "El tiempo libre presenta en sí mismo, tanto el ocio como el tiempo para una actividad más elevada, transformando naturalmente a quien lo posee en otro individuo de mayor calidad, con la cual regresa después en el proceso directo de producción".

De esta manera se distinguen dos elementos que en esencia constituyen las funciones de la Recreación:

- ✓ La actividad, llamada para muchos "ocio" que complementa en grado significativo las funciones de reposición de las energías gastadas en el proceso productivo compuesto por descansos pasivos y activos, entretenimientos, relaciones familiares y amistosas y que a tener con las actuales interpretaciones denominaremos reproducción.

La reproducción de las energías físicas psíquicas consumidas en el proceso de producción es la función primera que desempeña la recreación, pero al hablar de esta función no podemos referirnos solo a la producción física del hombre, sino también a su reproducción técnica, acorde con el grado de desarrollo de las fuerzas productiva y su reproducción como elemento de la estructura económico-política de la sociedad, y a la reproducción de las relaciones de producción. Esta función la cumple la superestructura y tiene un carácter de clase al estar determinada por la base. Si las relaciones de producción son capitalistas, la clase dominante que ostenta el poder económico, ostenta también el poder jurídico, político, ideológico y buscará reproducir

las condiciones de producción capitalista, y otro tanto podemos decir para relaciones de producción socialista. Esta finalidad de reproducción general a la que nos referimos la cumple la recreación por su contenido cultural y su ubicación en la superestructura.

- ✓ "La Actividad más Elevada" relacionada con el desarrollo del hombre, con la revelación de su capacidad "Estudio", participación en la recreación en el consumo de los valores espirituales.

Es sumamente importante la observación de Marx con relación al hecho de que el tiempo libre es capaz de transformar al hombre en una personalidad altamente intelectual y de esta personalidad desarrollada participa en el proceso de producción no ya como su apéndice, sino como su organizador y director.

A esta función superior que cumple la recreación, a través del tiempo libre se le denomina *Autodesarrollo*, dado que es la posibilidad personal que tiene cada individuo de crearse condiciones para la participación consciente, la formación de hábitos responsables de participación en la vida social a la vez que la formación de habilidades para la creación y el enfrentamiento de cualquier situación social.

En las posibilidades de desarrollo espiritual y físico que encuentra el individuo en el tiempo libre, al presentarse la Recreación como una actividad integral de desarrollo multifacético, como un fenómeno de formación general, constituida por formas recreativas específicas, las cuales representan los más diversos sectores de las actividades del hombre y por consecuencia suplen un papel coadyuvante en la formación de la personalidad, radica la verdadera dimensión en importancia que para la sociedad socialista posee la utilización positiva y creativa del tiempo libre.

2.3.- El tiempo de la recreación, tiempo libre.

El tiempo social es la forma de existencia de los fenómenos materiales fundamentales de la sociedad que resultan una condición necesaria para el desarrollo el cambio consecuente de las formaciones socio - económicas como proceso histórico natural. Dicha determinación suficientemente amplia acentúa solamente la esencia de las

variaciones sociales localizadas en el tiempo, el tiempo social puede ser incluido en cualquier ciencia social concreta.

La actividad productivo material de los individuos en la cual descansa el fundamento de la sociedad, la cual determina como hemos visto las formas de vida fuera de la producción, naturalmente por esto se presenta la estructura del tiempo social en dos partes fundamentales: El tiempo de trabajo. El tiempo extra laboral, que se encuentra fuera de la producción material.

El concepto de tiempo libre ha sido durante un buen tiempo objeto de numerosas discusiones y debates entre economistas, sociólogos y psicólogos. Su definición plantea numerosas interrogantes que hoy en día no están totalmente solucionadas, al abordar este concepto daremos nuestra definición teórica, pero también estudiaremos otras definiciones que consideramos objetivas, tanto teóricas, como operacionales y de trabajo que son definiciones muy utilizadas por lo funcionales que resultan en las investigaciones, a la vez que reclamamos que el tiempo libre es una categoría sociológica compleja que siempre al estudiarla requiere un análisis de su esencia, contenido y correspondientemente de la manifestación específica de elementos interiores y formas concretas.

Nuestra fundamental aproximación conceptual al tiempo libre parte de esta corriente teórica que tiene sus antecedentes, en autores como Marx (1858/1969), 1que comienzan a reflexionar y a tomar posiciones sobre el ocio con una nueva mentalidad. Para aproximarnos a la esencia conceptual del tiempo libre desde la corriente marxista, es necesario aclarar inicialmente, que no utiliza la denominación de ocio, al menos hasta muy reciente, ya que éste es visto como representante de valores individuales de origen pretendidamente burgués y, por tanto contrario a las ideas socialistas. En cambio, hay una orientación a utilizar el concepto cuantitativo de tiempo libre y de su contenido cualitativo, la recreación (Bobes y Roque, 1989; Waichman, 1995).

Varios actores hablan del tiempo libre como Royo (2002) opina que: *“En el siglo XIX la reivindicación del ocio por parte del pueblo hubiese sido una utopía exagerada,*

era una locura. Primero hubieron de reivindicar el trabajo y hoy es cuando sabemos, aunque ya lo habían vislumbrado otros, esos sí, especialmente dotados en su tiempo, que no era la reivindicación del trabajo más que un medio para alcanzar un fin más alto y mejor: el ocio”.

Este enfoque conceptual, sostiene la unidad de estos tiempos. Esta separación no tiene otra finalidad que ocultar el hecho, de que el uso, forma y contenido de las actividades del tiempo libre, están determinadas por la forma en cómo se participe en el proceso de producción (Moreira, 1977).

Un análisis de la estructura del tiempo extra laboral conduce en general a extraer de este tiempo el propio tiempo libre, aunque para muchos este es el camino que nos lleva al llamado concepto residual (Zamora, R 1988).

Adentrándonos en otras definiciones resulta interesante la que nos brinda el destacado sociólogo soviético en cuestiones de tiempo libre Grushin quien afirma: *"Por tiempo libre se entiende pues, aquella parte del tiempo que no se trabaja y que queda después de descontadas todas las inversiones de tiempo utilitario (actividades domésticas, fisiológicas, de transporte, etc.) es decir, el tiempo libre del cumplimiento de diversas obligaciones.*

Adentrándonos en otras definiciones resulta interesante la que nos brinda el destacado sociólogo soviético en cuestiones de tiempo libre Grushin quien afirma: *"Por tiempo libre se entiende pues, aquella parte del tiempo que no se trabaja y que queda después de descontadas todas las inversiones de tiempo utilitario (actividades domésticas, fisiológicas, de transporte, etc.) es decir, el tiempo libre del cumplimiento de diversas obligaciones.*

Todo lo cual nos lleva a afirmar como tiempo libre:

Aquella parte del tiempo de reproducción en la cual el grado de obligatoriedad de las actividades no es de necesidad y en virtud de tener satisfechas las necesidades vitales humanas en un nivel básico se puede optar por cualquiera de ellas

2.4.- El tiempo libre, su importancia social y su relación con la recreación.

Como sabemos el tiempo libre (TL), es uno de los elementos constituyentes de la recreación (espacio, actividad y necesidad).

Esta importancia está dada entre otros aspectos, por el reconocimiento que de él hacen los autores de las más diversas tendencias e ideológicas. Cuando estudiamos el tiempo libre encontramos en la literatura especializada un problema que no ha sido del todo mencionado. Es un problema etimológico, los ingleses usan el término "Leisure" y los Franceses "Loisir". Para determinar las actividades en el tiempo libre en español no existe un término que encierra el contenido de dichas expresiones.

Muchos autores han señalado la estrecha relación que existe entre el tiempo libre y la recreación. Esta relación expresa sobre todo que el tiempo libre es uno de los elementos necesarios que constituyen la recreación.

La estructura y variedad de las actividades de tiempo libre de un pueblo expresan, en última instancia, su nivel de desarrollo socio - cultural. Especial atención 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 importancia de una adecuada utilización de este tiempo es más compleja aun, ya que puede construir un elemento regulador en la prevención de conductas antisociales y delictivas.

La calidad de la 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.

2.5.- Tiempo Libre, formación y educación.

La característica más importante de las actividades de tiempo libre desde el punto de vista de la formación de los rasgos sociales, es que ejercen una acción formativa o deformativa indirecta y facilitada por la recreación. Al contrario de la enseñanza, las actividades de tiempo libre no transmiten conocimientos en forma expositiva y

autoritaria, sino que moldean las opiniones, influyen sobre los criterios que tienen las personas respecto a la sociedad, sus problemas y sus soluciones, así como transmiten de manera emocional y recreativa a informaciones de contenido mucho más diverso que las que se transmiten en el mismo tiempo por el sistema de enseñanza. Es decir, ejercen una acción formativa de índole psicológica y sociológica, que opera basada en la motivación y en las necesidades culturales y recreativas de la población, en sus gustos y preferencias, en los hábitos y tradiciones, en la relación de cada individuo con la clase y los grupos sociales a los cuales pertenece, sus sistemas de valores y su ética específica y, sobre todo, opera basado en la voluntariedad, en la "libertad" de sus formas y sus contenidos, "opuestos" a las regulaciones, restricciones, reglamentos e imposiciones que sean exteriores a la propia actualidad.

Pero la formación no es exclusiva del tiempo libre. Opera como un sistema en el cual se incluyen la escuela y el sistema nacional de enseñanza, la familia, la educación ideológica - social realizada por las organizaciones políticas, los modelos de relaciones sociales y de tipos humanos que se transmiten de forma espontánea planificada en la conciencia social, etc. Es decir, es un universo complejo que interactúa y se condiciona recíprocamente; en este caso, no puede pensarse en un complejo de actividades de tiempo libre de índole formativa y diversificada, sino existe previa y paralelamente un esfuerzo cualitativo, formativo, de la enseñanza, a fin de lograr una educación para el tiempo libre. Es decir, la cultura del tiempo libre debe estar precedida y acompañada de una educación para el tiempo libre.

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.

2.6.- Definición de Presupuesto de Tiempo:

El presupuesto de tiempo de un individuo no es más que un informe de su vida cotidiana, durante un período de tiempo determinado, no menor de 24 horas. Este informe personal de su vida cotidiana es, técnicamente hablando, un documento.

Se ha dicho que los informes personales de vida los más completos posible constituyen un tipo perfecto de material sociológico, y si la ciencia social debe usar otros materiales, esto se debe solo a la dificultad práctica de obtener en forma inmediata suficientes informe como para abarcar la totalidad de los hechos sociológicos: Problema de la representatividad; y al enorme trabajo que demandaría un análisis adecuado de todos los materiales necesarios para caracterizar la vida de un grupo social: Problema de la estructuración de la información y de su codificación. Esta cuestión metódica es común a casi todos los documentos.

Para hacer generalizaciones a partir de la información documental se requiere:

- Que exista homogeneidad en los datos, de manera que pueda modificarse como la misma información de cada caso, es decir, datos con significados iguales, cumpliendo así con los requisitos de validez.
- Que haya una cantidad suficiente de estos documentos que permitan hacer inferencias para el universo completo de unidades sobre las que se estudia (en este caso sujetos, hombres).
- El registro de actividad como método de recogida de información y el muestreo como método de selección de informantes, vienen a resolver este problema de análisis de los informes personales sobre la vida cotidiana, convirtiéndolos en presupuestos elementales de tiempo.

La peculiaridad del análisis de contenido de estos documentos es que aquí las categorías establecida a priori son las actividades cotidianas de un día de realización. El análisis de contenido se convierte en computación de los tiempos por actividades y

en la obtención de índices promedios, como veremos en la sección destinada al procesamiento de la información.

Lo que queríamos dejar sentado aquí era precisamente que el presupuesto elemental de tiempo constituye un documento y que los estudios de presupuestos de tiempo son entonces un tipo particular de análisis documental.

El hecho de que acudamos a este enfoque integral en el estudio del presupuesto de tiempo, se debe a la profundidad de las cuestiones teóricas que se encuentran tras las investigaciones sobre el empleo que hace de su tiempo los grupos humanos; cuestiones teóricas desde el punto de vista ideológico, además de técnico, las que consideramos más ampliamente en la sección destinada a examinar las relaciones entre el presupuesto de tiempo y el modo de vida.

2.7.-El Tiempo Libre como categoría del Presupuesto de Tiempo.

El presupuesto de un grupo humano está conformado por una serie de actividades de realización cotidiana, las cuales pueden agruparse en 5 tipos principales, como se muestra en el siguiente cuadro, formadas a su vez por determinadas actividades específicas que son susceptibles de clasificarse, en primera instancia en 2 grupos: Laborables y Extralaborables, a las que corresponde el tiempo laboral y extralaboral respectivamente.

Al abordar el estilo de tiempo libre, es necesario considerar que este no se encuentra aislado del conjunto de actividades de diversos tipos que realizan los grupos humanos y por las cuales halla fuertemente condicionado. Por lo tanto, las investigaciones del tiempo libre requieren de manera insoslayable adentrarse en el análisis del tiempo general, o, lo que es lo mismo, realizar estudios sobre el presupuesto de tiempo.

En este sentido, si consideramos el tiempo libre como sistema cuyos elementos son un conjunto de actividades recreativas, el presupuesto del tiempo sería su entorno con el cual se encuentra en una interrelación dinámica, lo que le confiere un carácter de sistema abierto. El tiempo libre, así considerado, se caracteriza por tres dimensiones que determinan las propiedades del sistema: ***La Magnitud, La Estructura y El Contenido.***

La Magnitud representa la cantidad de tiempo que, como promedio dispone un grupo humano para la realización de actividades recreativas, medidos en horas y minutos. Esta dimensión se expresa empíricamente por un índice cuantitativo medido en una escala de razón.

La dimensión que denominamos **Estructura** es mucho más compleja puesto que se define por medio de tres niveles de medición. El primero está representado por el tiempo que se dedica a la realización de cada actividad recreativa, lo que lo vincula al concepto de magnitud, pudiendo medirse en una escala de razón; el segundo nivel de medición está dado por el momento del día en que se realizan las actividades recreativas, por lo que su medición viene dada por una escala ordinal; el tercer nivel, por último, se relaciona con la frecuencia de realización de las actividades, siendo medido por una escala ordinal.

El Contenido se refiere al carácter individual de las actividades recreativas, señalando como estas se realizan, el nivel cultural y la calidad de las mismas. Esta información puede ser recogida en una escala nominal u ordinal.

Es sabido que dos personas con una estructura de su tiempo libre aproximadamente igual puede encontrarse de hechos a niveles muy diferentes de desarrollo espiritual, por cuanto los mismos “Elementos abstractos del tiempo libre”, pongamos por caso la “lectura” y el “ir al cine”, se puede llevar a efecto en su vida real por medio de una actividad completamente distinta por su carácter: Para uno esta podrá ser un contacto activo con el autor mientras que para otro puede ser la ocupación pasiva del tiempo, que no puede darle nada para su intelecto.

En cuanto a los cambios cuantitativos del objeto de la actividad, éstos se reducen a determinar cuántas clases de actividades entran en el círculo de las ocupaciones de las personas durante las horas de tiempo libre. En este caso, como cumplida característica del tiempo libre se tiene en cuenta el índice del desarrollo de su estructura y precisamente el número de elementos que la forma. Se cree que cuantos más elementos haya en la estructura del tiempo libre y más diversa sea la actividad en la que se ocupa la persona, tanto más rico y de mayor contenido será su tiempo

libre. Al mismo tiempo, no es difícil ver que estos pueden darnos únicamente una idea grosero modo, aproximada y, por lo tanto, muy insuficiente del contenido del tiempo libre.

En primer lugar, el criterio de cantidad no surte efecto, si no se precisan los tipos de actividad en que se ocupa la persona. Si no se sale del marco del análisis abstracto, no se puede afirmar que el tiempo libre del individuo N, que abarca en si 10 elementos es más rico, tiene más contenido que el tiempo del individuo R, que no abarca más de 5 elementos.

En segundo lugar, es importante que el criterio de cantidad, ligado con el objeto de la actividad, se aplique conjugada con otro criterio también cuantitativo, pero que tenga ya relación con la valoración del carácter de la actividad. ¿Cuál es el volumen real (el peso relativo) de uno u otro elemento de la estructura general del tiempo libre? O, hablando más concretamente: ¿Cuánto tiempo dura una u otra actividad en las horas de tiempo libre? sin contestar a esta pregunta no se puede valorar el contenido del tiempo libre.

Finalmente, a la cantidad de tiempo libre está ligada otro problema: El contenido del mismo. Nos referimos a la proporción entre los diferentes modos de actividad. Este módulo de valoración es en esencia el producto de dos criterios ya examinados: El que mide el objetivo de la actividad (número de elementos) y el que mide el carácter de la misma. (Volumen de cada elemento).

Estas tres dimensiones y los índices que le corresponden caracterizan las propiedades sistemáticas del tiempo libre. La magnitud y el contenido representan el comportamiento del sistema y la estructura del tiempo libre es la estructura propiamente dicha del mismo.

Dentro de un enfoque sistémico de este tiempo, los estudios del presupuesto de tiempo aportan una información muy objetiva sobre la magnitud del tiempo libre y algunos elementos para el estudio de la estructura. Esto nos señala la necesidad de realizar adicionalmente investigaciones concretas, de carácter complementario, que permitan profundizar el conocimiento de la estructura y poder estudiar el contenido del

tiempo libre y las necesidades, hábitos gustos y preferencias.

Definición de Presupuesto de Tiempo: El presupuesto de tiempo de un individuo no es más que un informe de su vida cotidiana, durante un período de tiempo determinado, no menor de 24 horas. Este informe personal de su vida cotidiana es, técnicamente hablando, un documento.

Se ha dicho que los informes personales de vida los más completos posible constituyen un tipo perfecto de material sociológico, y si la ciencia social debe usar otros materiales, esto se debe solo a la dificultad práctica de obtener en forma inmediata suficientes informe como para abarcar la totalidad de los hechos sociológicos: Problema de la representatividad; y al enorme trabajo que demandaría un análisis adecuado de todos los materiales necesarios para caracterizar la vida de un grupo social: Problema de la estructuración de la información y de su codificación.

El registro de actividad como método de recogida de información y el muestreo como método de selección de informantes, vienen a resolver este problema de análisis de los informes personales sobre la vida cotidiana, convirtiéndolos en presupuestos elementales de tiempo.

Por una parte, el registro de tiempo permite eliminar una de las limitaciones básicas del análisis de documentos: la falta de homogeneidad de la información, y otra, la selección muestral asegura la representatividad de los documentos de registros de tiempo, para poder generalizar sus informaciones, por lo tanto, los estudios del presupuesto del tiempo sólo tienen en común con las encuestas, el uso de una muestra y de un instrumento que propicia que cada información individual venga dada con una organización igual. En realidad, el estudio del presupuesto de tiempo es un análisis documental realizado por medio del análisis de contenido.

Lo que queríamos dejar sentado aquí era precisamente que el presupuesto elemental de tiempo constituye un documento y que los estudios de presupuestos de tiempo son entonces un tipo particular de análisis documental.

El tiempo libre, así considerado, se caracteriza por tres dimensiones que determinan

las propiedades del sistema: **La Magnitud, La Estructura y El Contenido.**

La Magnitud representa la cantidad de tiempo que, como promedio dispone un grupo humano para la realización de actividades recreativas, medidos en horas y minutos. Esta dimensión se expresa empíricamente por un índice cuantitativo medido en una escala de razón.

La **Estructura** es mucho más compleja puesto que se define por medio de **tres niveles** de medición. El **primero** está representado por el tiempo que se dedica a la realización de cada actividad recreativa, lo que lo vincula al concepto de magnitud, pudiendo medirse en una escala de razón; el **segundo** nivel de medición está dado por el momento del día en que se realizan las actividades recreativas; el **tercer** nivel, por último, se relaciona con la frecuencia de realización de las actividades, siendo medido por una escala ordinal.

El Contenido se refiere al carácter individual de las actividades recreativas, señalando como estas se realizan, el nivel cultural y la calidad de las mismas. Esta información puede ser recogida en una escala nominal u ordinal.

2.8.- Metodología

Metodología Utilizada.

Métodos teóricos:

Revisión Bibliográfica: Es un texto escrito que tiene como propósito presentar una síntesis de las lecturas realizadas durante la fase de investigación documental, seguida de unas conclusiones o una discusión. La finalidad de una revisión bibliográfica puede ser resumir los resultados de los estudios existentes de la literatura científica de un tema, identificar lagunas en el conocimiento actual en relación con un problema, poner a prueba una idea defender.

Analítico – sintético: Se utilizan para profundizar teóricamente en los fundamentos teóricos relacionados con el tiempo libre, así como para la elaboración de las conclusiones parciales y finales.

Histórico – lógico: La utilización de este método nos permitirá organizar todo el contenido de la investigación de forma lógica y consecuente, a partir de los antecedentes históricos del problema de investigación, haciendo que el marco teórico conceptual posea sentido lógico y contenido de fácil comprensión.

Inductivo - deductivo: Para realizar el análisis de los resultados y caracterización del estado actual del presupuesto de tiempo del estudiante.

Métodos empíricos:

Revisión de documentos: Consiste en reconocer y anotar los hechos sin recurrir a la ayuda de medios técnicos especiales.

Los instrumentos de recogida de información que se utilizaron son los siguientes:

- el auto registro de actividades
- la entrevista fundamental
- la entrevista fresca de sustitución.

El auto de registro actividades: Es un cuadro de auto anotación de todas las actividades realizadas por un sujeto durante una unidad de tiempo, en este caso 24 horas. Es en esencia, una auto - observación que hace un individuo de las actividades de su vida cotidiana, durante un día natural.

La entrevista fundamental: Es un registro verificador de las actividades realizadas por un sujeto durante 24 horas aplicado por un entrevistador entrenado, en consulta personal con el sobre, la base de auto registro de actividades que el mismo llena. Consta, además, de una batería de preguntas dirigida a la obtención de información socio – demográfica

La entrevista fresca de sustitución: Es un recordatorio minucioso y un registro de las actividades realizadas por un sujeto el día inmediato al de la consulta, hecha por un entrevistador convenientemente entrenado. Se llama “fresca de sustitución” porque no se basa en el autoregistro propio del sujeto, sino que lo sustituya. Consta también

de una batería de preguntas sobre aspectos socio - demográficos. Este instrumento se utiliza circunstancialmente durante el desarrollo del trabajo de campo.

Métodos matemáticos y/o estadísticos:

El procesamiento de la información contenida en estos estudios de presupuesto de tiempo se puede realizar manual o por medio de computadora, teniendo en cuenta básicamente las siguientes operaciones:

Codificación de las actividades

Traslado de la sumatoria realizada en el registro a una hoja de codificación. Sumando los tiempos de cada actividad específica, entonces la magnitud global de tiempo es la suma de tiempo dedicado a cada una de esas actividades específicas

Paradigma utilizado.

Conocido también como **cualitativo, interpretativo naturalista o etnográfico**, aparece en la ciencia como respuesta al paradigma positivista. Los precursores de este modelo son Dilthey, Rickert, Schutz, Weber, los que han hecho aportes a la comprensión de las acciones sociales.

Este paradigma se caracteriza por considerar la realidad como múltiple, holística con una relación de interdependencia entre el sujeto y el objeto y su finalidad es la comprensión de las relaciones internas, es decir, comprender e interpretar la realidad, los significados que tienen para las personas los hechos y las acciones de su vida. Para ello el investigador se vincula directamente al proceso para poder comprender la esencia del fenómeno a estudiar, por lo que los valores son explícitos e influyen directamente en los resultados de la investigación. Al trabajarse con pequeños grupos o casos, se transfieren los resultados.

En este paradigma se promueve la participación de los sujetos que forma parte del objeto de investigación, se pone énfasis en la investigación documental, en la observación participante y en las entrevistas en el trabajo de campo. Se realizan estudios de caso y se prepondera la interacción simbólica entre los sujetos. Hay una gran interacción del sujeto investigador que facilita la recolección de datos

cualitativos de manera directa. El carácter subjetivo del análisis y la interpretación de los datos prevalece.

Tipo de estudio.

Se desarrolla una investigación **no experimental**, basada en **diseño transeccional descriptivo**, (Hernández R, 2004) donde se toma como muestra a profesores de recreación, donde fue enclavada el estudio. Además, se revisó de forma intencional todo lo relacionado con tarea vida.

La clasificación de una investigación, desde el punto de vista teórico, es siempre una tarea complicada, sobre todo por la gran variedad de modelos y teorías existentes. No obstante, en este caso, y a partir de los criterios de Estévez y Col (2006), se considera que se trata de una combinación de los paradigmas interpretativo y crítico. En primer lugar, porque el problema a investigar surge de los grupos sociales y el objeto a estudiar está vinculado al conocimiento de una situación y comprenderla a través de la visión de los sujetos. Por otra parte, aunque predomina la interpretación, la investigación no se detiene ahí, sino que integra acciones de transformación, las cuales se aplican partiendo del protagonismo de los sujetos implicados.

La temporalización de la investigación responde a lo referido a:

Etapas	Tarea	Tiempo
I	Caracterización del objeto de estudio y el campo de acción	Enero - febrero 2024
II	Diagnóstico del conocimiento del comportamiento del tiempo libre.	Marzo - 2024
		Abril - 2024
		Mayo – 2023
III	Valoración de los Resultados.	Junio - 2024

Población, muestra, por ciento y tipo de muestreo.

La muestra es, en esencia, un subgrupo de la población. Digamos que es un subconjunto de elementos que pertenecen a ese conjunto definido en sus características al que llamamos población.

Todas las muestras deben ser representativas, por tanto, el uso de este término es por demás inútil. Los términos al azar y aleatorio denotan un tipo de procedimiento mecánico relacionado con la probabilidad y con la selección de elementos, pero no logra esclarecer tampoco el tipo de muestra y el procedimiento de muestreo. En las **muestras no probabilísticas**, la elección de los elementos no depende de la probabilidad, sino de causas relacionadas con las características del investigador o del que hace la muestra. Aquí el procedimiento no es mecánico, ni con base en fórmulas de probabilidad, sino que depende del proceso de toma de decisiones de una persona o grupo de personas, y desde luego las muestras seleccionadas por decisiones subjetivas tienden a estar sesgadas. Elegir entre una muestra probabilística o una no probabilística, depende de los objetivos del estudio, del esquema de investigación y de la contribución que se piensa hacer con ella.

Población

En esta investigación se declara como población a 20 niños comprendidos entre las edades de 11- 12 años del consejo popular “Punta Gorda”. municipio Cienfuegos.

Muestra

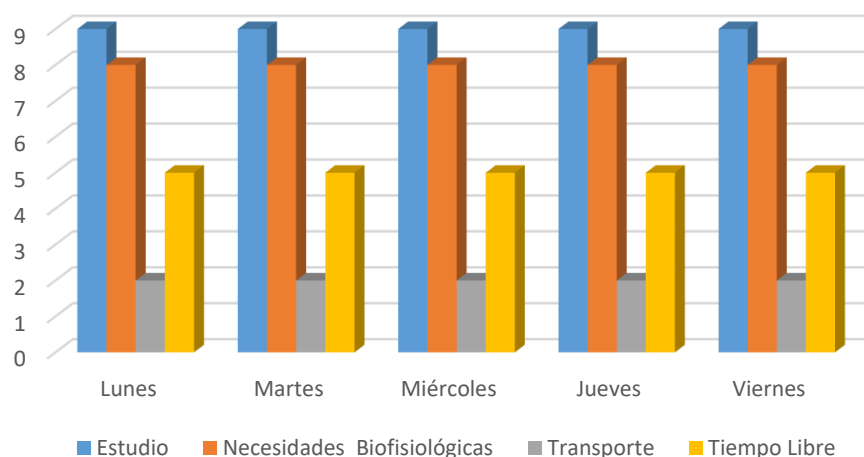
- La realización de este trabajo contó con una muestra intencionada seleccionándose 16 niños de 11-12 años del consejo popular “Punta Gorda” los mismos son estudiantes de 6to grado de la escuela “Juan Suarez del Villar”, lo que representa un 80% de una población de 20 niños.

2.9. Análisis de los resultados.

Análisis del auto registro de actividades aplicad a los niños de 11-12 años en los días entre semana.

	Estudio	Necesidades Biofisiológicas	Transporte	Tiempo Libre	Total
Lunes	9	8	2	5	24
Martes	9	8	2	5	24
Miércoles	9	8	2	5	24
Jueves	9	8	2	5	24
Viernes	9	8	2	5	24
Total	45	40	10	25	120

Gráfico # 1: Días entre semana



Los niños de 11-12 años en los **días entre semana** tienen entre 9 horas de estudio diario producto que están en la escuela cumpliendo con un horario docente además las horas de estudio independiente.

En las necesidades biofisiológicas de lunes a viernes utilizan 8 horas en las actividades como sueños, desayunos, almuerzos, aseo y descanso.

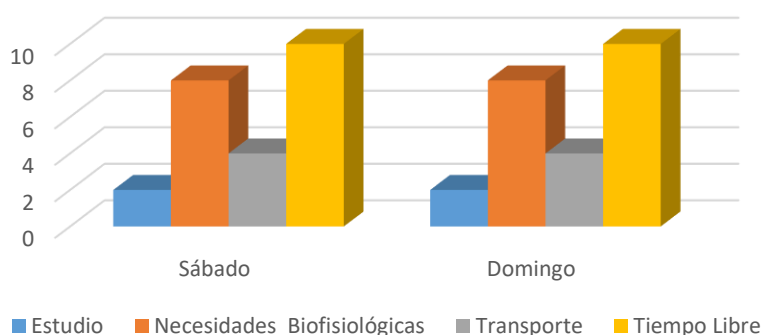
En el tiempo de transportación solo se demoran 2 horas ya que para trasladarse de su casa a la escuela y viceversa ya que viven relativamente cerca.

En los días entre semana dedican todos los días 5 horas en las actividades de tiempo libre ya que después de hacer sus actividades obligatorias van a jugar, practicar deporte así como a realizar juegos electrónicos. Resumiendo tienen los días entre semana 25 horas para sus actividades de tiempo libre.

Días fines de semana.

	Estudio	Necesidades Biofisiológicas	Transporte	Tiempo Libre	Total
Sábado	2	8	4	10	24
Domingo	2	8	4	10	24
Total	4	16	8	20	48

Gráfico #2: Días fin de semana



Los días fines de semana podemos observar que están comprendido en sábado y domingo donde dedican solo 2 horas cada día para el estudio, para las necesidades biofisiológicas en los dos días utilizan 8 horas cada uno para dormir, comer, asearse fundamentalmente.

Utilizan 4 horas para trasladarse de su casa a los lugares que visitan el sábado y domingo en compañía de sus familiares.

Los fines de semana la cantidad de horas que dedican el tiempo libre aumenta a 10 h el sábado y el domingo ya que son los días que visitan los centros recreativos y juegan en el barrio con los amigos fortaleciendo sus relaciones sociales y de esparcimiento.

Conclusiones.

- ✓ Los fundamentos teóricos que sustentan el tiempo libre nos permitieron fundamentar el aprovechamiento de este tiempo en estas edades.
- ✓ El aprovechamiento del tiempo libre de los niños de 11-12 años del consejo popular “Punta Gordo” los días entre semana es de 5 horas y los fines de semana es de 10 horas.
- ✓ Los niños aprovechan más los fines de semana el tiempo libre en actividades recreativas y de esparcimiento, no así los días entre semana que tienen menos tiempo libre.

Recomendaciones.

- ✓ Valorar, en próximas investigaciones, la elaboración de un plan de actividades recreativas para el aprovechamiento del tiempo libre de los niños de 11-12 años del consejo popular “Punta Gorda” del municipio de Cienfuego

Bibliografía

- Bobes, M. y Roque, R (1989), Una fuente critica o critica de una fuente. En Pensamiento crítico Vol.III. nº 2.
- Hernández Mendo, A. (2000). Acerca del ocio, del tiempo libre y de la animación sociocultural. Lecturas Educación Física y Deportes, Revista Digital [en línea], 23. Buenos Aires.<http://www.efdeportes.com> [Consulta: 2004, 5 de mayo]
- Ley 181 de enero 18 de 1995 del Deporte en Colombia.
- MARX, C. (1858/1969). Obras escogidas. La Habana: Imprenta nacional. (El trabajo original se editó en 1858).
- Moreira, R. (1977). La Recreación un fenómeno socio-cultural. Impresora José A. Huelga. La Habana, Cuba.
- Pérez Sánchez, Aldo (1997) y colaboradores. Recreación Fundamentos Teóricos Metodológicos.
- Royo Hernández, S. (2002). La sociedad capitalista como negación del ocio. Historia de una paradoja actual. Logos, 35, 193-222.
- Vázquez, Benilde (2001).” Los fundamentos de la ecuación física”.Bases educativas de la actividad física y el deporte Waber “el problema del tiempo libre”(2000)
- Zamora, R. y M. García. (1988). Sociología del tiempo libre y consumo de la población La Habana: Ciencias Sociales.



Anexos 1- Instrumento de Presupuesto de Tiempo Libre

EJEMPLO DE AUTO REGISTRO DE ACTIVIDADES

Folio _____ Sexo _____ Edad _____

Ocupación _____

Hora de inicio de la actividad	Señala las diferentes actividades u ocupaciones realizadas por ti durante todo el día, indicando las horas de inicio y final	Hora en que finalizó la actividad