

	<b>GESTIÓN SERVICIOS BIBLIOTECARIOS</b>					  	
	<b>CARTA DE AUTORIZACIÓN</b>						
<b>CÓDIGO</b>	<b>AP-BIB-FO-06</b>	<b>VERSIÓN</b>	<b>1</b>	<b>VIGENCIA</b>	<b>2014</b>	<b>PÁGINA</b>	<b>1 de 1</b>

Neiva, 22 de agosto de 2016

Señores  
CENTRO DE INFORMACIÓN Y DOCUMENTACIÓN  
UNIVERSIDAD SURCOLOMBIANA  
Ciudad

El (Los) suscrito(s):

Jacqueline Triviño Duero, con C.C. No. 36.183.358 de Neiva, autor(es) de la tesis y/o trabajo de grado, titulado **USO ADECUADO DEL TIEMPO LIBRE PARA POTENCIAR LA FORMACION INTEGRAL**, presentado y aprobado en el año 2016 como requisito para optar al título de Magister en Educación área de profundización: Diseño, Gestión y Evaluación Curricular; autorizo (amos) al CENTRO DE INFORMACIÓN Y DOCUMENTACIÓN de la Universidad Surcolombiana para que con fines académicos, muestre al país y el exterior la producción intelectual de la Universidad Surcolombiana, a través de la visibilidad de su contenido de la siguiente manera:

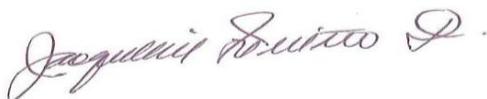
Los usuarios puedan consultar el contenido de este trabajo de grado en los sitios web que administra la Universidad, en bases de datos, repositorio digital, catálogos y en otros sitios web, redes y sistemas de información nacionales e internacionales “open access” y en las redes de información con las cuales tenga convenio la Institución.

- Permita la consulta, la reproducción y préstamo a los usuarios interesados en el contenido de este trabajo, para todos los usos que tengan finalidad académica, ya sea en formato Cd-Rom o digital desde internet, intranet, etc., y en general para cualquier formato conocido o por conocer, dentro de los términos establecidos en la Ley 23 de 1982, Ley 44 de 1993, Decisión Andina 351 de 1993, Decreto 460 de 1995 y demás normas generales sobre la materia.

- Continúo conservando los correspondientes derechos sin modificación o restricción alguna; puesto que de acuerdo con la legislación colombiana aplicable, el presente es un acuerdo jurídico que en ningún caso conlleva la enajenación del derecho de autor y sus conexos.

De conformidad con lo establecido en el artículo 30 de la Ley 23 de 1982 y el artículo 11 de la Decisión Andina 351 de 1993, “Los derechos morales sobre el trabajo son propiedad de los autores”, los cuales son irrenunciables, imprescriptibles, inembargables e inalienables.

EL AUTOR/ESTUDIANTE:



	<b>GESTIÓN SERVICIOS BIBLIOTECARIOS</b>						  
	DESCRIPCIÓN DE LA TESIS Y/O TRABAJOS DE GRADO						
<b>CÓDIGO</b>	<b>AP-BIB-FO-07</b>	<b>VERSIÓN</b>	<b>1</b>	<b>VIGENCIA</b>	<b>2014</b>	<b>PÁGINA</b>	<b>1 de 4</b>

**TÍTULO COMPLETO DEL TRABAJO: USO ADECUADO DEL TIEMPO LIBRE PARA POTENCIAR LA FORMACIÓN INTEGRAL**

**AUTOR O AUTORES:**

Primero y Segundo Apellido	Primero y Segundo Nombre
TRIVIÑO DUERO	JACQUELINE

**DIRECTOR Y CODIRECTOR TESIS:**

Primero y Segundo Apellido	Primero y Segundo Nombre
CARVAJAL SALCEDO	MARIA ELVIRA

**PARA OPTAR AL TÍTULO DE: Magister en Educación: Área de profundización Diseño, Gestión y Evaluación Curricular**

**FACULTAD:** Educación

**PROGRAMA O POSGRADO:** Maestría en Educación: Área de profundización Diseño, Gestión y Evaluación Curricular

**CIUDAD:** Neiva      **AÑO DE PRESENTACIÓN:** 2016      **NÚMERO DE PÁGINAS:** 95

**TIPO DE ILUSTRACIONES (Marcar con una X):**

Diagramas  Fotografías \_\_\_ Grabaciones en discos \_\_\_ Ilustraciones en general \_\_\_ Grabados \_\_\_ Láminas \_\_\_  
Litografías \_\_\_ Mapas \_\_\_ Música impresa \_\_\_ Planos \_\_\_ Retratos \_\_\_ Sin ilustraciones \_\_\_ Tablas o Cuadros \_\_\_

**SOFTWARE** requerido y/o especializado para la lectura del documento:

**MATERIAL ANEXO:**

**PREMIO O DISTINCIÓN** (En caso de ser LAUREADAS o Meritoria):

	<b>GESTIÓN SERVICIOS BIBLIOTECARIOS</b>					  	
	DESCRIPCIÓN DE LA TESIS Y/O TRABAJOS DE GRADO						
<b>CÓDIGO</b>	<b>AP-BIB-FO-07</b>	<b>VERSIÓN</b>	<b>1</b>	<b>VIGENCIA</b>	<b>2014</b>	<b>PÁGINA</b>	<b>2 de 4</b>

**PALABRAS CLAVES EN ESPAÑOL E INGLÉS:**

	<u>Español</u>	<u>Inglés</u>	<u>Español</u>	<u>Inglés</u>
1.	Tiempo libre	Free		
2.	Internado	Boarding		
3.	Educación	Education		
4.	extracurricular	Skills		
5.	capacidades	Extracurricular time		

**RESUMEN DEL CONTENIDO:** (Máximo 250 palabras)

El derecho a la educación plantea constantes y significativos retos que trascienden el currículo formal y/o tradicional de las instituciones educativas, y hacen necesario estructurar estrategias de acuerdo con el contexto, que posibiliten las condiciones necesarias para el pleno desarrollo del aprendizaje.

En escenarios de formación académica como el de las estudiantes *internas en la Sede Dorian Sierra Ríos de la Institución Educativa Jorge Villamil Ortega*, el tiempo libre es fundamental para la educación integral, de ahí que la falta de opciones alternas y/o extracurriculares de aprendizaje, a través de las cuales puedan explorar sus capacidades creativas, intelectuales, ciudadanas e incluso académicas, conlleva a que las estudiantes manifiesten aburrimiento y desmotivación frente al cumplimiento rutinario de las obligaciones de permanencia en la institución.

La necesidad de conocer y dar sentido a los planteamientos de las estudiantes internas, ubica el estudio en la investigación cualitativa, soportada en el método hermenéutico (interpretación de significados y sentidos) que se aplica a las respuestas obtenidas a partir de una encuesta de percepciones entre las personas directamente involucradas, acerca de las posibles actividades pedagógicas extracurriculares.

Surge la evidencia de que el tiempo libre en la Institución Educativa no está pensado para la formación o construcción del saber o exploración de habilidades o destrezas, sino como espacio en el que tienen lugar

	<b>GESTIÓN SERVICIOS BIBLIOTECARIOS</b>						  
	<b>DESCRIPCIÓN DE LA TESIS Y/O TRABAJOS DE GRADO</b>						
<b>CÓDIGO</b>	<b>AP-BIB-FO-07</b>	<b>VERSIÓN</b>	<b>1</b>	<b>VIGENCIA</b>	<b>2014</b>	<b>PÁGINA</b>	<b>3 de 4</b>

actividades espontaneas (ver televisión, escuchar música, charlar con las amigas, leer y dormir), mientras el interés de las estudiantes internas recae sobre la oportunidad de contar con actividades lúdicas, culturales y artísticas, que motiven y mejoren la formación académica.

**ABSTRACT:** (Máximo 250 palabras)

The right to education poses constant and significant challenges that go beyond the formal curriculum and/or traditional educational institutions, and make it necessary to structure strategies according to context to enable the necessary conditions for the full development of learning.

In academic training scenarios as internal students at Headquarters Dorian Sierra Rivers of School Jorge Villamil Ortega, free time is critical to the integral education, hence the lack of activities or alternative options and/or extracurricular learning, through which they can explore their creative abilities, intellectuals, citizens and even academics, students may lead to boredom and demotivation manifest against the routine fulfillment of obligations. The need to know the approaches of internal students, locates the study on the qualitative aspect, supported in the hermeneutical method (interpretation of meanings and senses) that is applied to the collection through survey of existing perceptions of those directly involved about possible extracurricular teaching strategies.

Arises evidence that free time at the educational institution is not intended for training or knowledge construction or exploration of skills or abilities, but as a space in which disjointed activities take place (watching TV, listening to music, chatting with friends, read and sleep), while the interest of internal students rests on the implementation of recreational, cultural and artistic activities which encourage and improve education.

	<b>GESTIÓN SERVICIOS BIBLIOTECARIOS</b>						
	<b>DESCRIPCIÓN DE LA TESIS Y/O TRABAJOS DE GRADO</b>						
<b>CÓDIGO</b>	<b>AP-BIB-FO-07</b>	<b>VERSIÓN</b>	<b>1</b>	<b>VIGENCIA</b>	<b>2014</b>	<b>PÁGINA</b>	<b>4 de 4</b>

**APROBACION DE LA TESIS**

Nombre Jurado: LUIS ALBERTO MALAGÓN

Firma:



Nombre Jurado: GABRIEL RESTREPO

Firma:



**USO ADECUADO DEL TIEMPO LIBRE PARA POTENCIAR LA FORMACIÓN  
INTEGRAL**

**JACQUELINE TRIVIÑO DUERO**

**UNIVERSIDAD SURCOLOMBIANA  
PROGRAMA DE MAESTRÍA EN EDUCACIÓN: ÁREA DE PROFUNDIZACIÓN  
DISEÑO, GESTIÓN Y EVALUACIÓN CURRICULAR  
FACULTAD DE EDUCACIÓN  
NEIVA  
2016**

**USO ADECUADO DEL TIEMPO LIBRE PARA POTENCIAR LA FORMACIÓN INTEGRAL**

**JACQUELINE TRIVIÑO DUERO**

Trabajo presentado como requisito para optar el título de:  
Magíster en Educación Área de Profundización: Diseño, Gestión y Evaluación Curricular

**Tutora**

**Dra. MARIA ELVIRA CARVAJAL SALCEDO**

**UNIVERSIDAD SURCOLOMBIANA  
PROGRAMA DE MAESTRÍA EN EDUCACIÓN: ÁREA DE PROFUNDIZACIÓN  
DISEÑO, GESTIÓN Y EVALUACIÓN CURRICULAR FACULTAD DE EDUCACIÓN  
NEIVA  
2016**

Nota de aceptación

---

---

---

---

---

---

---

Firma presidente del jurado

---

Firma del jurado

---

Firma del jurado

Neiva, agosto de 2016

## Tabla de Contenidos

1	Planteamiento Del Problema.....	9
2	Justificación .....	16
3	Objetivos.....	20
3.1	Objetivo General.....	20
3.2	Objetivos Específicos.....	20
4	Antecedentes Teóricos y Empíricos.....	21
4.1	Antecedentes Teóricos .....	21
4.1.1	Formación Integral.....	21
4.1.2	Inteligencias Múltiples y Diversidad. ....	23
4.1.3	Inclusión, integración e Inteligencias Múltiples. ....	25
4.1.4	Ocio y tiempo libre. ....	27
4.1.5	Currículo. ....	32
4.1.6	Estrategias pedagógicas. ....	33
4.2	Referentes legales .....	34
4.3	Antecedentes Empíricos.....	35
4.3.1	Estrategias extracurriculares para la enseñanza de la innovación (Alemán, Gómez, Parada, & Sainz, 2014) .....	35
4.3.2	Consideraciones y estudio de la educación extracurricular basada en los modos lingüísticos (Varela, 2004).....	36

4.3.3	Estudio de la Ocupación del Tiempo Libre de la Población Escolar y su Participación en Actividades Extraescolares (Hermoso, 2009).....	39
4.3.4	Ocio y tiempo libre: una aproximación a sus representaciones y percepciones en la Universidad Pedagógica Nacional (Cabanzo, 2009). .....	40
5	Diseño Metodológico.....	43
5.1	Fases de la investigación.....	43
5.2	Población y Muestra .....	44
5.3	Técnicas e Instrumentos.....	46
5.3.1	Encuesta diagnóstica de actividades extracurriculares .....	47
5.3.2	Encuesta identificación de intereses de actividades de ocupación del tiempo libre. ....	47
5.3.3	Método de Análisis .....	48
5.3.4	Aspectos Éticos Del Estudio.....	49
6	Resultados .....	51
7	Discusión.....	69
8	Conclusiones .....	72
9	Recomendaciones .....	75
10	Bibliografía .....	95

**Lista de figuras**

Grafica 1.....	51
Grafica 2.....	52
Grafica 3.....	53
Grafica 4.....	54
Grafica 5.....	55
Grafica 6.....	56
Grafica 7.....	57
Grafica 8.....	58
Grafica 9.....	59
Grafica 10.....	60
Grafica 11.....	61
Grafica 12.....	62
Grafica 13.....	63
Grafica 14.....	64
Grafica 15.....	65
Grafica 16.....	66
Grafica 17.....	67
Grafica 18.....	68

## Resumen

El derecho a la educación plantea constantes y significativos retos que trascienden el currículo formal y/o tradicional de las instituciones educativas, y hacen necesario estructurar estrategias de acuerdo con el contexto, que posibiliten las condiciones necesarias para el pleno desarrollo del aprendizaje.

En escenarios de formación académica como el de las estudiantes *internas en la Sede Dorian Sierra Ríos de la Institución Educativa Jorge Villamil Ortega*, el tiempo libre es fundamental para la educación integral, de ahí que la falta de opciones alternas y/o extracurriculares de aprendizaje, a través de las cuales puedan explorar sus capacidades creativas, intelectuales, ciudadanas e incluso académicas, conlleve a que las estudiantes manifiesten aburrimiento y desmotivación frente al cumplimiento rutinario de las obligaciones de permanencia en la institución.

La necesidad de conocer y dar sentido a los planteamientos de las estudiantes internas, ubica el estudio en la investigación cualitativa, soportada en el método hermenéutico (interpretación de significados y sentidos) que se aplica a las respuestas obtenidas a partir de una encuesta de percepciones entre las personas directamente involucradas, acerca de las posibles actividades pedagógicas extracurriculares.

Surge la evidencia de que el tiempo libre en la Institución Educativa no está pensado para la formación o construcción del saber o exploración de habilidades o destrezas, sino como espacio en el que tienen lugar actividades espontáneas (ver televisión, escuchar música, charlar con las amigas, leer y dormir), mientras el interés de las estudiantes internas recae sobre la oportunidad de contar con actividades lúdicas, culturales y artísticas, que motiven y mejoren la formación académica.

**Palabras claves:** Tiempo libre, internado, educación, extracurricular y capacidades.

### **Abstract**

The right to education poses constant and significant challenges that go beyond the formal curriculum and/or traditional educational institutions, and make it necessary to structure strategies according to context to enable the necessary conditions for the full development of learning.

In academic training scenarios as internal students at Headquarters Dorian Sierra Rivers of School Jorge Villamil Ortega, free time is critical to the integral education, hence the lack of activities or alternative options and/or extracurricular learning, through which they can explore their creative abilities, intellectuals, citizens and even academics, students may lead to boredom and demotivation manifest against the routine fulfillment of obligations. The need to know the approaches of internal students, locates the study on the qualitative aspect, supported in the hermeneutical method (interpretation of meanings and senses) that is applied to the collection through survey of existing perceptions of those directly involved about possible extracurricular teaching strategies.

Arises evidence that free time at the educational institution is not intended for training or knowledge construction or exploration of skills or abilities, but as a space in which disjointed activities take place (watching TV, listening to music, chatting with friends, read and sleep), while the interest of internal students rests on the implementation of recreational, cultural and artistic activities which encourage and improve education.

**Key words** Free, boarding, education, skills and extracurricular time.

## 1 Planteamiento Del Problema

Desde su nacimiento en 1960, la sede Dorian Sierra Ríos, de la Institución Educativa Jorge Villamil Ortega –llamada Colonia Escolar Heliodoro Roza hasta el 2003- ha tenido como finalidad contribuir a la formación de individuos niños niñas y jóvenes en sus niveles de Preescolar (CIDEP), Educación Básica y Media Técnica con especialidad en explotaciones Agropecuarias, que aporten significativamente en el desarrollo de la sociedad y a la conservación el medio ambiente; igualmente, ha sido su interés brindar protección, educación, alimentación y alojamiento a niñas de escasos recursos económicos, provenientes de las diferentes partes del Departamento. El servicio educativo es en Preescolar (CIDEP), Educación básica y Media Técnica con especialidad en explotaciones Agropecuarias.

Aunque una cosa son los propósitos trazados por la Institución, sin lugar a dudas loables, otra es la forma en que las estudiantes se insertan en su contexto formativo; dado que la Sede tiene modalidad de internado, es necesario conocer cómo perciben y sienten su estadía allí y de qué forma se articulan sus expectativas con la oferta del Centro Educativo. Esta situación es compleja teniendo en cuenta que dicho lugar se constituye en su núcleo social y familiar a la vez. Así pues, las 160 niñas que atiende el internado, con edades que oscilan entre los 5 y 16 años, conviven, duermen y comen allí todos los días, el colegio tiene rutinas: levantarse, hacer aseo, desayunar e ir a la escuela: las niñas de primaria reciben sus clases en el internado y las niñas de bachillerato se trasladan en el transporte institucional hasta la Sede Principal; luego vuelven al internado, ingresan al área de estudios para hacer sus tareas y así, a diario.

Múltiples son los motivos por los cuales una niña asiste al internado, sin embargo se pueden clasificar en tres grupos a saber: En el primer grupo se tiene que algunas de ellas van porque es una alternativa de educación, de tener techo seguro y alimentación, primordialmente a

este grupo de niñas corresponden las que ingresan en primaria y van hasta once de bachillerato. Otro grupo de niñas son las que van por que las castigan, para que cambien sus actitudes en la casa porque los padres de familia creen que llevándolas allá van a cambiar, según el decir de los padres de familia es que “la niña se les salió de las manos” y creen que el internado es lo mejor para que sus hijas aprendan a valorar lo que tienen en su casa incluyendo sus familiares. Un grupo más pequeño de niñas corresponde a las que por voluntad propia van por probar y mirar como es la vida en el internado. En ese sentido tanto las niñas que llegan por castigos, como las que quieren una experiencia nueva, suelen ser las estudiantes del bachillerato.

Las niñas salen del internado cada quince días con permiso del Rector de la Institución y la coordinadora del internado, salen si “lo merecen”, pues depende de si tienen buen comportamiento dentro del internado o en el colegio, además deben tener buenas calificaciones, también los padres de familia pueden ir a visitarlas cada quince días, en ambos casos hay padres que no lo hacen por falta de recursos económicos para cubrir los gastos de transporte, se escucha decir cosas como “es muy lejos” y que “gastan mucho dinero en ir y venir del internado”, razón que hace que las niñas solo salgan cada vez que existen vacaciones escolares.

De acuerdo con el registro de matrículas que posee la Institución, la mayoría de las niñas que van al internado son niñas de bajos recursos económicos que viven en regiones apartadas del casco urbano, son niñas de las veredas que van por que muchas veces la escuela o el colegio les queda demasiado retirado de sus casas además que los padres de familia argumentan que la estadía en el internado es muy buena porque tienen alimentación, estancia y comodidad. Las niñas de bachillerato que van a la sede principal a estudiar no tienen que sufrir por el transporte porque todo el año está garantizado, independientemente si la administración haya aprobado recursos para el transporte.

De un tiempo para acá, las cosas en el internado han ido evolucionando pues las niñas en un inicio decían que se sentían aburridas y que estar en el internado era lo peor, pero a medida que ha pasado el tiempo los canales de comunicación con las profesoras y la coordinadora han mejorado mucho, tal vez por el tiempo de convivencia que se tiene con ellas, que va de lunes a domingo, puesto que los fines de semana se turnan las profesoras para estar acompañando a la coordinadora, razón que hace que ellas siempre estén acompañadas por las maestras y se cree un clima de convivencia

Después de gestiones ante rectoría se construyó la biblioteca la cual se fue dotando de libros donados, sin embargo las niñas la utilizaban con poca frecuencia, tal vez por falta de costumbre o porque se contaba con un aula virtual con conexión a internet en donde la mayor parte de tiempo la destinaban para estar conectadas a redes sociales. Esto cambio tiempo después por la falta de conexión lo que hizo que las niñas se vieran exigidas a utilizar la biblioteca para hacer sus tareas y para leer.

En tiempos de fin de semana las niñas deben de cumplir con sus responsabilidades con el aseo del internado, se empieza al levantarse dejando tendida cada una su cama y organizado el dormitorio, por turnos se hace distribución de cada una de las labores entre todas las internas. Por lo general las que menos salen en fines de semana son las niñas de primaria aunque hay bastantes niñas de bachillerato que poco salen solo lo hacen cuando llegan las vacaciones. Sin embargo suelen las niñas dedicar mucho de su tiempo a ver televisión, escuchar música y bailar.

Cuando se habla de evolución en el internado, se hace referencia a que hace un par de años no se le ofrecían ninguna clase de actividad diferente a sus rutinas de aseo, académicas. Hoy por hoy las niñas internas de bachillerato, en la Sede Principal forman parte de la banda marcial del colegio. Antes esta actividad era solo para las niños y niñas externas de la I. E. Jorge

Villamil Ortega, y la corte de la banda para las otras niñas que no la integran. Este experimento resulta bueno porque de ahí en adelante las niñas internas se ocupan en los ensayos y cuando hay presentación se llevan los instrumentos al internado para ensayar allá.

Otra cosa que se ha implementado para las niñas de bachillerato son los campeonatos intercolegiados, en donde forman parte de los equipos, en especial el de football femenino, se volvió atractivo porque salen de su rutina académica y del internado. También se les ha colocado como incentivo que deben portarse bien y además deben responder con sus obligaciones académicas no deben perder ningún área ni asignatura para que puedan pertenecer a estos grupos.

Ahora bien las cosas han mejorado y en especial para las niñas de bachillerato, por lo que queda pendiente las niñas pequeñas, las de primaria. Aquellas que se quedan en la escuela recibiendo sus clases y después de clases siguen en el internado con su rutina de tareas, aseo, dormir, comer, sin negar que ellas juegan, pero los juegos de ellas no los ofrece la Institución es lo que ellas se inventan para entretenerse como saltar lazo, jugar a la pelota y cuando las niñas de bachillerato no están entrenando football pues ellas también juegan al football y otros juegos que se inventan.

Las niñas que desertan de la institución en realidad no lo hacen del sistema educativo lo que pasa es que se van del internado y circulan o se trasladan a otras instituciones educativas a seguir sus estudios académicos, unas se van por que se aburrieron por qué no creían que eso de estar en el internado es aburrido, no es lo que esperaban porque se imaginaron que eran internados así como los que presentan en la televisión, otras se van porque no quieren estar allá por castigo y otras que por el solo hecho de estar desocupadas se portan mal desobedeciendo las reglas del internado se escapan o se salen de él para irse a los alrededores a coger naranjas, o

simplemente por una aventura porque las agobió el aburrimiento y para hacer algo diferente se van a recorrer los cafetales corriendo peligro por fuera.

Se van por que se aburren y porque se portan mal, en algunas ocasiones también lo hacen porque los padres no han sido sinceros y las quieren separar de un novio. Pero estos casos los padres de familia vuelven hacerse responsables de ellas y se las llevan para sus casas y a otra institución educativa, otras también se van por que sus padres cambian de domicilio y se van del departamento. Cabe aclarar que en el internado se reciben solamente niñas que sean del departamento del Huila porque allí se maneja un programa por parte de la Secretaria de Educación que se llama “Educación para niñas de escasos recursos económicos y con problemas de vulnerabilidad”, los recursos económicos se asignan para la comodidad de estas niñas pero estos rubros llegan con destinación específica como es la alimentación, transporte de las niñas internas de bachillerato a la Sede principal, el mantenimiento de las instalaciones, compra de equipo como cobijas, sábanas, camas, colchones equipo y utensilios para la cocina o sea que las niñas al internado solamente deben llevar la ropa de ellas con los uniformes para su estadía y para estudiar.

También en estos años de evolución se le ha ido cambiando la idea a los padres de familia que la institución es un reformatorio o que allá se cambian personas, que entregan una niña y se les entrega otra renovada, se les dice aclara y recalca que es una institución educativa común y corriente (un internado a estas alturas de la vida no es ni común ni corriente) y que allá están las niñas que quieren estar, que quieren estudiar, salir adelante, que es una oportunidad para niñas que lo necesitan de verdad, que sean juiciosas, estudiosas no que vayan por castigo o por querer reformarlas porque esa no es la función, también se les dice que ellos como padres de

familia deben ejercer autoridad y que si no les obedecen a ellos mucho menos a las maestras y coordinadora de internado, pues no hacen parte de la familia.

También el mejoramiento de los canales de comunicación desembocó en amistad que está dentro de los límites y con respeto se ejerce autoridad, disciplina cumpliendo las reglas internas para el buen funcionamiento del internado.

Las rutinas en el internado incluyen horarios de levantarse, asearse, arreglarse, desayunar, luego hacer el aseo del establecimiento e ir a clase, las niñas de bachillerato a la Sede Principal y las de primaria ahí en el internado reciben sus clases eso entre semana y los fines de semana también tienen horarios establecidos para levantarse, desayunar, hacer el aseo del internado, hacer tareas académicas, almorzar, ver televisión, escuchar música bailar, ver televisión, cenar, hacen aseo del comedor en cada comida.

En estas circunstancias el tiempo libre y el ocio se hacen rutinarios ya que la Institución Educativa brinda pocos medios o programas para que el tiempo libre de las niñas se constituya en oportunidad de bienestar, desarrollo y creatividad; en este orden de ideas se busca que a través de las inteligencias múltiples se desarrolle y potencialicen aptitudes y actitudes en ellas.

Con la experiencia adquirida en la coordinación del internado, se hacen evidentes una serie de vacíos en el proceso de formación de las estudiantes, quienes no cuentan con otras actividades u opciones de aprendizaje a través de las cuales puedan explorar sus capacidades creativas, intelectuales, ciudadanas e incluso académicas, aquellas que no se enmarcan en los currículos escolares. Esto ha conllevado a que muchas estudiantes manifiesten aburrimiento, ahogo en las rutinas sin motivaciones diferentes a cumplir con sus obligaciones diarias.

Es así como se hace necesario elaborar, planear y ejecutar un proyecto para la formación y ocupación del tiempo libre de las niñas en la Sede Dorian Sierra Ríos de la Institución

Educativa Jorge Villamil Ortega, debido a su naturaleza de internado, basado en los intereses, gustos y habilidades que las estudiantes poseen. En este sentido las inteligencias múltiples como constructo referencial permite la integración de todos estos intereses, gustos y habilidades, dando lugar a la inclusión de cada una de las niñas.

Si bien es cierto que muchas de estas jóvenes antes de ingresar al plantel no gozaban siquiera de la posibilidad de realizar sus estudios básicos, ni de una buena alimentación, el que vinculadas al colegio resuelvan estas carencias no puede satisfacer a la comunidad educativa, en su propósito de ofrecer educación de calidad.

La formación y el desarrollo como sujetos es un proceso mucho más complejo que trasciende la educación tradicional. Si la misión de la Institución Jorge Villamil Ortega es “contribuir a la formación integral de los individuos, para que aporten significativamente en el desarrollo de la sociedad”, esta finalidad debe demandar a su vez propuestas dirigidas a impulsar acciones educativas en beneficio de una equilibrada educación ciudadana y humana.

En este sentido, las preguntas de investigación son las siguientes:

*¿Qué alternativas y/o programas extracurriculares se pueden implementar en el tiempo libre de las estudiantes internas en la Sede Dorian Sierra Ríos de la Institución Educativa Jorge Villamil Ortega para contribuir a la formación integral?*

## 2 Justificación

Se considera que la educación constituye un derecho de todo ciudadano. De igual forma es deber del Estado brindar las condiciones necesarias para la garantía del derecho. Sin embargo, la educación tradicional, es tan solo parte del proceso de formación de una persona. La familia es la primera socializadora de niños y niñas, proceso que continúa y se consolida en la vida escolar y a lo largo de la vida, en este proceso juega un papel definitivo el lenguaje, el desarrollo personal y social y todas las estructuras cognitivas y simbólicas que soportan el universo cultural dentro del cual cada niño, niña o adolescente aprehende e interioriza como sujeto activo de la sociedad una identidad que cada día se reafirma o transforma en cada uno de estos procesos de socialización.

De esta manera, es necesario reseñar que los niños y jóvenes no solo son sujetos epistémico que demandan conocimientos –así como el conocimiento no es algo que se da en un lugar determinado; también es dado afirmar que se construye de manera colectiva. En cualquier lugar, también son sujetos de derechos sociales, ciudadanos, familiares, intelectuales, lo que nos lleva a dimensionar como imprescindible para un armónico y gratificante desarrollo social y personal, brindarles la posibilidad de explorar sus potencialidades en todos estos campos. Esto es cierto, pero cómo se teje con lo que dijimos antes?

No se hablar de la “formación integral de los individuos, para que aporten significativamente en el desarrollo de la sociedad”, si no se les ha brindado en la práctica un escenario para estimular sus capacidades para la efectiva formación en ciudadanía y convivencia. Si se ha reducido la formación de sujetos la cual, para este caso, se queda completamente a medias teniendo en cuenta que las niñas sujeto de estudio se encuentran internamente, limitado su escenario de socialización familiar y social, a un solo espacio. En esta

medida, aparte de sus rutinas en las aulas de clase y al interior del internado, no existen otros escenarios, ni contextos de diversidad representativos del mundo moderno que contribuyan a su formación. El de las niñas internas es un mundo limitado físicamente, familiarmente castrado y reducido a una eterna vida escolar.

Se considera pertinente la puesta en marcha de esta investigación a través de la cual se espera conocer los intereses y habilidades que las niñas poseen con el fin de ajustar una propuesta pedagógica que permita enriquecer los procesos de formación de las niñas sujetos de estudio, pero partiendo de las necesidades que ellas identifiquen en dicho proceso, de sus inquietudes personales, intelectuales, ciudadanas. De no darse esto, la Institución seguirá en el mejor de los escenarios instruyendo a sus estudiantes, quienes seguirán experimentando un vacío y la pregunta por lo que tal vez pudo haber sido mejor allá afuera. Dado que la institución cumple el papel socializador que debería cumplir la familia y al mismo tiempo debe cumplir su propio proyecto, el manejo del tiempo libre, se hace vital, en el proceso formativo de las niñas

Las niñas que hayan ingresado al plantel solo por vivir la experiencia, seguirán desertando durante el transcurso del año, confirmando una valoración del trabajo formador no muy conveniente para la Institución: limitada y aislada; e incluso algunas de ellas que ingresaron por castigo, debido a su “mala conducta” observada en otros planteles educativos, quienes si no logran convencer a sus padres de que las retiren del plantel, seguirán su formación dentro de una resignación en cuanto no encuentren allí motivaciones y herramientas formativas que justifiquen la vida que les impone la decisión de los padres y el modelo institucional ya en desuso.

En cuanto a las niñas de escasos recursos que han ingresado al plantel porque este constituye su única opción, tal vez asumirán también con resignación su estadía y proceso

formativo hasta el día en el que tengan que abandonar el plantel; pero no importan tanto los imaginarios como el presente y futuro de las estudiantes, los proyectos de vida, la construcción de sujetos, la pertinencia del proyecto educativo.

Con la puesta en marcha de esta investigación, las jóvenes internas de la Institución se verán beneficiadas porque tendrán la oportunidad de pensarse a sí mismas, de explorar sus necesidades formativas, y desde luego sus capacidades en oficios y artes que más las motiven; a partir de dichas reflexiones, podrán proponer ideas que conlleven a la puesta en marcha de las mismas. Así mismo, se beneficiará la Institución, que disminuirá sus índices de deserción y mejorará su imagen externa –en muchos casos ligada al concepto de castigo para las niñas que por diferentes motivos son enviadas allí-, puesto que hará práctica la misión que se ha propuesto de contribuir a la formación de individuos que contribuyan significativamente en el desarrollo de la sociedad y a la conservación el medio ambiente, lo que se verá reflejado en la preparación de sus egresados y en sus aportes a dicho desarrollo, de sus familias y de su entorno social.

El tiempo libre y el ocio son rutinarios para las estudiantes en la Institución Educativa que les impone obligaciones domésticas y académicas, extendidas incluso a los fines de semana, las cuales no les permiten a los estudiantes constituir un medio de bienestar, desarrollo y creatividad que potencie sus aptitudes y actitudes. Realizar tareas académicas, almorzar, ver televisión, escuchar música bailar, ver televisión, cenar y hacer aseo del comedor en cada comida, absorben tiempo vital de las internas que la Institución debería aprovechar en programas de lectura, creación de huertas, apropiación consciente de la informática, enseñanza de una segunda lengua, práctica crítica de juegos de mesa, incursión en el arte de la música, las artes plásticas, pintura, baile moderno, tradicional y folclórico, el teatro; formación en manualidades, culinaria enfocada

en la buena alimentación, práctica recreativa de juegos populares y aeróbicos. Actividades que en el presente estudio se vislumbran como potenciales debido a que la Institución cuenta con las instalaciones y personal docente, administrativo y psicóloga interesados en materializar estas iniciativas.

Estar inmersas en estas actividades lúdico-formativas les permitirá a las estudiantes construir reflexiones sobre sus actuaciones, propósitos personales y profesionales, pero sobre todo las extraerán de las rutinas diarias del internado que les genera la sensación de estar fuera de las dinámicas de la sociedad actual.

### **3 Objetivos**

#### **3.1 Objetivo General**

Conocer los planteamientos de las estudiantes internas de la Sede Dorian Sierra Ríos de la Institución Educativa Jorge Villamil Ortega para proponer y desarrollar estrategias extracurriculares que potenciando el manejo del tiempo libre aporten a la formación integral de las estudiantes

#### **3.2 Objetivos Específicos**

- Indagar en las expectativas de las estudiantes internas de la Sede Dorian Sierra Ríos de la Institución Educativa Jorge Villamil Ortega, sobre sus intereses y uso del tiempo libre.
- Proponer estrategias extracurriculares tendientes a satisfacer las necesidades de desarrollo integral y manejo del tiempo libre de las estudiantes internas de la Sede Dorian Sierra Ríos de la Institución Educativa Jorge Villamil Ortega, de una manera dialógica.

## 4 Antecedentes Teóricos y Empíricos

### 4.1 Antecedentes Teóricos

#### 4.1.1 Formación Integral.

A lo largo del planteamiento del problema y objetivos de esta investigación se ha resaltado la necesidad de comprender el proceso de formación de sujetos como holístico, que debe trascender las barreras de la educación formal. Así lo entiende José Álvarez en su investigación *La integralidad de la educación*, donde señala que este proceso obedece a un desarrollo perfectivo del ser humano completo, en todas y cada una de sus dimensiones (física, intelectual, social, moral, religiosa,...). De igual forma señala las consecuencias de no darse esto: “Cuando la educación no se realiza en el sentido integrador de todas las dimensiones de la persona, nos encontramos ante la parcialidad o el desarrollo unilateral, situaciones ambas que no van a propiciar el desarrollo armónico de la persona” (Álvarez, 2001).

Así pues, se debe hablar de una formación integral si se aspira a una sociedad conformada por sujetos libres y partícipes en la construcción de la misma. En este sentido es menester definir el concepto de formación integral a partir de los acercamientos que se han logrado, desde otras investigaciones, sobre el tema, como lo hace la Universidad Católica de Córdoba a través a de su Vicerrectorado de Medio Universitario, la cual afirma que la Formación Integral obedece a:

Un proceso continuo, permanente y participativo que busca desarrollar armónica y coherentemente todas y cada una de las dimensiones del ser humano (ética, espiritual, cognitiva, afectiva, comunicativa, estética, corporal, y socio-política), a fin de lograr su realización plena en la sociedad (Universidad Católica de Córdoba, 2008).

Desde esta visión se concibe al ser humano como uno y a la vez pluridimensional, nativo de la diversidad y a la vez plenamente integrado y articulado en una unidad.

En pos de dicha unidad se hace indispensable cultivar las ocho dimensiones anteriormente citadas puesto que estas son garantes de un desarrollo armónico.

Para ello, reseña el autor, se hace necesaria una propuesta educativa coherente que “aborde los distintos procesos que son propios de cada una de estas dimensiones de la persona; pero no solo abordarlos, sino hacer que efectivamente todas las acciones curriculares se orienten a trabajar para lograr su desarrollo” (Universidad Católica de Córdoba, 2008).

Cuando se habla de «Formación» se debe entender que se busca orientar las diferentes potencialidades del sujeto para que sea este quien tome las riendas de las mismas. Ahora, cuando se habla de formación «Integral» se entiende que ese desarrollo del sujeto debe ser holístico y abarcar las múltiples posibilidades de la condición humana.

En este sentido, para el caso de las niñas internas sujeto de estudio, cuando se advierte la necesidad de una formación integral se quiere trascender la educación tradicional para lograr el desarrollo de mujeres auténticas, que piensen por ellas mismas, que dimensionen las posibilidades del mundo moderno, reconociendo en él sus aristas positivas y negativas, como también las oportunidades y amenazas a las cuales se ven o pueden ver enfrentadas en el marco de actuación y concordancia con sus valores y principios.

Cuando se habla de aquellas ocho dimensiones esenciales del ser humano (ética, espiritual, cognitiva, afectiva, comunicativa, estética, corporal, y socio-política), a fin de lograr su realización plena en la sociedad, para la investigación en curso, se asume que debe haber un trabajo de acercamiento (mediado por el investigador) de las niñas a cada una de estas dimensiones; la interiorización de estas, su análisis, partiendo de la experiencia e inclinaciones

de cada estudiante, será para ellas el insumo a través del cual identificarán esas actividades complementarias que más requieren en su proceso de formación.

#### *4.1.2 Inteligencias Múltiples y Diversidad.*

De igual forma, la formación que se busca implementar en la Institución implica a su vez un reconocimiento y respeto por la diversidad. Dicho reconocimiento debe partir de una construcción epistemológica que permita la comprensión e identificación de un educando multidimensional, teniendo en cuenta todos los aspectos culturales, como las costumbres e ideas, así como también en los aspectos internos como, el desarrollo físico, social, psicológico, emocional y los estilos de aprendizaje que presentan los alumnos dentro y fuera del aula de clase. Permitiendo finalmente que las instituciones educativas, los docentes y directivos que las conforman se preparen para ocuparse, actuar y alcanzar los resultados óptimos que se esperan de los procesos educativos.

La teoría de las Inteligencias Múltiples (IM) de Gardner (2001), concibe al ser humano como un ente de potencialidades, susceptibles de modificación y potenciación a partir de estímulos apropiados. Posibilitando el reconocimiento de las características individuales, cuestionando la conceptualización clásica del conocimiento, aptitud e inteligencia, y afirma que coexisten distintas inteligencias en un mismo individuo: lingüística, lógico-matemática, musical, espacial, corporal-kinestésica, interpersonal e intrapersonal.

La utilización del tiempo libre y el ocio con el que cuentan las niñas y adolescentes de la Institución Educativa puede convertirse en un vehículo útil para el desarrollo de las inteligencias múltiples y, sin duda, resultaran instrumentos generadores de nuevos aprendizajes de carácter formal e informal. Se puede afirmar que el tiempo libre y el ocio, son un escenario de aprendizaje que permite el desarrollo de las capacidades mentales, físicas y sociales.

Los conocimientos que se derivan del ocio y el tiempo libre están enraizados con el juego. Sin embargo, el juego educa con amplitud y profundidad desde el principio y a lo largo de la vida. En el comienzo de la vida, se aprende el lenguaje en el juego como intercambios con hablantes fluidos. Más tarde se afina el vocabulario con juegos de palabras. Se exploran los conceptos de número y secuencia en los juegos. También se sintonizan los oídos con canciones, canto, y rima. Se juega con el sentido del espacio y se entrena la apreciación del color con pinturas y gráficos por ordenador, con la observación de la naturaleza y las obras de arte. Se aprende a apreciar la orientación, la ubicación y posición, y el sentido del espacio que rodea a una persona al subir a un árbol, al atrapar una pelota, lanzando un señuelo, o saltar una cuerda. Se explora el mundo natural trepando a través de un montón de hojas, cortando un tallo, persiguiendo una hormiga con un palo, tostando una melcocha, o con la recogida de rocas. En el juego con los demás, se negocia un lugar en el mundo y se soluciona el sentido propio cómo se hace con el balance de las capacidades de cada persona. (Gardner, 2001).

Si bien el tema de las inteligencias múltiples no es el punto central de la presente investigación, cabe resaltar y adaptar para éste caso en particular la forma en que Howard Gardner establece las bases para la comprensión de la inteligencia como un constructo que ha permitido una visión multidimensional y pluralista del ser humano.

Lo anterior constituye un ejemplo metodológico a seguir para lograr diseñar una propuesta pedagógica que permita a las niñas internas de la Institución el buen manejo al tiempo libre y utilizarlo en forma constructiva para complementar sus procesos de formación partiendo de sus propias necesidades, inquietudes y propuestas al respecto.

Ahora bien, el cumplimiento de los objetivos planteados, amparados en el concepto de formación, demanda una revisión cuidadosa de las diferentes acciones educativas que

tradicionalmente se han ejecutado (de igual forma si ha habido intentos de acciones extracurriculares como las que se espera implementar) para reforzar aquellas que estén en la línea del propósito de la investigación en curso, transformar las que se necesiten para alinearlas con el mismo, suprimir aquellas que se alejan o están en contradicción y, desde luego, promover las que las estudiantes señalen.

#### *4.1.3 Inclusión, integración e Inteligencias Múltiples.*

El término formación nos lleva a otros dos conceptos importantes para la investigación en curso: inclusión e integración. Sin duda lo que realiza la Institución Educativa Jorge Villamil Ortega constituye una labor integradora al recibir a estas jóvenes y darles la posibilidad de realizar sus estudios básicos, velando por su alimentación y necesidades básicas. Sin embargo, contribuir a la formación integral de los individuos para que aporten significativamente en el desarrollo de la sociedad, demanda una visión más amplia del concepto de inclusión e integración. Así pues, el Ministerio de Educación Nacional (1994) concibe estos dos conceptos de la siguiente manera:

El término inclusión se resalta como una actitud que engloba el escuchar, dialogar, participar, cooperar, preguntar, confiar, aceptar y acoger las necesidades de la diversidad. Concretamente tiene que ver con las personas, en este caso, las personas que por x o y razón han llegado a instituciones como la Sede Dorian Sierra Ríos de la I. E. Jorge Villamil Ortega, pero se refiere a las personas en toda su diversidad. El incluir implica el dejar participar y decidir a otros que no han sido tomados en cuenta. La forma de conceptuar la integración o la inclusión tiene un referente práctico que se observa en la cotidianidad de las acciones, para así dimensionar el sentido que se le confiere a un término. Por ello, cabe hacer mención de la diferencia entre integración e inclusión a pesar que finalmente son un continuo que se complementan:

a) La integración invita a que el estudiante ingrese al aula mientras que la inclusión propone que forme parte del grupo, es decir, que pertenezca y todos sean parte del todo.

b) La integración pretende que los estudiantes excluidos se inserten a la escuela ordinaria, mientras que la inclusión “incluye a todos” y, todos son todos, tanto en el ámbito educativo, físico, como social.

c) La integración se adecúa a las estructuras de la institución y la inclusión propone, incita, a que sean ellas las que se vayan adecuando a las necesidades y requerimientos de cada uno de los estudiantes, porque cada miembro es importante, valioso, con responsabilidades y con un rol que desempeñar para apoyar a los demás.

d) Para algunos, el término integración está siendo abandonado, ya que implica que la meta es integrar en la vida escolar y comunitaria a alguien o a algún grupo que está siendo excluido. El objetivo básico de la inclusión es no dejar a nadie fuera de las instituciones, tanto en el ámbito educativo, físico y social. Se desarrolla en el marco de educación para todos. Las niñas que nos ocupan han sufrido exclusión, luego una condición ideal es que la Institución educativa asuma su labor como educación de calidad que implica educación incluyente.

Bajo estas premisas, la teoría de las Inteligencias Múltiples es de gran ayuda en contextos de inclusión en los que se entiende que todos tenemos tantas capacidades como limitaciones y se valora a cada alumna en función de su diferencia. La apuesta de la Institución Educativa Jorge Villamil Ortega y su gran reto debe ser aprovechar esa diversidad para el enriquecimiento de cada uno y responder a las necesidades individuales eliminando todas las barreras de aprendizaje que existan para lograr un desarrollo integral.

Finalmente para la Institución Educativa Jorge Villamil Ortega, la noción de inteligencias múltiples tiene importantes implicaciones prácticas, ya que los maestros pueden observar el

comportamiento de aprendizaje no convencional de las estudiantes (fuera del aula de clase) y como desarrollan habilidades en dichos contextos de aprendizaje (ocio y tiempo libre). También permite a los docentes ver la idiosincrasia y estilos de aprendizaje de las alumnas y proporcionar un currículo diferenciado para todas las estudiantes considerando la diferencia como algo propio del ámbito educativo.

### **Ocio y tiempo libre.**

Independientemente de la época y el lugar el ocio y/o el tiempo libre han sido una de las temáticas que más ha interesado a la humanidad, desde diferentes perspectivas como la de la educación física, la psicosocial y la psicológica, entre otras. Desde la perspectiva educativa en cambio se ha observado poco interés y relación con el entorno académico o de aprendizaje, sin embargo algunos investigadores resaltan el tiempo de no trabajo o libre de obligaciones y el ocio, como los antecedentes y las consecuencias del desarrollo de una persona. El tiempo libre (de aquí en adelante, se utilizará “tiempo libre” y “tiempo de ocio” como términos equivalentes, teniendo en cuenta que la palabra inglesa *leisure* significa ocio que generalmente no se valora de la misma manera que el tiempo dedicado a labores productivas o económicamente rentables. El tiempo libre entendido como períodos en el que las personas dedican a realizar actividades relacionadas con el entretenimiento y la diversión, los viajes, los juegos, los deportes y hobbies, también suele ser utilizado para actividades culturales como la lectura. Sin embargo una definición más estructurada la realiza Munné quien propone en su teoría, que el tiempo libre es “aquél modo de darse el tiempo personal que es sentido como libre al dedicarlo a actividades autocondicionadas de descanso, recreación y creación para compensarse, y en último término afirmarse la persona individual y socialmente”. (1992)

El estudio del tiempo libre es importante porque en este período la persona expresa, de

forma voluntaria, sus intereses reales. Las actividades realizadas en el tiempo libre se caracterizan porque parten de una verdadera libertad de elección y contribuyen a la autorrealización y a la mejora de la calidad de vida de las personas (Salazar, 1997).

Los estudios realizados inicialmente estaban centrados en la población adulta específicamente en las personas pensionadas o jubiladas ya que al salir del mercado laboral y con el aumento relativo de la esperanza de vida hacen que los adultos mayores gocen de más tiempo libre.

Algunas investigaciones han centrado su interés en investigar la importancia o valor del tiempo libre en diferentes grupos etarios como lo expone una investigación dirigida a jóvenes entre los 20 y 29 años de edad quienes manifestaron que el ocio ocupa el primer puesto en su escala de valores. Para ellos el disfrutar del tiempo libre es más importante que el trabajo y la familia (De Miguel, 2000).

Por otra parte, Santos (2000) realizó una investigación sobre el tiempo libre en los jóvenes limeños. La muestra estuvo formada por 366 jóvenes, entre 18 y 25 años de edad, pertenecientes los diferentes estratos socioeconómicos. Para los encuestados, las actividades más importantes son: escuchar música, practicar algún deporte, salir con la pareja, leer periódicos y revistas, leer por placer. Este investigador sostiene que el sexo del encuestado y el nivel socioeconómico de procedencia influyen en la manera como los jóvenes distribuyen su tiempo libre. Sin embargo, se trata de afirmaciones difíciles de analizar ya que el autor no menciona si las diferencias encontradas tienen significancia estadística.

Un hallazgo interesante del estudio de Santos es la aparente popularidad de la lectura

entre los jóvenes de todos los estratos socioeconómicos, hecho que contrasta con la creencia generalizada que los jóvenes de hoy no leen. Se trata de un tema que debe ser analizado con mayor profundidad porque, como el propio Santos señala, la preferencia por la lectura no está centrada en las noticias ni en la literatura sino en los deportes, espectáculos, historietas, chistes, etc. Por otro lado, no debe olvidarse que en ocasiones el hecho de mirar los titulares de los diarios puede ser percibido por los jóvenes como “leer las noticias”.

Otro grupo social que ha despertado el interés de los investigadores es el de los adolescentes. Se ha determinado que las actividades realizadas por ellos en su tiempo libre ocupan el 40% de su tiempo. Kleiber, Larson y Czikszentmihalyi (citado por Vílchez, 2004) estudiaron las experiencias de tiempo libre de un grupo de adolescentes. De acuerdo a estos investigadores, las actividades realizadas en el tiempo libre se pueden clasificar en dos tipos: actividades relajantes (incluye el estar con los amigos, ver televisión, leer, escuchar música y dormir) y actividades de transición (incluye el hacer deporte, jugar y realizar trabajos artísticos, los cuales suponen un esfuerzo mayor de parte de los adolescentes)

Actualmente cada vez más adolescentes tienen bastante tiempo libre pero no saben qué hacer con él. Esto genera en ellos una sensación de aburrimiento e insatisfacción con el tiempo libre (Iso-Ahola y Weissinger, citado por Vílchez, 2004), variables que están asociadas con el consumo de drogas y la conducta delictiva (Iso-Ahola y Crowley, citado por Vílchez, 2004). En el caso de las adolescentes, la frecuencia y nivel de consumo de alcohol están correlacionados positivamente con la sensación de aburrimiento en el tiempo libre (Orcutt, citado por Vílchez, 2004).

En general, los adolescentes que fuman cigarrillos informan estar más aburridos con su tiempo libre que los no fumadores (Orcutt, 1984) y perciben que su tiempo libre es menos satisfactorio (Smith y Caldwell, 1989). Es decir, en el caso de los adolescentes encuestados, el fumar cigarrillos sería una forma de escapar del aburrimiento.

Hoy se sabe que los comportamientos antisociales y el pobre desempeño escolar de los adolescentes están asociados con actividades realizadas en el tiempo libre, las cuales no son estructuradas o carecen de reglas claras, como por ejemplo ver televisión o ir al parque de diversiones (Mahoney y Stattin, 2000). En general, las conductas delictivas están asociadas con un manejo deficiente del tiempo libre (Bachman et al., 1984; Iso-Ahola y Crowley, 1991).

Los estudios longitudinales han mostrado que los programas de manejo del tiempo libre pueden tener efectos positivos o negativos. Por ejemplo, Joseph Mahoney ha mostrado que cuando los niños con problemas de ajuste participan en actividades escolares extracurriculares, tienen menor probabilidad de ser expulsados del colegio o ser arrestados por delincuencia juvenil (Mahoney y Cairns, 1997; Mahoney, 2000). Pero los resultados no son concluyentes porque también existe evidencia contraria (Helmersson y Andersson, 1999; McCord, 1978). Otro estudio longitudinal -Cambridge-Somerville- ha encontrado que luego de 30 años de tratamiento con un programa de intervención para jóvenes en alto riesgo (con un programa que incluye campamentos de verano y clubs comunitarios), los jóvenes tienden a empeorar: agudización de los desórdenes mentales, mayor tasa de actos criminales y suicidios (McCord, 1978). Por su parte, Helmersson y Andersson informan que la frecuencia de asistencia a los centros de esparcimiento juvenil auspiciados por el gobierno está correlacionada con altos niveles de consumo de alcohol y problemas de ajuste en la adolescencia (Helmersson y Andersson, 1999).

No sólo se han estudiado los efectos negativos del mal uso del tiempo libre por los adolescentes. Algunos investigadores han tratado de determinar si actividades de naturaleza intelectual como la lectura tienen algún interés para ellos. Por ejemplo, en la Universidad de Illinois, Mary Moffitt y Ellen Wartella (1992) encuestaron a 414 estudiantes de cinco colegios de secundaria (*high schools*) e identificaron las actividades realizadas por ellos en su tiempo libre. De acuerdo a los resultados de este estudio, los adolescentes prefieren (en ese orden): hacer deportes, estar con los amigos, oír música y leer. Para las mujeres, las actividades preferidas son: hacer deportes, estar con las amigas y leer. Mihalyi Csikszentmihalyi y Reed Larson han encontrado resultados similares, es decir para los estudiantes de secundaria la lectura es una actividad relativamente popular (Csikszentmihalyi y Larson, 1984, citados por Moffitt y Wartella). Sin embargo, la popularidad relativa de la lectura entre los adolescentes es un tema que merece mayor análisis porque existen estudios que han encontrado lo contrario: a medida que los escolares pasan de la educación primaria a la secundaria el interés por la lectura disminuye de forma notable (Medrich et al., 1982; Walters, 1927, citados por Moffitt y Wartella).

En resumen, los investigadores que han estudiado el tiempo libre de los adolescentes han estado interesados en sus efectos positivos o negativos. Pocos se han interesado en identificar las características de las actividades realizadas en el tiempo libre o en la percepción que ellos tienen de la lectura. En ese sentido, el presente estudio busca: a) conocer los atributos que caracterizan las actividades realizadas por los adolescentes en su tiempo libre y b) conocer la percepción que los adolescentes tienen de la lectura, como actividad realizada en su tiempo libre.

#### 4.1.4 Currículo.

Al trazar como objetivo de esta investigación el hallazgo de estrategias pedagógicas curriculares y extracurriculares, primero hay que definir cuáles son las curriculares.

Zarur (2010) en el Seminario “internacionalización de la educación superior con una visión para las instituciones técnicas profesionales y tecnológicas, con su ponencia La Internacionalización del currículo: Una herramienta fundamental para la transformación institucional recopiló varios conceptos sobre currículo, de los siguientes autores:

- Caswell y Campbell, (1935): conjunto de experiencias que los alumnos llevan a cabo bajo la orientación de la escuela.
- Bestor, (1958): programa de conocimientos verdaderos, válidos y esenciales, que se transmite sistemáticamente en la escuela, para desarrollar la mente y entrenar la inteligencia.
- Inlow (1966, pg.7): "Esfuerzo conjunto y planificado de toda la escuela, destinado a conducir el aprendizaje de los alumnos hacia resultados de aprendizaje predeterminados".
- Johnson (1967, pg. 130), quien precisa: "En vista de las deficiencias de la definición popular actual, diremos aquí que currículo es una serie estructurada de objetivos del aprendizaje que se aspira a lograr. El currículo prescribe (o por lo menos anticipa) los resultados de la instrucción". En esta investigación asumió este concepto de currículo.

Aunque actualmente las actividades desarrolladas, por las niñas y adolescentes, en la Sede Dorian Sierra Ríos de la Institución Educativa Jorge Villamil Ortega durante el ocio y el tiempo libre no se encuentran inscritas al currículo educativo se busca finalmente que con ésta investigación se cuente con los insumos suficientes para diseñar estrategias pedagógicas con las al interior del currículo pese a que el contexto de aprendizaje no es el aula de clase.

Dichas adecuaciones curriculares entendidas como un conjunto de modificaciones que se realizan en los contenidos, indicadores de logro, actividades, metodología y evaluación para atender a las dificultades que se les presentan a las niñas y adolescentes en el contexto donde se desenvuelven.

Las adecuaciones curriculares constituyen una estrategia educativa para alcanzar los propósitos de la enseñanza, fundamentalmente cuando un niño o niña o grupo de niños y niñas necesitan algún apoyo adicional en su proceso de escolarización. Estas adecuaciones curriculares deben tomar en cuenta los intereses, motivaciones y habilidades de los niños y niñas, con el fin de que tengan un impacto significativo en su aprendizaje. Con base a los requerimientos de cada niño y niña se pueden adecuar las metodologías de la enseñanza, las actividades de aprendizaje, la organización del espacio escolar, los materiales didácticos, los bloques de contenido y los procedimientos de evaluación.

#### *4.1.5 Estrategias pedagógicas.*

Las estrategias pedagógicas son aquellas acciones que realiza el maestro con el propósito de facilitar la formación y el aprendizaje de las disciplinas en los estudiantes. Para que no se reduzcan a simples técnicas y recetas deben apoyarse en una rica formación teórica de los maestros, pues en la teoría habita la creatividad requerida para acompañar la complejidad del proceso de enseñanza - aprendizaje.

Sólo cuando se posee una rica formación teórica, el maestro puede orientar con calidad la enseñanza y el aprendizaje de las distintas disciplinas. Cuando lo que media la relación entre el maestro y el alumno es un conjunto de técnicas, la educación se empobrece y la enseñanza, como lo formula Antanas Mockus, (citado por Peralta, 2005), se convierte en una simple acción instrumental, que sacrifica la singularidad del sujeto, es decir, su historia personal se excluye de

la relación enseñanza - aprendizaje y, entonces, deja de ser persona para convertirse en un simple objeto.

Las estrategias pedagógicas también se pueden definir como los escenarios curriculares de organización de las actividades formativas y de la interacción del proceso enseñanza y aprendizaje donde se alcanzan conocimientos, valores, prácticas, procedimientos y problemas propios del campo de formación.

#### **4.2 Referentes legales**

La Sede Dorian Sierra Ríos, de la Institución Educativa Jorge Villamil Ortega, con modalidad de internado, atiende un programa de niñas con problemas de vulnerabilidad y escasos recursos económicos, dando así cumplimiento a las leyes colombianas las cuales velan por el bienestar de los niños y por su formación como ciudadanos. En este sentido, esta investigación se ampara en los siguientes referentes legales, los cuales deben ser de obligatorio cumplimiento:

Esta investigación está basada en:

- Constitución Política de Colombia. Capítulo 2, artículo 52, donde se reconoce el derecho de todas las personas a la recreación, a la práctica del deporte y al aprovechamiento del tiempo libre. (Asamblea Nacional Constituyente - República de Colombia, 1991)
- Ley 1297 de abril 30 de 2009. Por medio de la cual se regula lo atinente a los requisitos y procedimientos para ingresar al servicio educativo estatal en las zonas de difícil acceso, poblaciones especiales o áreas de formación técnica o deficitaria y se dictan otras disposiciones. (Congreso de la República de Colombia, 2009)

- Ley 1295 de abril 6 de 2009. Por la cual se reglamenta la atención integral de los niños y las niñas de la primera infancia, de los sectores clasificados como 1,2 y 3 del Sisben. (Congreso de la República de Colombia, 2009)
- Ley 115, artículo 14, numeral B. (Congreso de la República de Colombia, 1994)
- Decreto 1310 de 1990. Por el cual se crea el Comité Interinstitucional para la Defensa, Protección y Promoción de los Derechos Humanos de la Niñez y la Juventud. (EL PRESIDENTE DE LA REPÚBLICA DE COLOMBIA, 1990)
- Ley 387 de 1997. Por la cual se adoptan medidas para la prevención del desplazamiento forzado; la atención, la protección y consolidación y estabilización socioeconómica de los desplazados internos en la República de Colombia. (El Congreso de la República de Colombia, 1997)
- Ley 724 de 2001. Por la cual se institucionaliza en día de la niñez y la recreación y se dictan otras disposiciones. (El Congreso de la República de Colombia, 2001)

### **4.3 Antecedentes Empíricos**

#### *4.3.1 Estrategias extracurriculares para la enseñanza de la innovación (Alemán, Gómez, Parada, & Sainz, 2014)*

En esta investigación, que se ha realizado en el marco del programa de cooperación ALFA de la Unión Europea, el proyecto KICKSTART estudia las particularidades que presenta el entorno latinoamericano en relación con la necesidad de fortalecer la formación de recursos humanos competentes en procesos de innovación, como elemento esencial para hacer frente a los problemas sociales, políticos y económicos. Así pues, en este documento se presentan los resultados de un estudio que describe la administración de los procesos en innovación que se han implementado.

Plantea que la Ciencia, tecnología e innovación, son ingredientes esenciales para impulsar procesos de desarrollo sostenible en las naciones. La importancia de estos ingredientes como factores cruciales en el crecimiento económico y competitividad de los países, se ha establecido como la evidencia más sobresaliente de los procesos de globalización. Por consecuencia, y es acá donde se encuentra relación con los propósitos de este trabajo investigativo, la búsqueda activa de nuevas áreas de oportunidad ha creado una necesidad urgente de innovaciones científicas, tecnológicas y sobre todo educativas que permitan ajustarse a las políticas y prácticas tanto empresariales como gubernamentales (UNCTAD, 1999).

Como ya se ha citado, la misión de la Institución es “contribuir a la formación integral de los individuos, para que aporten significativamente en el desarrollo de la sociedad”, esta finalidad debe demandar a su vez propuestas innovadoras -al menos innovadoras en el contexto de enseñanza-aprendizaje propio de la Institución-, dirigidas a impulsar acciones educativas en beneficio de una equilibrada educación ciudadana y humana.

Agrega además que la innovación en los procesos educativos debe ajustarse a los intereses y motivaciones de los educandos, sin olvidar las dinámicas y demandas propias de un mundo globalizado.

#### *4.3.2 Consideraciones y estudio de la educación extracurricular basada en los modos lingüísticos (Varela, 2004)*

En este estudio, se hace una descripción somera de los antecedentes históricos de la educación que se imparte en México, son semejantes a los de muchos países occidentales. Este breve repaso tiene la finalidad de mostrar cómo la educación de lo intelectual ha tenido y tiene primacía sobre la educación que aparentemente no es intelectual y que se imparte en las asignaturas extracurriculares.

Aunque para ésta investigación se desconoce cuáles serían las estrategias extracurriculares a trabajar con las estudiantes de la Sede Dorian Sierra Ríos de la Institución Educativa Jorge Villamil Ortega, no hay duda que tal vez estas se encuentran más del lado de lo que Varela llama educación aparentemente no intelectual. Así pues, en este grupo habla del arte y la educación física. La función, el estatus y el concepto de la educación física y artística han sido cambiantes histórica y culturalmente a lo largo de las diferentes épocas. En la actualidad, el pensamiento artístico está disociado del conocimiento científico, casi siempre.

Dice que en general, para la educación física y artística se observan dos vertientes. Una de ellas asume que la habilidad físico-deportiva y la artística son expresión del talento, propias de un individuo excepcional o de un genio creador. Otra vertiente concibe que la creación de una obra maestra o una proeza deportiva depende tanto del individuo como de las estrategias didácticas empleadas, destinadas a la formación de artistas y deportistas.

### **Actividad del aprendiz: criterios de logro versus participación e interés**

Si el profesor de esta importantísima parte de la educación llamada extracurricular, considera que el alumno tiene capacidad “innata”, “natural”, entonces podrá enseñarle pocas cosas y requerirá que el alumno no se esfuerce. Haga lo que haga, su calificación será la máxima. Debe señalarse que este tipo de educación “fácil” exenta de criterios, puede llevar al alumno a la mediocridad, dado que el profesor supone que el alumno “ya sabe”, lo podrá aprender por sí solo, cuando él quiera o simplemente, cuando se le pida que lo haga. Comparativamente, ¿qué es lo que un profesor curricular hace con el alumno que es muy hábil para las matemáticas o el español?, ¿le deja de enseñar?, ¿le permite no asistir a sus clases?, ¿lo evalúa sin aplicarle el mismo examen que les aplica a los demás?, ¿le facilita las cosas puesto que “ya sabe”? Muchas veces es todo lo contrario: le exige más, porque puede dar más. Si el

alumno es hábil naturalmente para las artes o la educación física podría aprender, por ejemplo, a ser más creativo, a ser un estratega deportivo, a dominar con maestría las técnicas del dibujo, a improvisar de manera inteligente ante situaciones inesperadas, inusuales o adversas. Entre muchas habilidades, éstas pueden enseñarse “naturalmente” en las asignaturas extracurriculares.

De esta manera el autor hace una magnífica reflexión en la que pone en evidencia la necesidad de establecer asignaturas extracurriculares, al nivel de cualquier otra forma de adquisición de conocimiento, en el contexto de las instituciones de aprendizaje. De tal forma, advierte que la escuela básica no pretende formar matemáticos, literatos, científicos, deportistas, atletas y artistas. Pretende que los alumnos puedan aprender las habilidades básicas en todos esos distintos modos del conocer y saber hacer. La posibilidad no debe negarse ni demeritarse, como parece ocurrir con la educación extracurricular. Si la educación física se basa sólo en el aspecto lúdico y la educación artística en la fase expresiva, se minimiza la función y valor de la enseñanza, aprendizaje y evaluación, ya que se privilegia el “hacer en sí mismo”. Esto conduce a que la valoración del desempeño siempre sea positiva, esto es, aprobatoria, sea cual sea el desempeño. El docente motiva y aprueba al alumno que parece estar dotado o ser talentoso, e igualmente aprueba al que parece o demuestra no serlo. Para el alumno la lección es sencilla: no importa cómo y qué se haga, de cualquier manera se aprueba el curso.

Finalmente concluye

1. Considerar que lo que el profesor extracurricular enseña es realmente importante. No es de menor cuantía que las asignaturas curriculares.
2. Buscar mejores formas en las cuales los alumnos aprendan a hacer lo que el profesor sabe hacer. Esto implica la actualización y la adopción de procedimientos en los que el alumno esté más interesado en su quehacer, esto es, en su aprendizaje.

3. Evaluar de manera real el aprendizaje y desempeño de los alumnos. Esta posiblemente sea una de las mayores confrontaciones con el statu quo. Si el profesor “extracurricular” realmente considera que es importante lo que hace, sólo los alumnos que logren un buen aprendizaje, obtendrán las mejores calificaciones.
4. Cuestionar críticamente la teoría de la capacidad innata, muchas veces implícita en la forma de educar a los alumnos que son sobresalientes en estas asignaturas.
5. Cambiar el marco teórico regulador que fomenta que la educación en estas áreas sea sólo para expresión y desarrollo de interés.

#### *4.3.3 Estudio de la Ocupación del Tiempo Libre de la Población Escolar y su Participación en Actividades Extraescolares (Hermoso, 2009)*

En este estudio, de la Universidad de Málaga, se propone conocer el carácter de la práctica (activa y/o pasiva) de las actividades extraescolares más habituales que desarrolla en su tiempo libre la población escolar; analizar la influencia de las características socio-demográficas (edad, sexo) y de localización (pertenencia a centro y curso, barrio vivienda) en la realización tanto de actividades físico-deportivas como culturales y/o artísticas (organizadas y no organizadas) de la población escolar durante el tiempo no lectivo; conocer la influencia de las características de la familia (situación laboral, nivel de instrucción) en la utilización del tiempo libre de la población escolar, entre otros aspectos.

Plantea que la ocupación del tiempo libre en actividades extraescolares organizadas se presenta como una potencial fuente de beneficios, y por otra parte, los padres muestran gran preocupación por la educación que puedan recibir sus hijos e hijas para la vida, hecho que influye en las alternativas que escogen para dichas actividades.

También advierte que la utilización adecuada de este tiempo libre podría contribuir a paliar problemas graves que afectan a los escolares, como la obesidad asociada al descenso detectado en los niveles de actividad física y deportiva en adolescentes a edades cada vez más tempranas o la violencia en los centros educativos.

Finalmente el estudio concluye que, de forma general, son las chicas las que presentan porcentajes inferiores de práctica en relación con los chicos, aunque la tendencia general de la población española se ve reforzada por la regularidad de la práctica deportiva, sobre todo en las practicantes femeninas, siendo importante el proceso de socialización en la influencia de los valores y normas adquiridos por dicha población.

La ocupación del tiempo libre de los escolares pone de manifiesto el auge de las actividades físico-deportivas de recreación que sustituye la primacía de los deportes de gran tradición deportiva, con la excepción del fútbol que continúa siendo el más practicado.

La elevada participación de los escolares en el proyecto de Actividades Formativas Complementarias en los centros de Extremadura, unida a los altos niveles de satisfacción expresados por el alumnado, revelan la buena acogida que ha tenido este proyecto, que favorece la educación integral de la población escolar, por el desarrollo de una serie de habilidades y competencias cognitivas, motrices, de relación e inserción social (comunicación, participación, cooperación, etc.), y por la utilización saludable de su tiempo libre, sin discriminación alguna por el carácter voluntario y gratuito de las mismas.

#### *4.3.4 Ocio y tiempo libre: una aproximación a sus representaciones y percepciones en la Universidad Pedagógica Nacional (Cabanzo, 2009).*

En esta investigación Cabanzo, se propone una lectura inicial de los hábitos y dinámicas de la población universitaria en torno al manejo del tiempo libre en el contexto de una cultura del

ocio; identificar tendencias en el manejo del tiempo libre, además de brindar un instrumento idóneo que permita la caracterización de las prácticas de tiempo libre de la comunidad universitaria.

Aunque el estudio se realiza en un contexto universitario, sin duda da luces de lo que podría ser un proceso de reflexión y análisis de las que podrían ser las estrategias pedagógicas extracurriculares en la Institución.

Esta investigación parte de una premisa importantísima: el tiempo libre es uno de los nichos espacio-temporales que más incide en la formación de las representaciones e imaginarios de los individuos en cuanto a su perspectiva como seres colectivos y sociales. Agrega además que estas representaciones se destacan, sobre todo, en términos de cómo los sujetos se construyen a través de sus actividades lúdicas, esparcimiento, de entretenimiento y diversión.

Una de las conclusiones de este estudio señala que se debe tener en cuenta que los imaginarios y las prácticas que se tejen varían de un sujeto a otro y a ninguna institución educativa o no educativa le corresponde o le correspondería el trazar el marco de referencia sobre el cual las mismas se pudieran tejer en toda su complejidad y extensión.

Por otro lado, amparados en las percepciones de los sujetos de estudio en dicha investigación, se concibe el tiempo libre como aquel que no está determinado por la obligatoriedad, aquel tiempo del que se dispone cuándo: 1) No se está trabajando (o realizando una actividad remunerada) o bien estudiando (o asistiendo a clases en el caso de los estudiantes en general. 2) No se satisfacen necesidades básicas (dormir, comer). 3) No se están realizando trabajos domésticos. 4) No se llevan a cabo obligaciones familiares o religiosas. A partir de esta conceptualización, el ocio será, dentro de tiempo libre, aquel tiempo 1) Conformado por las actividades y prácticas libremente elegidas según las preferencias de cada individuo; un tiempo

caracterizado por la libre elección y realización de actividades que satisfagan necesidades personales; y 3) un tiempo cuya finalidad sea el descanso, la diversión, la creación o el desarrollo del sujeto.

## **5 Diseño Metodológico**

Esta investigación es de tipo cualitativa, puesto que se da a la tarea de interpretar las experiencias, percepciones y propuestas de las estudiantes de la Institución Educativa Jorge Villamil Ortega, para identificar sus intereses y motivaciones tendientes a la formación.

Teniendo en cuenta el objetivo principal de esta investigación, este proyecto se apoya en el método hermenéutico, puesto que una vez realizado la recolección, a través de encuesta, de las percepciones que existen en los actores directamente involucrados (estudiantes) acerca de las posibles estrategias pedagógicas extracurriculares que contribuyan a la formación de las alumnas, es esencial cualificar esa información y hacer un ejercicio de interpretación de significados y búsqueda de sentidos en los resultados, para poder proponer las estrategias adecuadas basadas en un consenso.

### **5.1 Fases de la investigación**

Para llevar a cabo este proyecto se han establecido tres fases:

Fase uno: recolección de la información o trabajo de campo. La ejecución de este proyecto se basará principalmente en el recurso humano aportado por Jacqueline Triviño Duero, estudiante de la Maestría en Educación con énfasis en Diseño, Gestión y Evaluación Curricular apoyada por el rector de la Institución, los coordinadores, las docentes, la psicóloga y los educandos.

El trabajo consistirá en obtener información a través de encuestas; para lo cual se organizarán algunas sesiones en las que se abordará a las estudiantes de primaria y bachillerato, objeto de investigación.

Fase dos: proceso y análisis de la información. Una vez tomada la información de la fase uno se procede a la tabulación y análisis de los resultados (hermenéutica).

Fase tres: elaboración del documento final. Esta es la última fase del presente trabajo y consistirá en la interpretación de los datos obtenidos para esta investigación.

## **5.2 Población y Muestra**

En una investigación es muy importante definir una población específica a la cual está dirigida.

Dado que factores como la edad, género, estrato, grado, semestre, entre otros, pueden variar en forma significativa los resultados del estudio. Por tal razón, en ésta investigación se hizo necesario delimitar el grupo de personas que hicieron parte del estudio.

Según Pick y López (1997, p. 123), “La población es un conjunto de personas que forman el grupo de interés para una investigación determinada”, otros autores, por ejemplo: Pólit y Hungler (2000, p. 223), la definen: “Cómo un conjunto global de casos que satisfacen una serie predeterminada de criterios”.

Debido a la dificultad para abordar la totalidad de los sujetos de estudio, en la mayoría de los casos es preciso elegir una parte que los representará en su conjunto. Para Pólit y Hungler, la muestra “representa un subconjunto de unidades que integran la población” (Pólit, 2000, p. 236). En efecto, inicialmente se estimó el tamaño de la muestra utilizando el software STATS ® TM 2.0 encontrado en el CD anexo al libro de Metodología de la Investigación (Hernandez, Fernandez, & Baptista, 2010), el cual pide conocer el tamaño de la población (N) o sea el número total de las estudiantes. La población objeto de estudio son las 161 estudiantes internas de la Sede Dorian Sierra Ríos de la Institución Educativa Jorge Villamil Ortega las cuales se distribuyen en los siguientes grados:

- Primero: 8
- Segundo: 9
- Tercero: 11
- Cuarto: 16
- Quinto: 18
- Sexto: 25
- Séptimo: 23
- Octavo: 9
- Noveno: 10
- Décimo: 24
- Once: 8

Donde  $N= 161$  niñas y adolescentes internas, junto con el error máximo aceptable el cual es equivalente al 5% y el nivel de confianza 95%. Se ingresaron estos valores al software para luego oprimir la tecla calcular, cuyo resultado inmediatamente arrojó un tamaño de la muestra = 114.

Existen diferentes procedimientos por medio de los cuales es escogida una muestra dentro de la población. Para efectos de este estudio, el procedimiento utilizado para seleccionar los elementos, fue mediante un muestreo probabilístico (Hernández, et al. 2010) con selección sistemática de los elementos con el objetivo de realizar inferencias estadísticas representativas para la población de estudiantes del internado antes mencionado.

Para la investigación, el muestreo probabilístico se llevó a cabo utilizando el siguiente procedimiento:

1. En esta primera etapa se organizó la población en una hoja de cálculo de excel, según su grado o curso académico, esto se logró utilizando la base de datos de niñas y adolescentes matriculadas en la Institución.
2. En la segunda fase se seleccionaron sistemáticamente los elementos de muestra dentro del total de la población cada estrato para ello se utilizó la siguiente expresión con el objetivo de calcular el intervalo  $k$ . 
$$k = \left[ \frac{N}{n} \right] = \left[ \frac{161}{114} \right] = 1,412$$

Una vez hallado el intervalo  $k$  o intervalo de selección sistemática se realizó la selección de los diferentes elementos de muestra de cada estrato, los cuales se encontraban organizados en una hoja de cálculo Excel; el intervalo  $k$ , indicó que cada 1,4 estudiantes ubicados en la base de datos se seleccionará un sujeto hasta completar los elementos de muestra de cada estrato, sin embargo por razones prácticas se realizó cada 2 estudiantes.

Para iniciar a seleccionar finalmente los 144 sujetos de muestra, se tuvo en cuenta un número al azar para iniciar la elección sistemática de los elementos de muestra de este estrato, este número se obtuvo utilizando la función aleatoria, manejando los números ubicados en la columna A de la hoja de cálculo Excel 2010 al terminar en la parte inferior de la hoja de cálculo se sigue el procedimiento y conteo en la parte superior de la base de datos, hasta completar el número de sujetos del total de la muestra.

### **5.3 Técnicas e Instrumentos**

Esta es una investigación con enfoque cuantitativo, lo cual permitirá utilizar instrumentos de medición y recolección de datos como la encuesta siendo muy apropiada para la recolección masiva de la información.

Esta técnica es una de las más utilizadas y permite obtener información de casi cualquier tipo de población y sobre hechos pasados de los encuestados; posee gran capacidad para

estandarizar datos, lo que permite su tratamiento informático y su posterior cualificación y análisis.

Como técnicas de recolección de información se tuvieron las siguientes:

### *5.3.1 Encuesta diagnóstica de actividades extracurriculares*

La encuesta tuvo como fin recolectar información acerca de algunos datos socioeconómicos tales como: edad, grado y procedencia, además de interrogantes sobre la identificación de actividades extracurriculares realizadas por las estudiantes y los profesores. De igual forma la encuesta busca identificar si las estudiantes perciben la existencia de actividades extracurriculares y cómo influyen en la motivación y ambiente educativo de las estudiantes.

La encuesta diagnóstica de actividades se basó en una serie de preguntas cerradas con selección dicotómica de respuesta, ya sea afirmativa o negativamente. La cual se socializó previamente con expertos y el asesor del presente trabajo investigativo. Realizando previamente a la aplicación del instrumento algunos correctivos fruto de las sugerencias realizadas por el asesor de la presente investigación.

### *5.3.2 Encuesta identificación de intereses de actividades de ocupación del tiempo libre.*

La segunda encuesta tuvo como fin conocer o identificar las actividades por las que se interesan las estudiantes de la Institución educativa para ocupar su tiempo libre dentro del internado, mediante una serie de reactivos que se encuentra expresados por medio de afirmaciones ante los cuales los sujetos muestrales (estudiantes del internado) responde afirmativa o negativamente.

### 5.3.2.1 Estructuración de la encuesta.

La encuesta se realizó teniendo en cuenta las diferentes inteligencias múltiples que plantea Howard Gardner, razón por la cual las preguntas se orientaron desde ocho inteligencias múltiples, tal como se puede observar en la operacionalización de las mismas (ver tabla). El consentimiento informado se diseñó de tal forma que sólo implicará la firma de una sola página.

### 5.3.2.2 Contenido y redacción de los ítems

Una vez elaborado el cuestionario fue socializado con la asesora de tesis quien hizo recomendaciones observando las características del instrumento que podrían dificultar la recolección de los datos, lo que permitió mejorar la redacción de algunos ítems o reactivos para la consolidación en un solo documento, sin que esto cambiara los objetivos de la encuesta.

### 5.3.3 Método de Análisis

El análisis de datos se llevó a cabo mediante la utilización del paquete estadístico SPSS (Statistical Package for de Social Sciences) versión 22.0 cuya licencia se encuentra adscrita a nombre de Jacqueline Triviño Duero.

Los datos obtenidos con la aplicación de la *Encuesta diagnóstica de actividades extracurriculares* y *Encuesta identificación de intereses de actividades de ocupación del tiempo libre* se ingresaron al SPSS para ser procesados y analizados a través de métodos estadísticos descriptivos (frecuencias, media, entre otros) y socializados posteriormente por medio de tablas y gráficos. Para el ingreso de la información, las variables tuvieron que ser codificadas de la siguiente manera: para rural el código 2, para urbano el código 1, así sucesivamente con cada variable.

#### 5.3.4 Aspectos Éticos Del Estudio

“Los métodos de investigación han sido frecuentemente fuente de preocupación y desde luego alarma para los no científicos” (Bachrach, 2002). Sobre todo cuando los sujetos experimentales son seres humanos, pues surgen consideraciones especiales, como lo son la irrevocabilidad del perjuicio, la confidencialidad, la confianza y un método aceptable o generalizado entre otros.

Por esta razón y dada la naturaleza del sujeto de estudio se hace necesario que la investigación se rija por valores y principios morales productos de una propuesta consensuada y aceptada por todos los integrantes de esta comunidad. Es así, como se formulan lineamientos y normativas específicas con las que se espera se encause la actividad investigativa, para que pueda ser considerada éticamente inobjetable.

Por tal motivo ésta investigación se guía por las diferentes organizaciones profesionales que establecen un marco común de estándares o normas de desempeño, que conforman el instrumento ético orientador que guía las actividades científico - profesionales de sus integrantes. Cabe destacar la importancia de algunos consensos éticos logrados como lo son, el Código de Nuremberg, el Código de Ética de la Asociación de Psicólogos Americana (American Psychological Association), etc.

A su vez, fue de suma importancia la resolución 8430 del 04 de octubre de 1993 (Ministerio de Salud, 1993) del Ministerio de Salud, en la cual se establecen las normas científicas, técnicas y administrativas para la investigación en salud; en esta, tiene gran valor para la presente investigación los lineamientos enunciados en el título II. De la investigación en seres humanos en donde:

En el ser humano como sujeto de estudio, debe prevalecer el criterio de respeto a su dignidad, bienestar y a la protección de sus derechos.

La investigación en los sujetos se desarrolló conforme a los siguientes criterios:

A. Se ajustará a los principios científicos y éticos que la justifican.

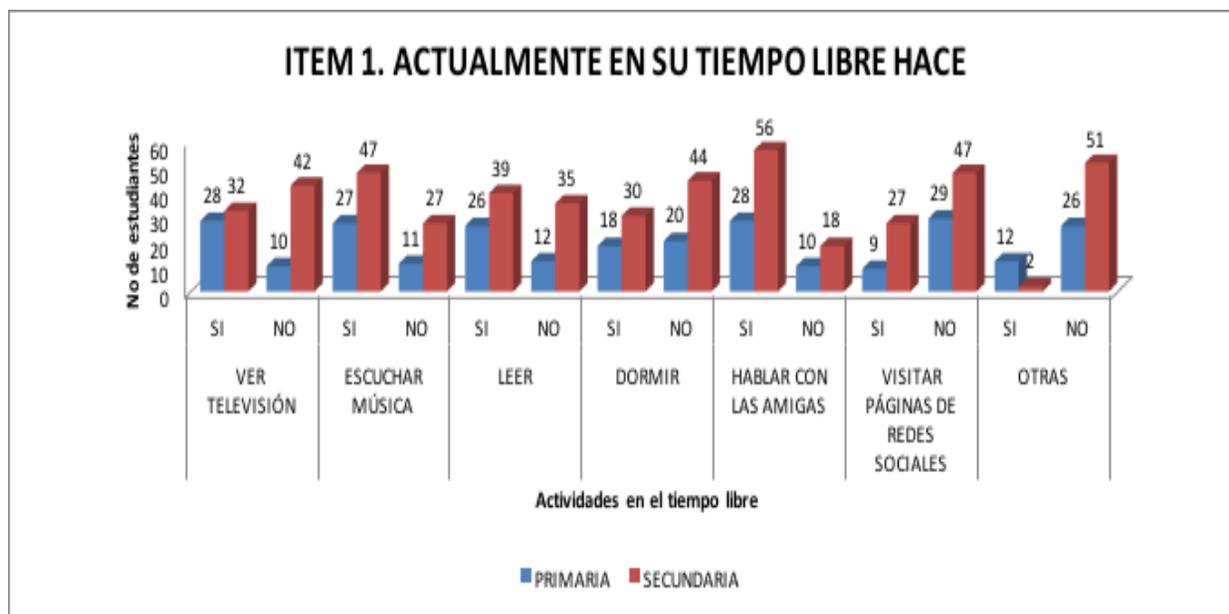
Para efectos de este estudio, se categorizó en investigación sin riesgos, porque en esta no realiza ninguna intervención o modificación intencionada de las variables biológicas, fisiológicas, psicológicas o sociales de los individuos que participen en el estudio.

Con el consentimiento informado por escrito del sujeto de investigación y/o su representante legal, el cual autoriza su participación en la investigación con pleno conocimiento de su participación en esta, en donde se le dará a conocer los procedimientos, beneficios y riesgos a los cuales será sometido, con la capacidad de libre elección y sin coacción alguna.

- a) En la presente investigación se protegerá la privacidad del individuo, sujeto de investigación. Mediante la no revelación de datos personales que devalen su identidad, con el fin de divulgar información con la cual el participante esté de acuerdo, pero que no atenten con el principio de confidencialidad.
- b) De igual forma la investigación se llevará a cabo una vez se obtenga la aprobación del proyecto por parte de las directivas de la Institución Educativa, para seguir con el consentimiento informado de los participantes de la investigación.

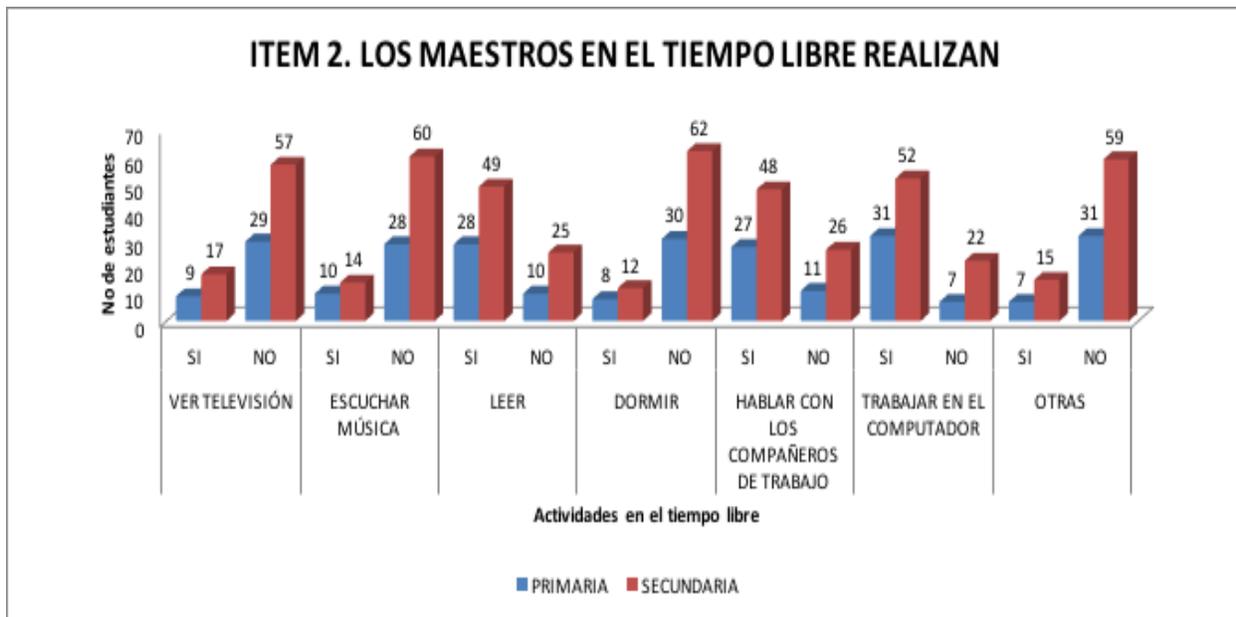
## 6 Resultados

A continuación se muestra el análisis de las dos encuestas aplicadas a las estudiantes de primaria y secundaria de la Sede Dorian Sierra Ríos de la Institución Educativa Jorge Villamil Ortega:



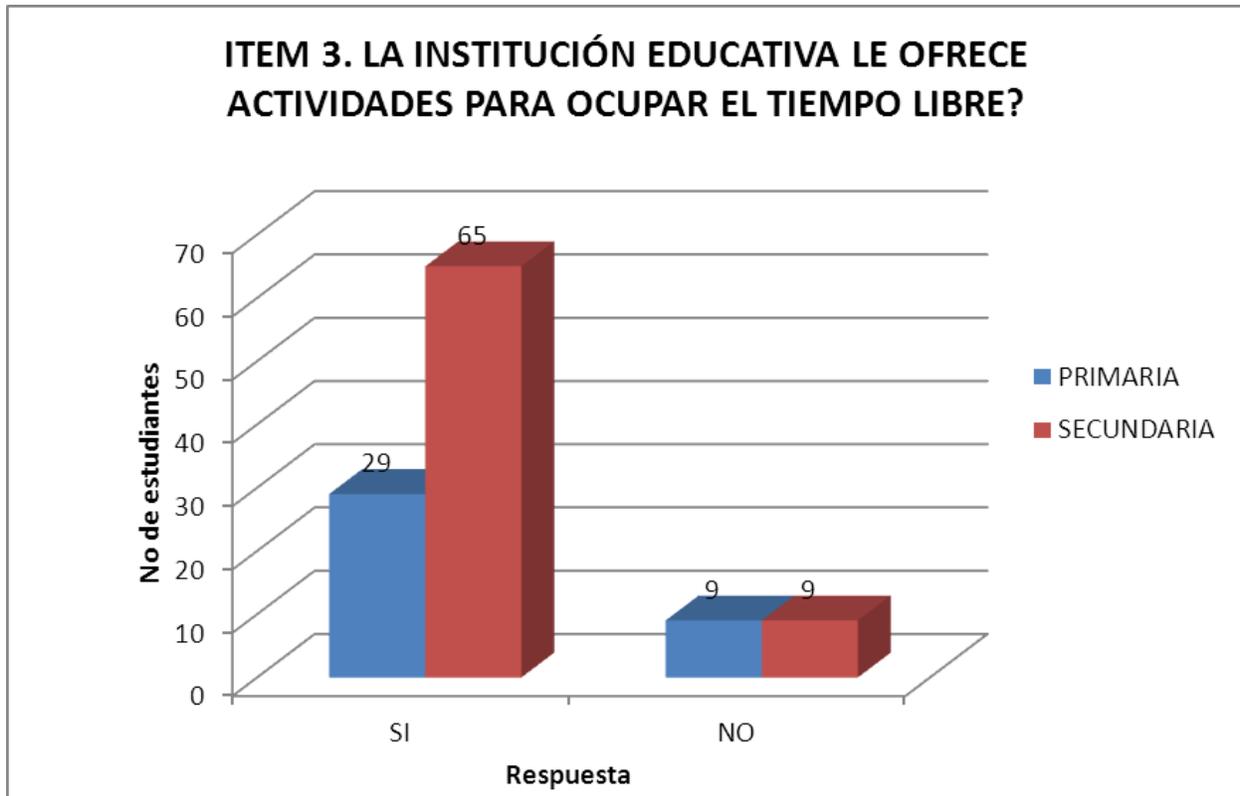
*Grafica 1 Actualmente en su tiempo libre hace*

En ésta gráfica se muestran las actividades que actualmente realizan las estudiantes de primaria y secundaria, resaltando que en su tiempo libre las estudiantes de primaria, hablan con amigas y ven televisión, así mismo las de secundaria reportaron que sus actividades más frecuentes son hablar con amigas y escuchar música. Por otra parte, la actividad que menos realizan las estudiantes de primaria y secundaria es visitar páginas de redes sociales, situación que se presenta debido a que en este momento, en la Institución, el servicio de internet es intermitente y no hay redes inalámbricas, en esta gráfica se puede apreciar que las estudiantes realizan pocas actividades que les contribuyan a su formación integral.



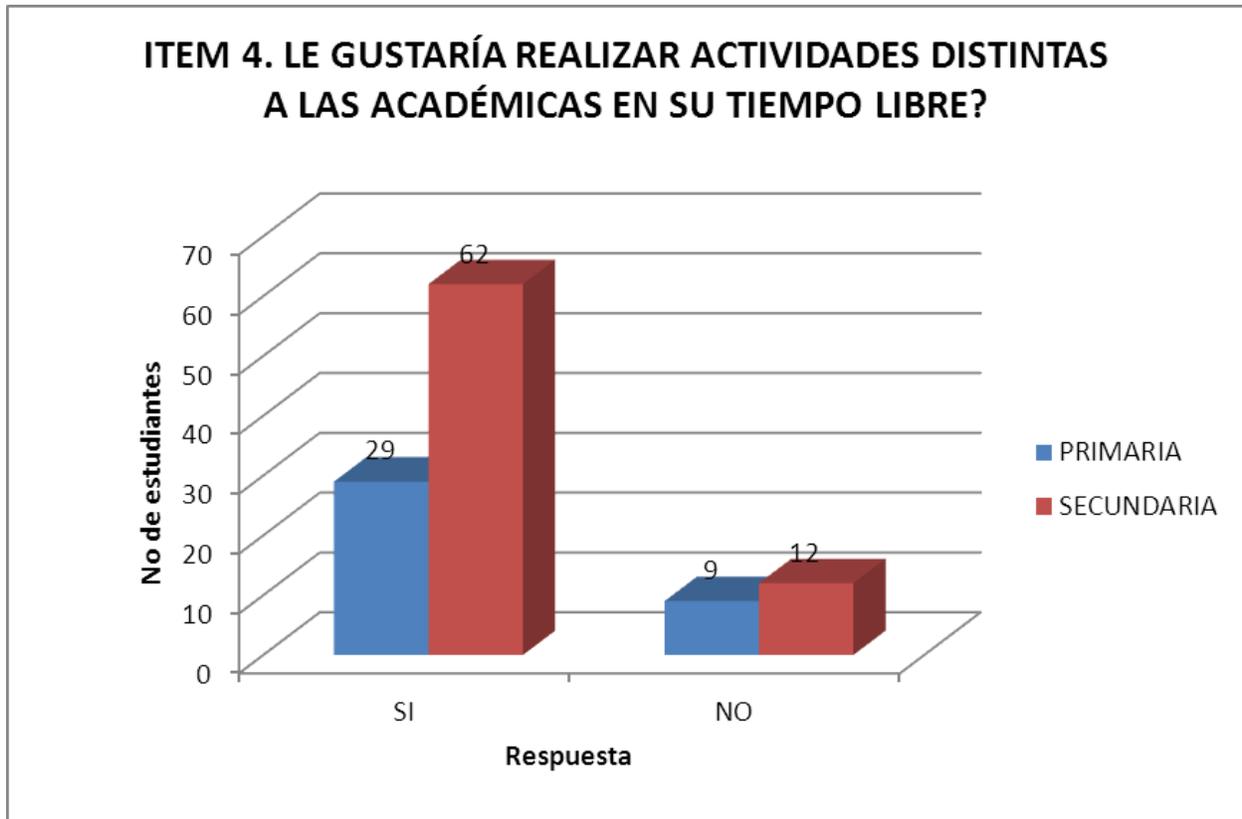
*Grafica 2 Los maestros en el tiempo libre realizan*

Las niñas de primaria y secundaria refieren que sus maestros utilizan el tiempo libre en trabajar en el computador y leer, seguido de hablar con los compañeros de trabajo; por otra parte, las actividades que menos realizan en su tiempo libre son dormir, escuchar música y ver televisión. De acuerdo a esto, los maestros de ésta Institución Educativa, promueven mediante el ejemplo algunas actividades formativas como la lectura, situación que se evidencia en la gráfica 1, en donde un representativo número de estudiantes de primaria y secundaria realizan esta actividad en el tiempo libre.



*Grafica 3; La Institución Educativa les ofrece actividades para ocupar el tiempo libre?*

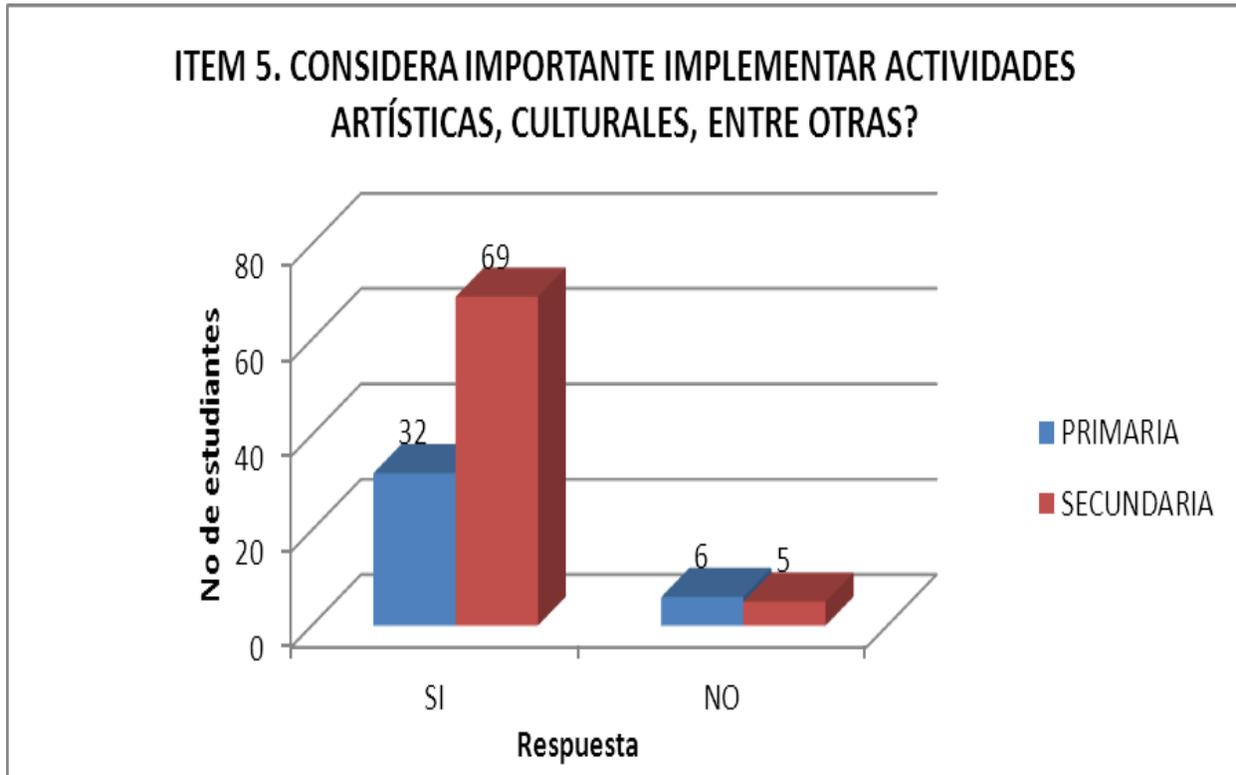
El 77% de las niñas estudiantes de primaria y el 88% de secundaria, manifiestan que la Institución Educativa si les ofrece actividades para ocupar el tiempo libre, pero estas son entendidas por las estudiantes como el hecho de realizar algo (ver televisión, escuchar música, charlar con las amigas, leer, dormir) pero no encaminado a la formación o construcción del saber o exploración de habilidades o destrezas; un porcentaje mínimo refiere que no les ofrece actividades, ya que ellas poseen una percepción distinta sobre el termino ocupación de tiempo libre, debido a que lo pueden considerar como el espacio para aprender y que le contribuya a su desarrollo personal.



*Grafica 4 Le gustaría realizar actividades distintas a las académicas en su tiempo libre?*

El 77% de las estudiantes de primaria y el 83% de las estudiantes de secundaria, manifiestan que les gustaría hacer actividades diferentes a las académicas en su tiempo libre; si la analizamos teniendo en cuenta la gráfica 3, podemos encontrar que las estudiantes refieren que la Institución Educativa si les ofrece actividades de ocupación de tiempo libre, pero viendo los resultados de ésta, encontramos que las estudiantes desean tener nuevas alternativas que les generen satisfacción y contribuyan a la formación de talentos, destrezas o habilidades; a un porcentaje mínimo de niñas no les gustaría realizar actividades en su tiempo libre que sean distintas a las que vienen desarrollando (ver televisión, escuchar música, charlar con las amigas, leer, dormir), quizás porque se encuentran en el tránsito de etapa del ciclo vital (adolescencia), la cual se caracteriza por que pierden interés por algunas cosas o son muy despreocupadas en

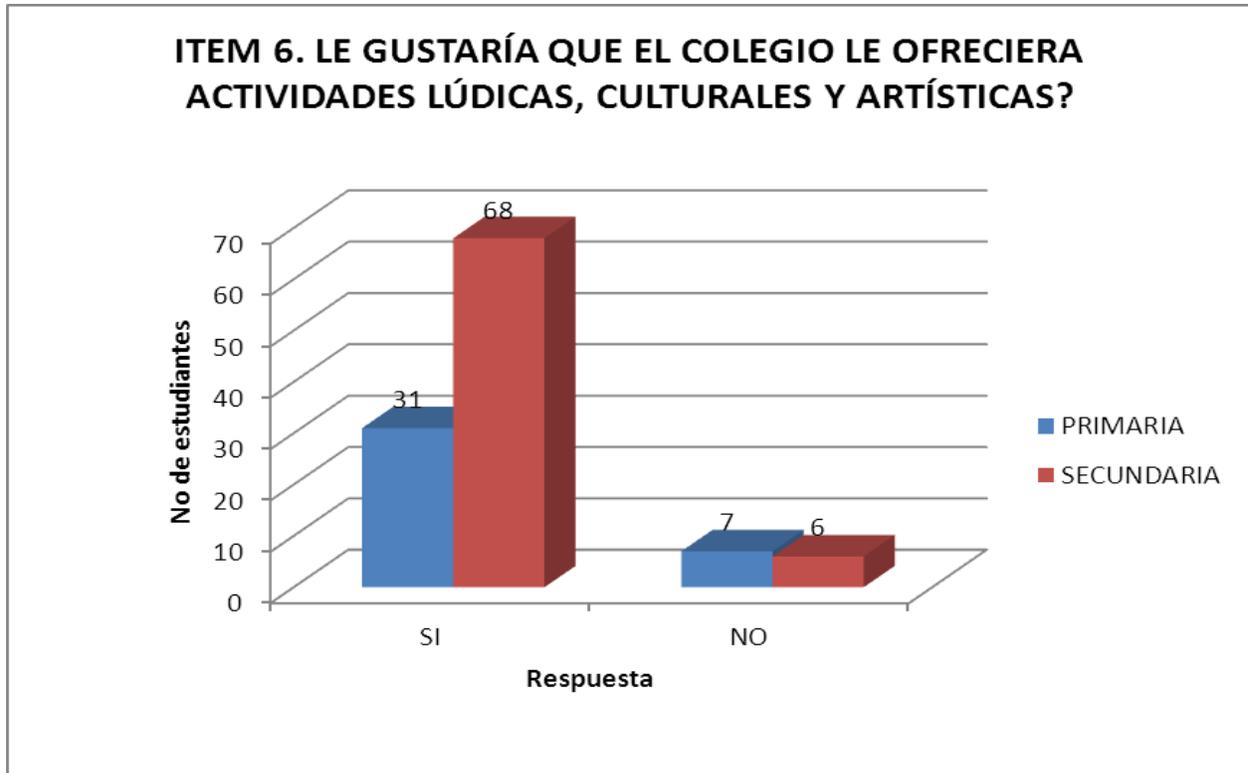
asumir nuevos retos o aprendizajes, o simplemente puede ser que estas estudiantes estén conformes con lo que les está ofreciendo la institución. Con esta propuesta, lo que se busca es que a partir de lo que ya realizan, se generen alternativas creativas e innovadoras de aprendizaje.



*Grafica 5 Considera importante implementar actividades artísticas, culturales, entre otras?*

En la presente gráfica, las niñas de primaria y secundaria con un porcentaje representativo de 84% y 93% respectivamente, manifiestan que es importante implementar nuevas actividades para la utilización del tiempo libre, esto posiblemente se debe a que ya no están de acuerdo con las actividades que vienen realizando y estarían dispuestas aprender y aprehender nuevas cosas, además de que éstas estén relacionadas con los gustos, destrezas, habilidades de las niñas; un porcentaje mínimo de ellas no muestran interés por la implementación de nuevas actividades en la Institución Educativa que les permita ocupar sana y formativamente su tiempo libre, pues se debe tener en cuenta que cada persona es diferente y

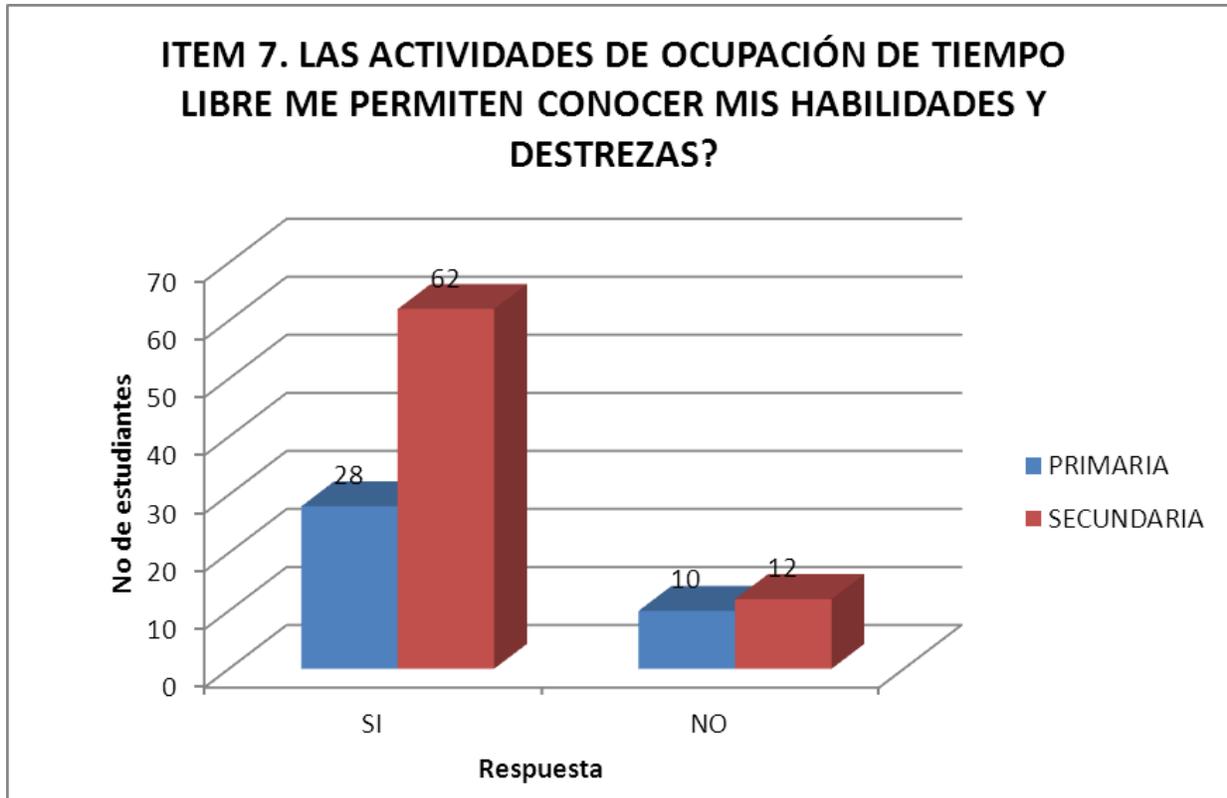
desarrollan más unos tipos de inteligencias que otros, situación que repercute en la toma de decisiones, debido a que indica los gustos e intereses.



*Grafica 6 Le gustaría que el colegio le ofreciera actividades lúdicas, culturales y artísticas?*

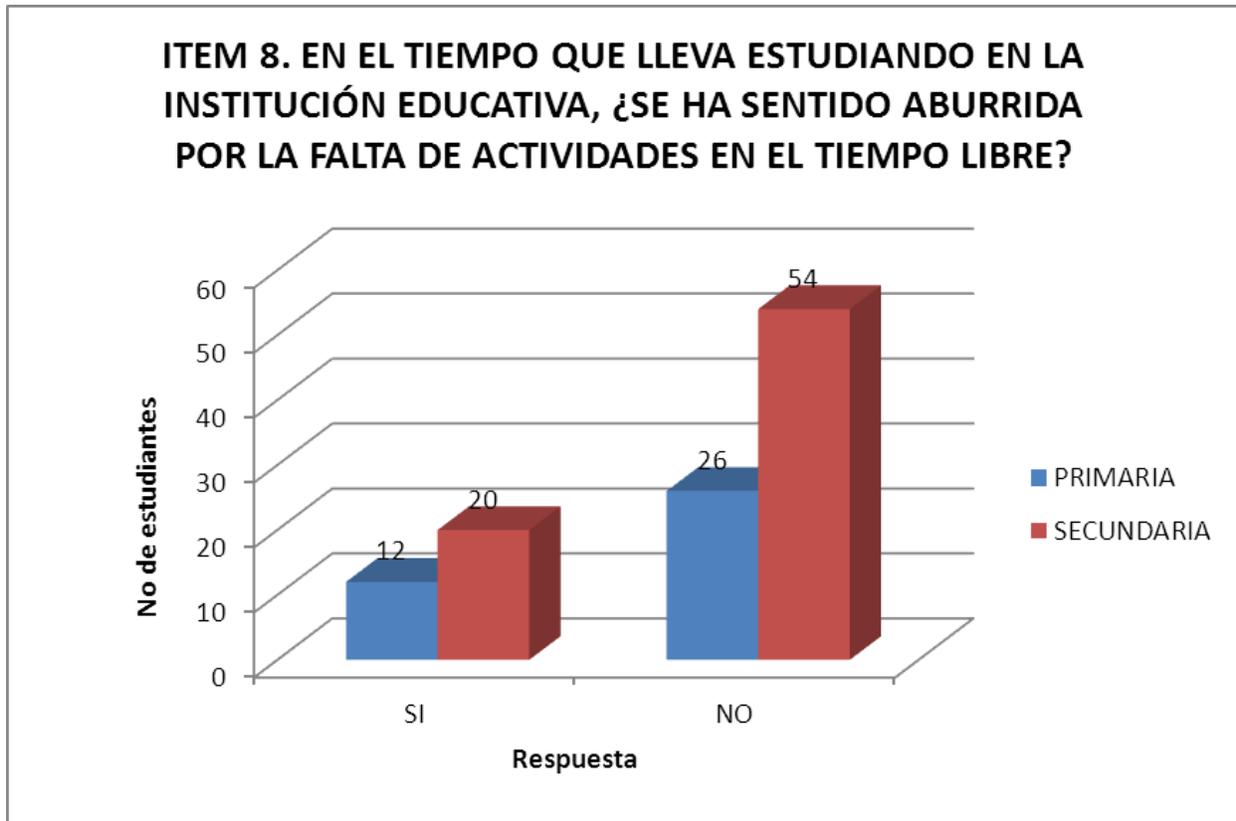
El 82% de niñas de primaria y el 92% de secundaria, expresan mediante esta encuesta que sí les gustaría que en la Institución Educativa se implementaran actividades lúdicas, culturales y artísticas en su tiempo libre; un mínimo de estudiantes muestran negatividad en que se implementen este tipo de actividades, posiblemente porque sienten que no son necesarias debido a que su tiempo libre lo utilizan en ver televisión, escuchar música, charlar con las amigas, leer, dormir o pueden considerar que no tienen habilidades para desarrollar este tipo de actividades. Este ítem está muy relacionado con la gráfica 5, en la cual las niñas manifiestan su inclinación por las actividades artísticas y culturales, además en éste ítem manifiestan el deseo de desarrollarlas. Indiscutiblemente las niñas de primaria y secundaria de la Institución Educativa,

desean actividades para ocupar el tiempo libre que estén relacionadas con sus intereses y por ende contribuyan a su formación.



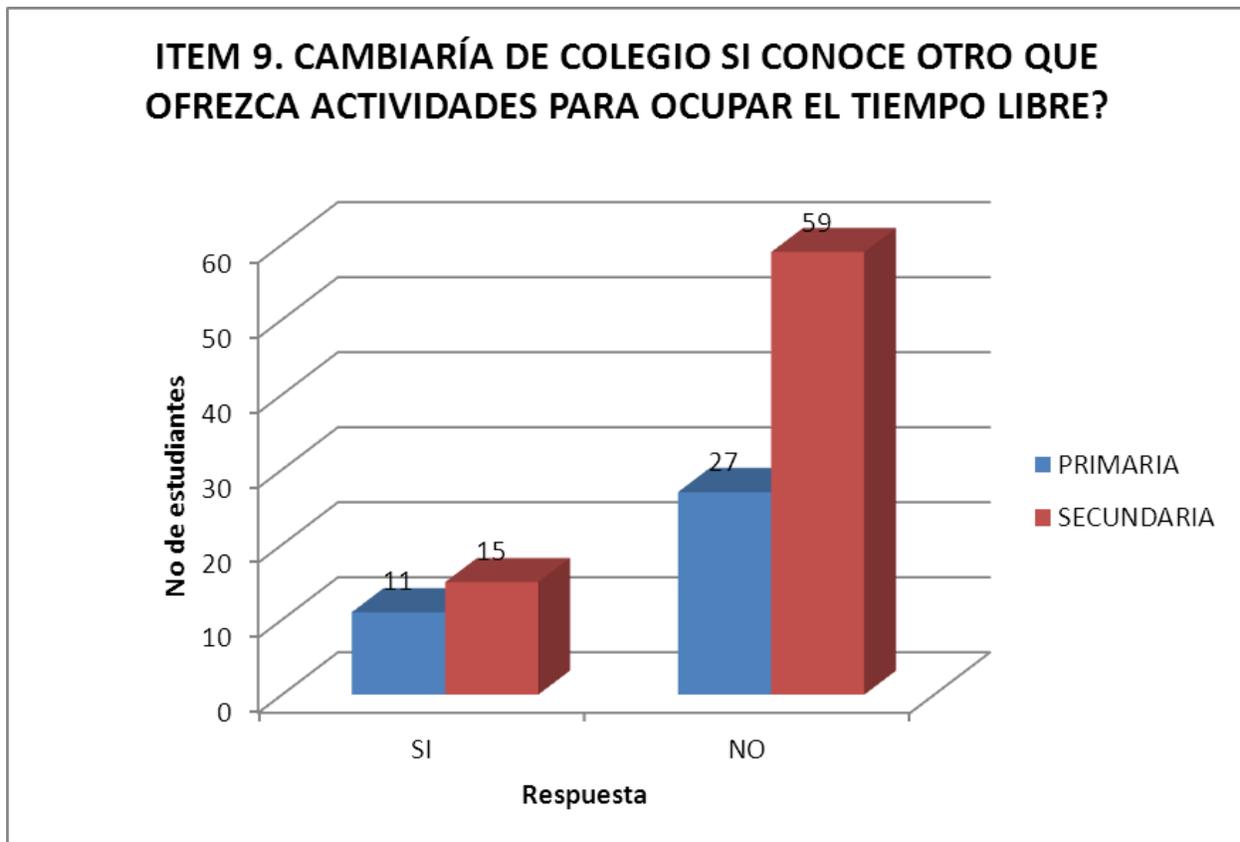
*Grafica 7 Las actividades de ocupación de tiempo libre me permiten conocer mis habilidades y destrezas?*

De acuerdo con la gráfica las niñas de primaria con un porcentaje equivalente al 74% y un 84% en las de secundaria, manifiestan que las actividades de ocupación de tiempo libre les permitirían explorar, identificar y desarrollar sus habilidades y destrezas, las cuales están determinadas en cada persona por los tipos de inteligencia que han explorado durante las diferentes etapas del ciclo vital, lo que puede definir su faceta en la vida.



*Grafica 8 En el tiempo que lleva estudiando en la Institución Educativa, ¿se ha sentido aburrida por la falta de actividades en el tiempo libre?*

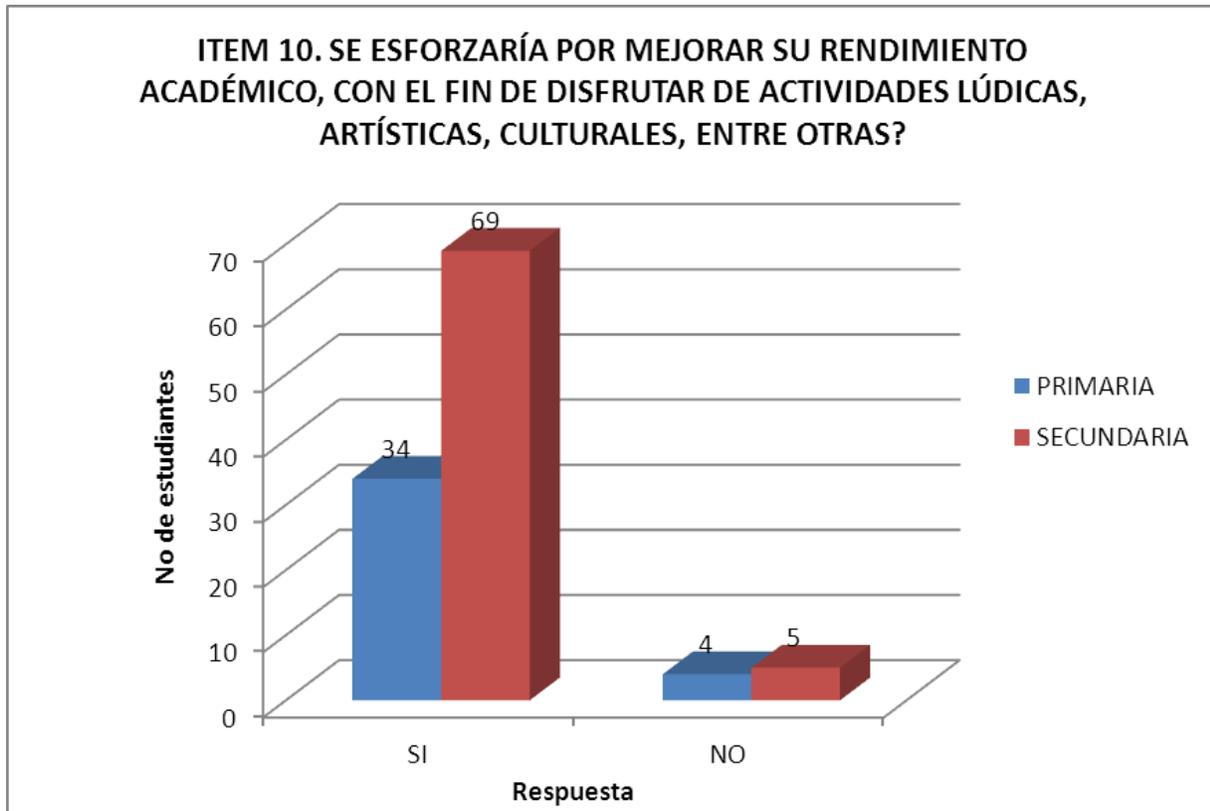
El 68% de niñas de primaria y el 73% de secundaria, manifestaron que no se han sentido aburridas en su tiempo libre, Pues hacen actividades que para ellas son divertidas y se han convertido en agradables debido a la constancia y conductas repetitivas como se muestra en la gráfica 1, situación que ha llevado a las niñas a sentir agrado por lo que hacen, pero en las gráficas anteriores muestran que, sí las niñas desean realizar y experimentar nuevas actividades que estén relacionadas con sus intereses y destrezas; un porcentaje menor en primaria y secundaria, refieren haberse sentido aburridas por falta de actividades para ocupar el tiempo libre. De esta manera, se evidencia la inconformidad de algunas estudiantes que ven la necesidad de realizar actividades que puedan generar una mejor formación y aprendizaje.



*Grafica 9 Cambiaría de colegio si conoce otro que ofrezca actividades para ocupar el tiempo libre?*

En ésta gráfica se observa que un gran porcentaje de estudiantes manifiestan que no se cambiarían de colegio así ese otro les ofrezca actividades para ocupar el tiempo libre, situación que posiblemente se deba a que hay un adecuado ambiente, buenas relaciones y óptimos canales de comunicación entre docentes y estudiantes, como también entre el grupo de niñas.

Pero es posible concluir que las niñas sentirían más pertenencia por la Institución Educativa, si ésta les ofreciera actividades atractivas que contribuyan con su formación y hacer buen uso al tiempo libre.

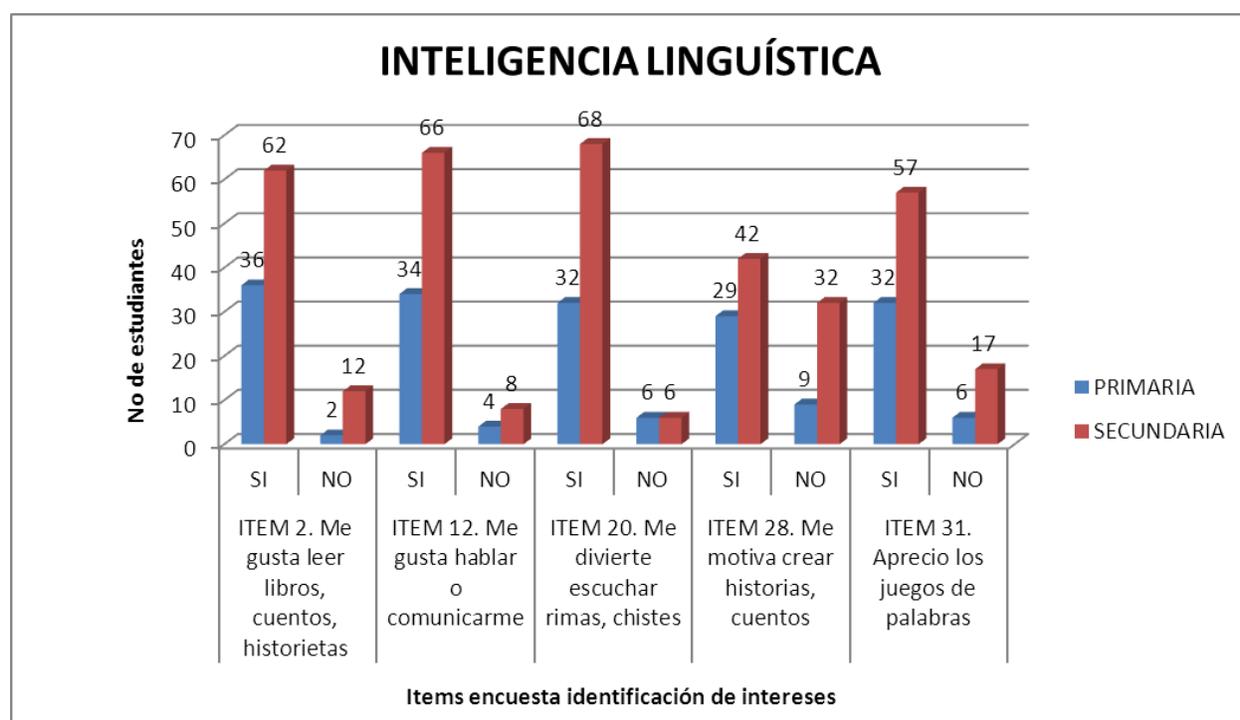


*Grafica 10 Se esforzaría por mejorar su rendimiento académico, con el fin de disfrutar de actividades lúdicas, artísticas, culturales, entre otras?*

El 89% de las niñas de primaria se esforzarían más por mejorar su rendimiento académico, si la Institución Educativa les ofreciera actividades lúdicas, artísticas, culturales, entre otras; paralelamente, un pequeño 11% de niñas de primaria, no están dispuestas a esforzarse por mejorar su rendimiento académico, así se les brinde las condiciones para realizar otras actividades. El 93% de las niñas de secundaria se esforzarían y demostrarían su mejoramiento académico, con el fin de que se implementaran actividades extraescolares, sólo el 7% no lo ven como estímulo. Finalmente, se puede deducir que en la mayoría de las niñas el desarrollo de actividades extraescolares (culturales, artísticas, lúdicas, entre otras) pueden influir de manera positiva en el rendimiento escolar, debido a que aumentaría su compromiso

académico, con el fin de poder participar y gozar de las actividades anteriormente mencionadas; situación que reafirma la importancia de implementar y formalizar este tipo de acciones en la Institución Educativa, pues contribuiría a la formación de las niñas internas, y de manera indirecta se aportaría al mejoramiento académico y a la calidad de la educación.

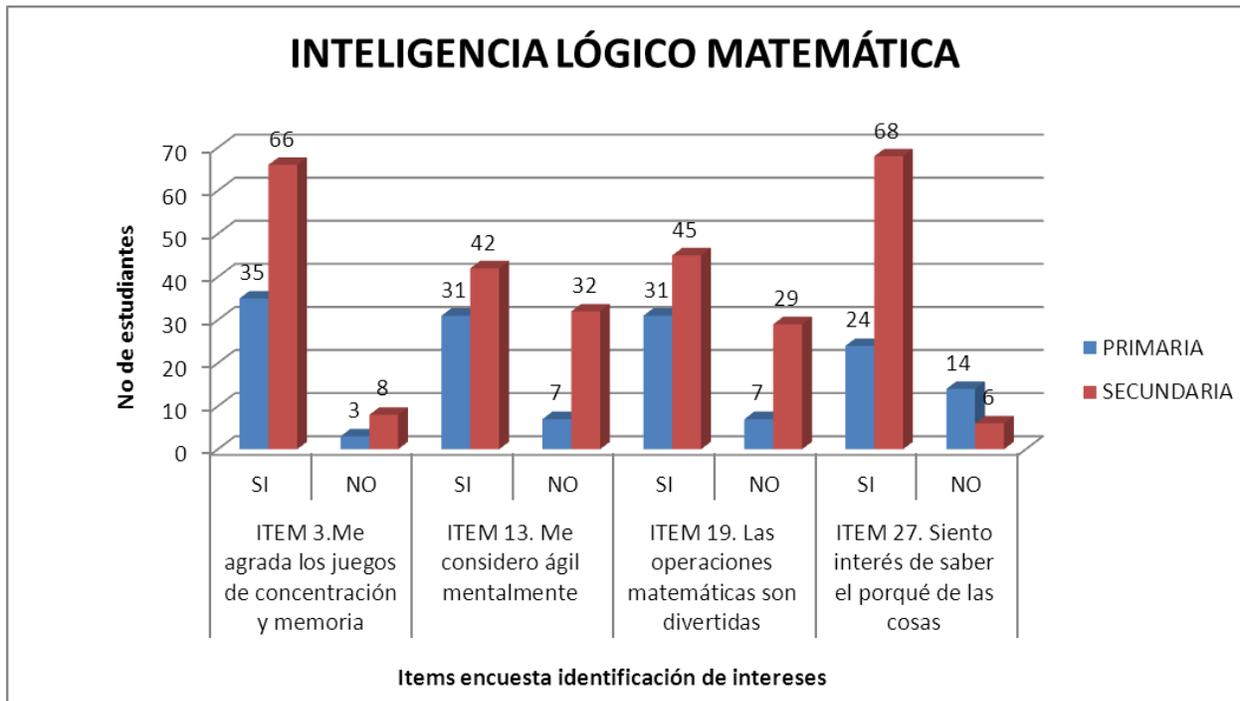
Paralelamente, se analizaron los resultados de la aplicación de la encuesta de identificación de intereses, con la cual se encontró lo siguiente:



*Grafica 11 Inteligencia lingüística*

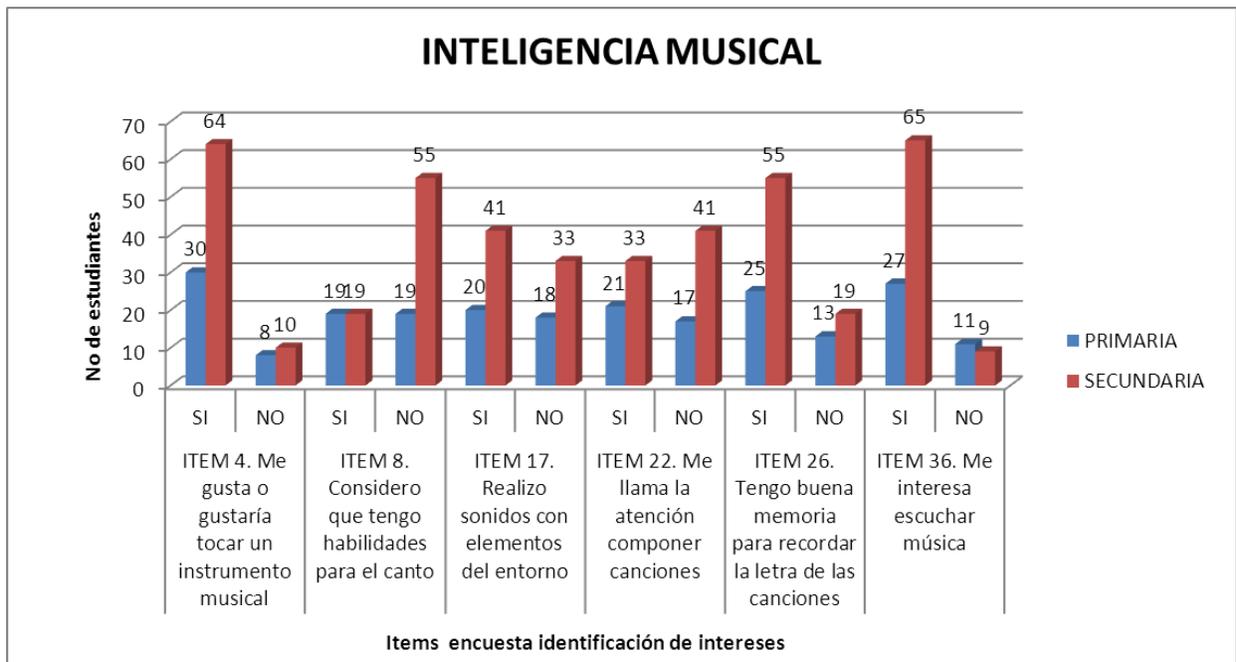
En la gráfica 11, se ve representado que las niñas de primaria como las de secundaria se sienten motivadas por realizar actividades que fortalezcan su inteligencia lingüística, pues manifiestan satisfacción por realizar actividades como escuchar rimas, chistes, hablar con compañeras, leer libros, cuentos, historietas; la actividad que menos les gusta es la de crear historietas y cuentos, situación que se evidencia tanto en las estudiantes de primaria como en las de secundaria. Para esta inteligencia sería recomendable realizar tanto con las estudiantes de

primaria como con las de secundaria actividades relacionadas como las que se desarrollan en las ludotecas, encaminadas a la creatividad con lectura de libros, cuentos, historietas, diálogo, escuchar rimas, chistes.



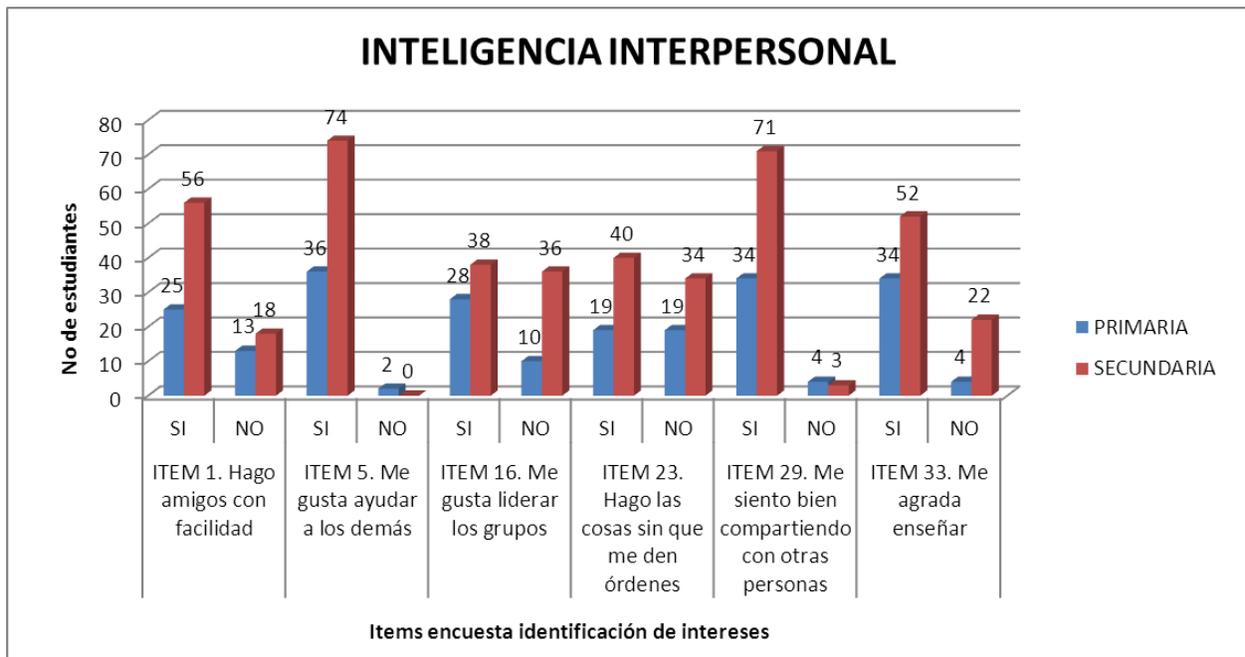
*Grafica 12 Inteligencia lógico matemática*

De los ítems que conforman la inteligencia lógico matemática, se encuentra que en promedio un 89% de las niñas de secundaria manifiestan que les agrada los juegos de concentración y memoria, como también sienten interés de saber el porqué de las cosas, postura con la que también estuvieron de acuerdo las estudiantes de primaria. Por el contrario en el ítem 13 y 19, no se observa mucha diferencia entre las estudiantes de secundaria en referencia a la respuesta SI/NO, por lo cual se hace necesario fortalecer de manera didáctica este tipo de inteligencia en las estudiantes de secundaria, debido a que algunas muestran poca motivación hacia la misma.



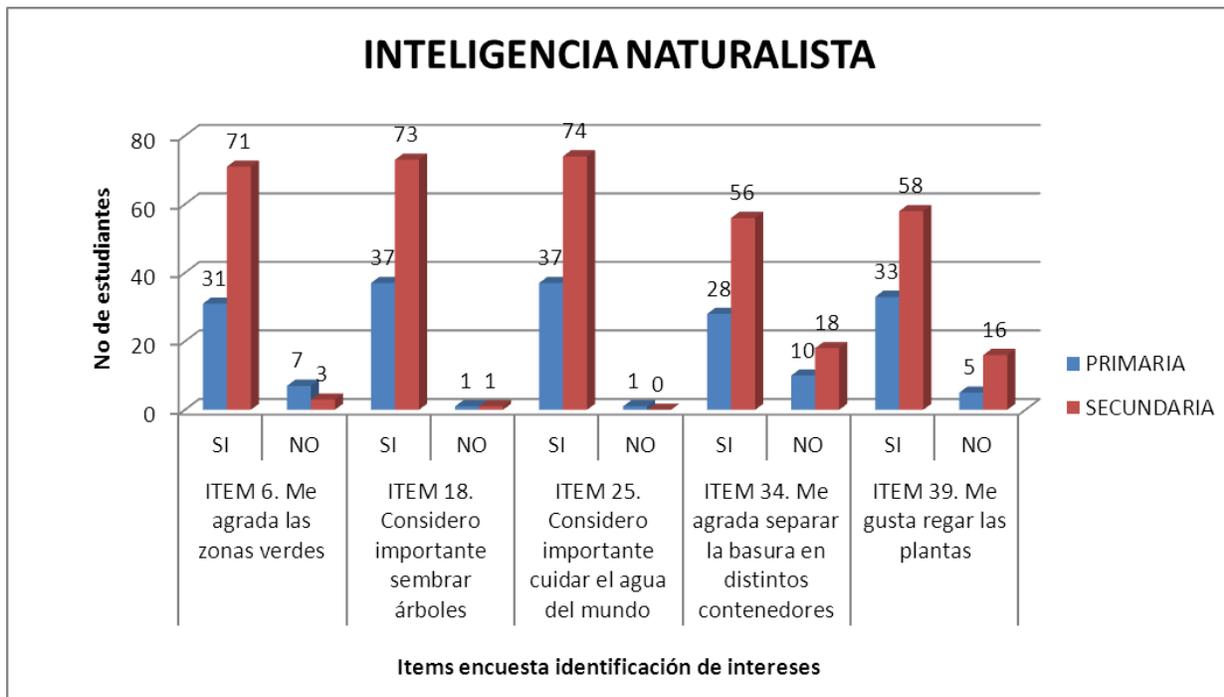
*Grafica 13 Inteligencia musical*

En la gráfica 13, se evidencia que las niñas que cursan secundaria, sienten interés por tocar un instrumento musical como también les gusta escuchar música, pero consideran que sus habilidades no son buenas para el canto. En las niñas de primaria igual, tienen iguales preferencias, pero la mitad de ellas piensan que no tienen habilidades para el canto ni tampoco realizan sonidos con elementos del entorno. Se recomienda que en los espacios de tiempo libre, se conformen grupos de música, en los cuales se promueva e incentive a las estudiantes en el aprendizaje del uso de diversos instrumentos musicales, como también de practicar el canto.



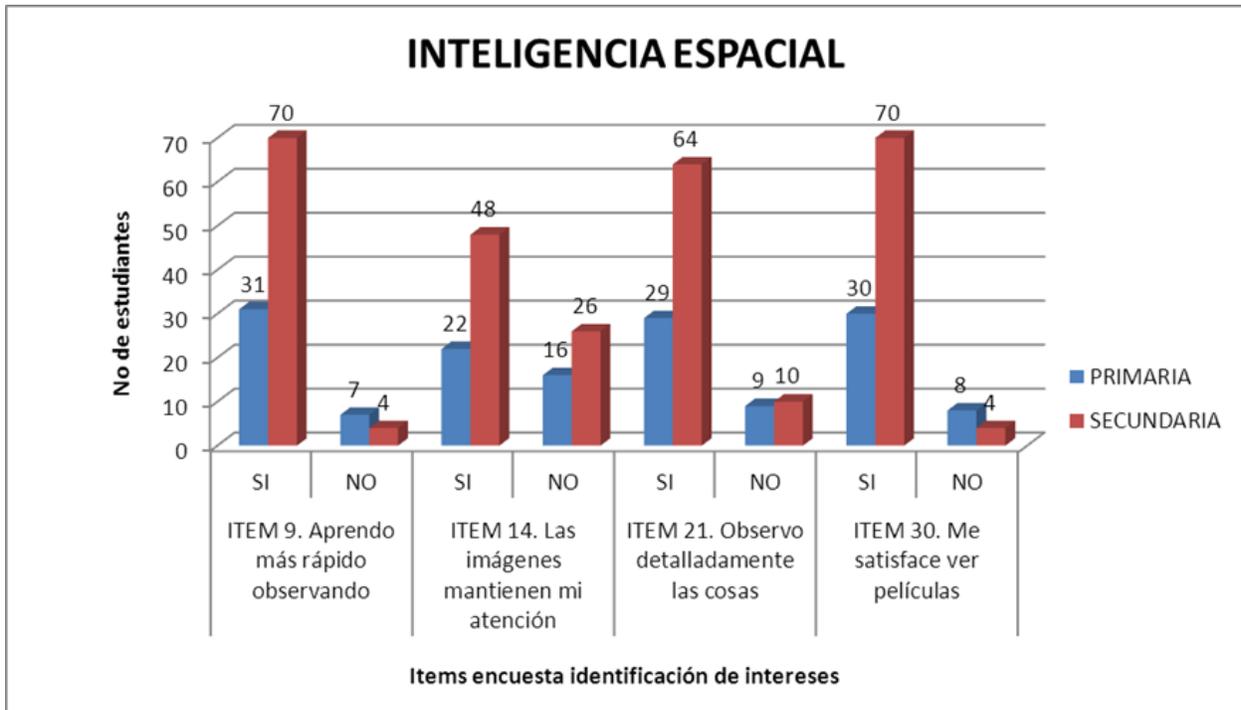
*Grafica 14 Inteligencia interpersonal*

En esta gráfica se muestran los resultados acerca de las apreciaciones que las niñas de primaria y secundaria tienen sobre la inteligencia interpersonal, encontrando que tanto las estudiantes de primaria como las de secundaria se caracterizan por encontrar gusto en el servicio a los demás, siendo este el porcentaje más alto en ambas, seguido de que se sienten bien compartiendo con otras personas y les gusta enseñar. Por otro lado, en las estudiantes de primaria y las de secundaria se evidencia un número significativo que refieren que no hacen las cosas sin que se les ordene, lo que a su vez está relacionado con el ítem 16, refiriendo que aproximadamente a la mitad de las estudiantes no les interesa liderar grupos. Por lo anterior, dentro de las diferentes actividades de ocupación de tiempo libre, es recomendable implementar espacios o acciones que promuevan el desarrollo de la autonomía y el liderazgo, las cuales a su vez estén fortalecidas con la toma de decisiones. Paralelamente, estos espacios del buen uso del tiempo libre, deben fortalecer valores que contribuyan a la buena y sana convivencia para que redunde en óptimas relaciones interpersonales.



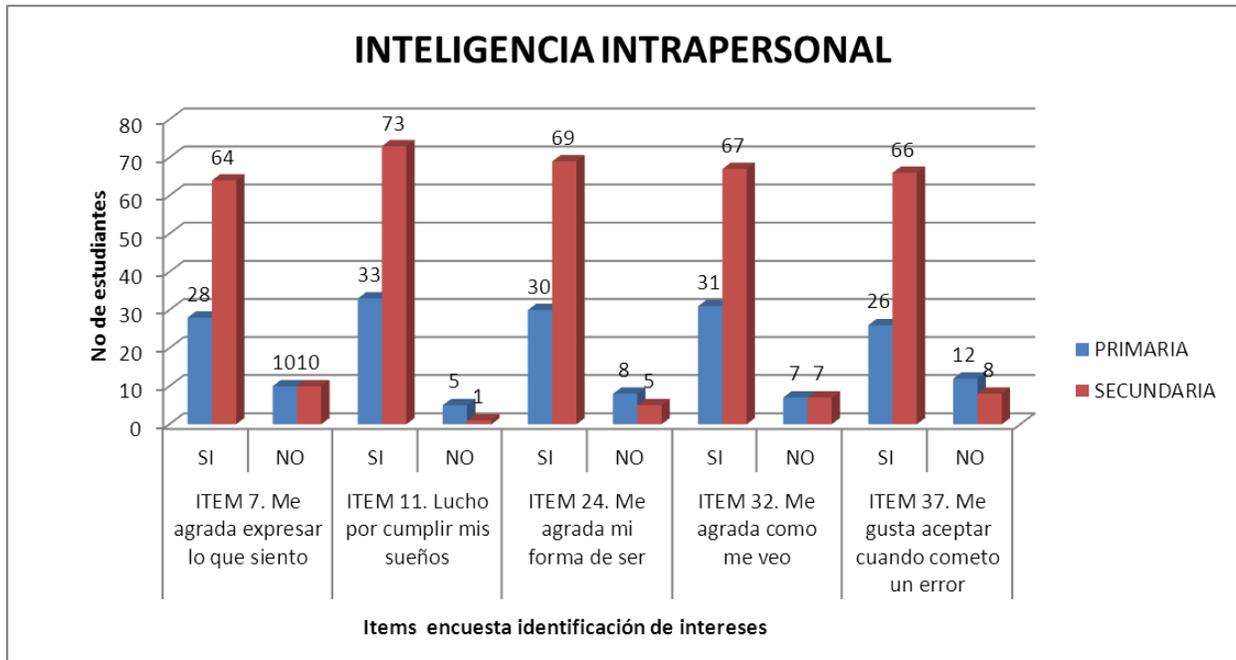
*Grafica 15 Inteligencia naturalista*

La gráfica muestra que ésta inteligencia es una de las que puntúan alto en todos los ítems, tanto en las niñas de primaria como en las de secundaria, situación que puede estar relacionada con el sector de donde viven las niñas (zona rural), como también el entorno de la Institución Educativa. Es importante que la Institución Educativa fortalezca actividades que promuevan conciencia por el cuidado y protección del medio ambiente, para aprovechar el interés y la disposición que tienen la mayoría de las escolares sobre este tema.



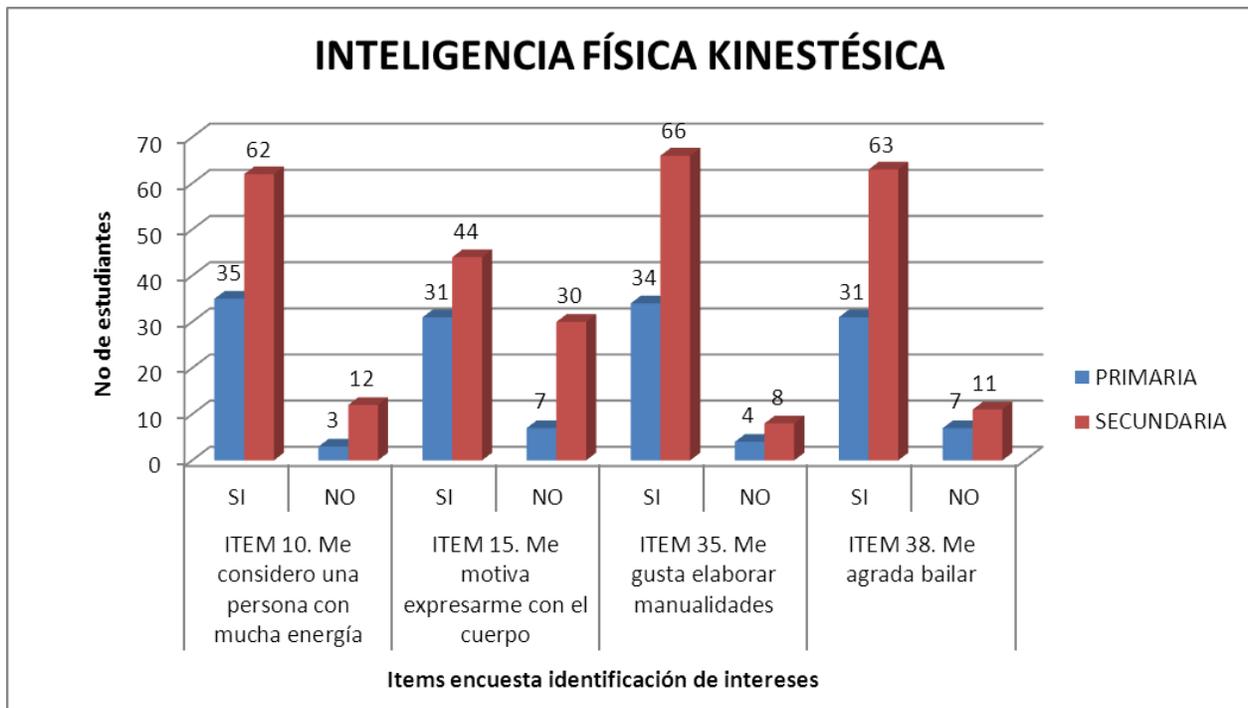
*Grafica 16 Inteligencia espacial*

De la gráfica 16 encontramos que las niñas de primaria y secundaria manifiestan que aprenden más rápido observando, siendo muy detallistas en lo que observan, les gusta ver películas. Es este orden de ideas para las estudiantes que desarrollan más esta inteligencia, se puede proponer actividades como cine foros, con el propósito de promover procesos formativos de ocupación del tiempo libre.



*Grafica 17 Inteligencia intrapersonal*

De acuerdo con ésta gráfica se puede afirmar que las estudiantes de primaria y secundaria mantienen una adecuada autoestima y auto concepto, lo que les permite expresar lo que sienten, les agrada su forma de ser, como se ven, les gusta luchar por cumplir sus sueños y aceptan los errores; un porcentaje mínimo de estudiantes manifiestan no aceptar errores y no expresan lo que sienten, por lo cual es necesario identificar e implementar actividades que les permita fortalecer esta inteligencia, la cual es trascendental en el desarrollo personal de cada una.



*Grafica 18 Inteligencia física kinestésica*

En la gráfica 18 es posible evidenciar que las niñas de primaria y secundaria muestran gran interés por realizar actividades como manualidades, baile, entre otras, que les permita canalizar esa energía que tienen. Por otra parte, aproximadamente al 41% de las estudiantes de secundaria no les motiva expresarse con el cuerpo, situación que posiblemente se debe a la etapa de la adolescencia por la que están pasando, en la que se evidencia episodios de timidez debido a los cambios físicos, hormonales, entre otros, los cuales son característicos de la edad que están viviendo; esto no quiere decir que con las estudiantes de secundaria no se pueda fortalecer esta inteligencia, puesto que se puede identificar otras actividades que les permitan sentirse cómodas y a gusto.

## 7 Discusión

La ocupación del tiempo libre es un tema que en su mayoría ha sido objeto de estudio desde el campo de la educación física y la psicología, donde se ha resaltado sus diferentes beneficios sobre la salud y como un factor protector cuando se utiliza apropiadamente en actividades deportivas y lúdicas, sin embargo no se observan investigaciones orientadas a conocer y describir los intereses de los NNA (niños, niñas y adolescentes), desde la perspectiva de las inteligencias múltiples y específicamente el tiempo libre como una oportunidad de desarrollo de habilidades y destrezas a nivel biopsicológico, permitiendo procesar información que se puede activar en un marco cultural para resolver problemas o crear productos que tienen valor para una cultura (Gardner,1999).

En este estudio se indagó la ocupación del tiempo libre y su relación con las inteligencias múltiples según Howard Gardner, en estudiantes internas de la Sede Dorian Sierra Ríos de la Institución Educativa Jorge Villamil Ortega, con el objetivo de identificar las preferencias e intereses para el uso y el buen manejo al tiempo libre.

Se evidencia que las actividades desarrolladas en el tiempo libre de las niñas de primaria y secundaria coincidieron en la opción de hablar con las amigas como la actividad con mayor frecuencia, seguido por ver televisión y escuchar música respectivamente. Por otra parte, la actividad que menos realizan las niñas de primaria y secundaria es visitar páginas web, ésta situación se debe a que en la Institución Educativa el servicio de internet es intermitente y no hay redes inalámbricas. Las actividades extraescolares en los tiempos de ocio que las niñas realizan en la Institución Educativa son escasas y poco aportan al desarrollo social, cognitivo y formativo. Estos resultados se relacionan en cierta medida con los diferentes estudios

longitudinales del INJUVE, Instituto de la Juventud en España (2001-2008), en 2007 las diez actividades más prevalentes entre los y las jóvenes fueron, en este orden: escuchar música, CDs-cintas de vídeo, etc. (92,3%); salir /reunirse con los amigos (91,9%); ver la televisión (88,2). Les siguen como actividades principales de ocio realizado: usar el ordenador (73,6%); oír la radio (70%); ir de compras (69,9%); estar con la pareja (69,6%); leer periódicos y revistas (68%); descansar/no hacer nada (63,8%); e ir al cine (61,4%). Por otra parte, los resultados obtenidos reflejan que actividades como escuchar música y ver televisión, son actividades pasivas, con poco protagonismo, que se caracterizan por la escasa creatividad y toma de decisiones.

Para Cuenca (1995), la educación del ocio con el objeto de facilitar el desarrollo de capacidades, conocimiento y sobre todo actitudes y valores, se da en tres perspectivas:

Educar “para” el ocio. Toda acción educativa que se da en un ámbito formal e institucional, encaminada a desarrollar las capacidades que permitan una ocupación efectiva y constructiva del tiempo libre. El desarrollo de currículos educativos será el responsable de la creación de esas habilidades que permiten un cambio de actitudes y valores.

Educar “en” el Ocio. Proceso enmarcado en el marco extra-institucional, cuya acción se orienta a hacer educativo el tiempo libre.

Educar “mediante” el Ocio. Acción desarrollada en el tiempo libre, con unos objetivos relacionados con el ocio.

En este sentido no cabe duda que “El tiempo libre debe entenderse no como estar libre de algo, sino también como estar libre para algo, o sea, disponibilidad para ejecutar algo que procura placer, bienestar y satisfacción, etc.” (Lobo y Menchén, 2004, 44-45).

Ahora bien, las niñas y adolescentes de la Sede Dorian Sierra Ríos se encuentran en un proceso vital de desarrollo y aprendizaje, no es un error decir que el tiempo libre y de ocio se

debe convertir en una experiencia formativa que ayude a mejorar la calidad de vida y a manifestar nuevas aptitudes, valores, conocimientos y habilidades, en consecuencia mejorar todo lo que afecta al proceso de socialización, integración y desarrollo social y comunitario.

Dentro de la encuesta realizada se observa que no existe una insatisfacción por el uso del tiempo libre, sin embargo las actividades que desarrollan habitualmente en el tiempo libre las niñas y adolescentes generalmente no tienen significación o sentido para su formación, desarrollo personal y comunitario, por un lado, y, por otro lado, las actividades que se planteen para realizar en el tiempo libre no contienen un valor formativo, de desarrollo social y de transformación social.

En la Sede Dorian Sierra Ríos, se debe orientar y entender el tiempo libre como una de las dimensiones fundamentales de la persona, siendo el tiempo libre uno de los elementos definitorios de la personalidad, entonces solo así, cabe la posibilidad de pensar y hacer reflexionar a las niñas y adolescentes, de la Sede Dorian Sierra Ríos, sobre el buen uso y distribución del tiempo libre, de ésta manera obtendrán referentes que ayudarán a pensar que existen otras maneras de vivirlo y, más aún, a reflexionar sobre las posibles formas como les gustaría vivirlo; pues en ocasiones, actividades llamadas de ocupación del tiempo libre, terminan por no tener tal condición.

En este propósito de potenciar el uso adecuado del tiempo libre en pro de la formación integral los maestros juegan un papel fundamental. Son ellos los que deben dinamizar los espacios de lúdica y aprendizaje que se gesten en la institución en un diálogo constante con las estudiantes internas que permita estructurar, evaluar y replantear objetivos y desempeños.

## 8 Conclusiones

De acuerdo con el trabajo realizado basado en la información procesada para esta investigación sobre el manejo y el buen uso al tiempo libre en la Sede Dorian Sierra Ríos de la I. E. Jorge Villamil Ortega, se ha llegado a las siguientes conclusiones:

Las niñas internas de la Sede Dorian Sierra Ríos, desean tener alternativas para el manejo y el buen uso del tiempo libre. La inexistencia de estas actividades influye negativamente en la adaptación y permanencia escolar, además no tener este tipo de actividades limita el desarrollo cognitivo y personal de las niñas y adolescentes, privándolas de la posibilidad de descubrir, explorar y desarrollar nuevas competencias que les puedan ayudar en la resolución de conflictos - gracias al autoconocimiento- y la inserción de una mejor manera en dinámicas laborales.

En cuanto a las actividades que realizan actualmente las estudiantes internas de la Sede Dorian Sierra Ríos, de la Institución Educativa Jorge Villamil Ortega. Se puede concluir que en mayor medida las estudiantes de primaria, hablan con amigas y ven televisión, mientras las de secundaria dialogan con sus amigas y escuchan música. Y por modelamiento de los maestros observan y refieren prácticas como el trabajar frente al computador y leer.

Con las actividades que realizan actualmente dentro del uso del tiempo libre, las estudiantes internas de la Sede Dorian Sierra Ríos fortalecen los lazos de amistad y hermandad entre los diferentes grados puesto que hablan con amigas, y usan medios de distracciones comunes como ver televisión y escuchar música.

La Institución Educativa ofrece actividades para ocupar el tiempo libre, principalmente para las niñas de secundaria, como son los entrenamientos para la banda marcial, de football femenino, sin embargo las niñas estudiantes refieren que desean tener alternativas en estos espacios, que les generen satisfacción personal, direccionándola en el fortalecimiento de talentos, destrezas o habilidades.

Con respecto a las necesidades de las estudiantes internas en sus procesos de formación y uso del tiempo libre, no existe claridad, pues refieren que desean mayores actividades que contribuyan a su fortalecimiento de destrezas y habilidades, a pesar que manifiestan que las actividades de ocupación de tiempo libre les permitirían explorar, identificar y desarrollar sus habilidades y destrezas, las cuales están determinadas en cada persona por los tipos de inteligencia que han explorado durante las diferentes etapas del ciclo vital, no necesariamente las actividades están encaminada a fomentar esas habilidades.

En cuanto a la inteligencia lingüística, las niñas refieren agrado por realizar actividades como escuchar rimas, chistes, hablar con compañeras, leer libros, cuentos, historietas, desde ese punto de vista se hace imperativo que desde la Institución se desarrollen ejercicios tendientes a la lectura de libros, cuentos, historietas, diálogo, escuchar rimas, chistes.

En cuanto a la inteligencia lógico matemática, se evidencia un gusto por los juegos de concentración y memoria, como también la existencia de interés por explicarse el porqué de las cosas, por lo cual se hace necesario fortalecer y explorar de manera didáctica este tipo de inteligencia.

Al respecto de la inteligencia musical se evidenció que las estudiantes tienen poco interés por tocar un instrumento musical, disfrutan escuchar música, por lo que se recomienda que para el tiempo libre, conformen grupos de música, en los cuales se promueva e incentive a las niñas estudiantes el aprendizaje del uso de diversos instrumentos musicales, como también practicar el canto.

Es importante, que en la Institución Educativa se fortalezcan actividades que promuevan la conciencia por el cuidado y protección del medio ambiente, para aprovechar el interés y la disposición que tienen la mayoría de las escolares sobre este tema.

Finalmente, en el caso de las estudiantes del internado de la Sede Dorian Sierra Ríos de la Institución Educativa Jorge Villamil Ortega, encontramos que pese a que no existen otras actividades de ocupación del tiempo libre, la mayoría de las estudiantes manifiestan no sentirse aburridas, posiblemente una de las razones puede ser que las estudiantes que si manifestaban este tipo de situación ya no se encuentran estudiando en el colegio, como también las niñas y jóvenes han tenido que acostumbrarse a un estilo de vida que potencialmente podría brindarles nuevas experiencias para su aprendizaje personal.

## 9 Recomendaciones

Introducir formalmente una estrategia de ocupación y buen manejo al tiempo libre en el internado, especialmente los fines de semana, donde las niñas y adolescentes disponen de más tiempo libre que permita explorar y desarrollar otras habilidades y destrezas que generalmente los currículos académicos no desarrollan y así brindar nuevas oportunidades de desarrollo convirtiéndola en una verdadera educación integral.

Las iniciativas aquí propuestas han sido concebidas a partir de la observación y análisis realizado por maestros, padres de familia y las mismas estudiantes internas, frente al inadecuado uso y ambiente que actualmente se propicia en la institución durante el tiempo libre.

Para llevar a cabo las actividades la Institución Jorge Villamil Ortega, en la Sede Dorian Sierra Ríos cuenta con las instalaciones para llevarla a cabo; en cuanto al personal docente, administrativo y psicóloga están dispuestos a liderarlas. Los maestros que durante el periodo lectivo les corresponde pernotar en el internado algunos fines de semana, serán los encargados de dinamizar los proyectos en el tiempo libre de las estudiantes. Es igualmente importante la participación activa de padres de familia en el proceso, para que reconceptualicen la educación que están recibiendo sus hijas y redefinan el papel del colegio.

También la Institución estaría dispuesta a hacer convenios con entidades como Alcaldía, Gobernación, para que destinen recursos sobrantes de vigencias anteriores; el Servicio Nacional

de Aprendizaje para que vincule instructores que guíen las actividades, y proveedores de insumos que promuevan acuerdos de responsabilidad social empresarial con la Institución; en general instituciones públicas y privadas que deben fomentar principios y valores que impulsen democracia, pluralidad que llegue a las niñas de la Sede Dorian Sierra Ríos.

Igualmente será oportuno el compromiso de las directivas de la Institución para que gestionen la vinculación de profesionales y/o dinamizadores en las diversas áreas y espacios de la Institución en que se ubican las actividades. En este propósito se recomienda el establecimiento de convenios con entidades tanto del orden privado como público, pensando en la extensión de presupuestos y unificación con programas externos que potencialicen los procesos pensados para el tiempo libre.

**- El Maravilloso Mundo de la Lectura:** con ésta actividad se pretende que las niñas y jóvenes de la Sede Dorian Sierra Ríos, se acerquen al mundo de la lectura, además de ampliar el dominio del lenguaje su comprensión y fortalecer la capacidad lectora de las niñas. La actividad se estructuraría en jornadas de lectura y disertación colectiva en un espacio amplio de la Institución, diferente al que frecuentan en clases, para conseguir iniciar o reforzar a las niñas de la Sede en el mundo de la lectura, favoreciendo el gusto por ser lectoras, ampliando sus conocimientos e imaginación. También se pretende potenciar los aspectos básicos de la capacidad lectora como son la expresión oral y escrita, la agilidad y la entonación; fomentar el desarrollo y perfeccionamiento del lenguaje, mejorando la ortografía, y así, de esta manera permitirles

ampliar el vocabulario como también la memoria y la capacidad de síntesis; desarrollando la imaginación y la creatividad de las niñas de la Sede.

- **Guardianes de nuestro planeta:** Actividad para generar en las edades tempranas y realizar un cambio de conciencia, en las jóvenes de la Sede Dorian Sierra Ríos, sobre el medio ambiente, con la idea de acelerar el proceso del cuidado y mantenimiento del planeta para que aprendan curiosidades sobre el reciclaje y diferentes formas de cuidar el medio ambiente, abordando temas como el consumo responsable, el cambio climático, el desarrollo sostenible contra el impacto negativo sobre la biodiversidad, el uso razonable de las materias primas y las fuentes de energía, reforestación. Potenciar la sensibilización, implicación y compromiso adaptado de acuerdo a las edades de las niñas y jóvenes de la Sede, incitándolas a la creación de un grupo o club de protección del planeta, donde ellas serán las protagonistas en la concienciación ciudadana a favor de un planeta más verde y ecológico. Se estructuraría desde el análisis de la situación actual, un estudio del pasado y la idea de mejorar el futuro; a través de actividades lúdicas y vivenciales. Para que las niñas de la Sede Dorian Sierra Ríos, aprendan y comprendan el vocabulario relacionado con los contenidos sobre el medio ambiente, ecología, reciclaje y más; adquieran conocimientos, valores y cambios en la actitud de fomentar el respeto y la conservación de la biosfera además de llevarlas a sensibilizarlas con la problemática ambiental y sus posibles soluciones para que así desarrollen actitudes favorables al cuidado y mejora del medio ambiente para que conozcan fuentes alternativas de energía, materias primas y alimentación ecológica.

-**Vamos a la Huerta:** La implementación de la huerta escolar presentaría, para las niñas internas de la Sede Dorian Sierra Ríos, la oportunidad para desarrollar el trabajo en grupo, permitiendo la

práctica de los conceptos de sociabilidad, cooperación y responsabilidad lo que contribuiría de una manera u otra al desarrollo social y económico de la familia, la sociedad y el país. La huerta escolar es importante porque sería un lugar donde se realizarían experiencias educativas y formativas que ayudarían al desarrollo de capacidades motrices, sensitivas y expresivas además de que adquieran hábitos y actitudes relacionadas con el bienestar y la seguridad personal, la higiene y el fortalecimiento de la salud. También que valoren la importancia del medio natural y la calidad para la vida humana teniendo en cuenta la observación y exploración de su entorno físico y social para que identifiquen, planteen interrogantes y problemas a partir de la experiencia. Otro propósito de la huerta escolar, sería la creación de una fuente de alimentos para el abastecimiento de la cocina para la dieta de las niñas de la Sede.

Actividad que estaría dirigida para las niñas desde las edades más tempranas hasta las jóvenes de bachillerato, quienes aprenderán a ser conscientes y responsables de su entorno; también adquirirían conocimientos sobre la naturaleza, la agricultura y la nutrición además que sería un lugar donde las parcelas de hortalizas se convertirían en laboratorios de aire libre, espacio para el juego, área de estudio además que generaría cambios. Desde el área de ciencias naturales se liderarían las actividades de siembra, abono, riego y reflexión de la importancia de la alimentación sana.

**- La Informática a nuestro Alcance:** Es una actividad que de acuerdo a las edades de las niñas y jóvenes de la Sede Dorian Sierra Ríos, esta actividad se estructuraría para que las niñas desde temprana edad se familiaricen con esta herramienta de aprendizaje y de trabajo de estos nuevos tiempos que están viviendo, las niñas y jóvenes de la Sede aprenderán de forma gradual, lúdica,

divertida y explorando desde los niveles básicos de la informática; para que vayan adquiriendo destrezas que ayuden a sus conocimientos y manejos del computador, desde la parte física hasta la creación de un blog grupal, con la supervisión de profesores del área vinculados o que sean asignados a la institución. Con esta actividad también se pretende que aprendan el uso y mantenimiento del computador como herramienta de aprendizaje y comunicación ampliando el vocabulario informático para hablar con propiedad y manejar tecnicismos acerca de la materia y así conozcan los sistemas y los programas primordiales que sirven de herramientas para organizar y mejorar el trabajo en el computador; acercar las redes de comunicación que componen el internet, como vía de transmisión de información, conocimiento y comunicación para fomentar la capacidad de análisis y criterio propio para promover la seguridad y privacidad del menor dentro de la red.

**-Aprendo una Segunda Lengua (Inglés):** Es una actividad que puede resultar de gran utilidad para las niñas y jóvenes de la Sede Dorian Sierra Ríos, la idea sería familiarizarlas y acercarlas a la lengua inglesa; cada nivel se adaptaría a los conocimientos iniciales, lo cual se haría de acuerdo a las edades y teniendo en cuenta que adquirirán conocimientos y expresiones habituales de otra lengua y cultura mediante el juego, actividades lúdicas, integración grupal y la diversión con sus compañeras haciendo y compartiendo recreaciones cotidianas. Con el fin de acercar a las niñas de la Sede a una lengua extranjera por medio del juego y de actividades lúdicas creativas para que adquieran vocabulario y expresiones en otro idioma como base para futuros aprendizajes y así conseguir la comprensión de mensajes que puedan surgir en las situaciones habituales de comunicación utilizando procedimientos verbales que permitan establecer

comunicación en otro idioma en escenarios cotidianos, además de conocer la cultura, las tradiciones y la geografía de otros países vinculados a la lengua estudiada.

**-El Ajedrez el Deporte Ciencia:** Está comprobado que la práctica del Ajedrez tiene múltiples beneficios en el desarrollo de las diferentes áreas de la capacidad intelectual del niño, ayudando a estructurar la mente, la memoria visual, el razonamiento lógico-matemático y a la inteligencia emocional. Durante el juego, el niño debe aprender a tomar decisiones, fomentando así una capacidad de análisis y seguridad en sí mismo; aprendiendo a superar posibles conflictos.

Con ésta actividad se propone que las niñas y jóvenes de la Sede Dorian Sierra Ríos, aprendan y practiquen este deporte de mesa, donde la inteligencia y el cálculo son dos compañeros para desarrollar óptimos movimientos y disfrutar el juego. Fomentando la iniciativa y la capacidad de resolver disyuntivas, las niñas y jóvenes van aprender las reglas y fundamentos de dicho deporte.

Se estructuraría en sesiones, donde haya una parte teórica y que siempre vaya acompañada de la parte práctica donde se fomente la capacidad de análisis y una buena ejecución de movimientos dentro de la partida, dando importancia a la evaluación de jugadas como forma de aprendizaje de las partes básicas del deporte. De ésta manera de lograría conseguir fomentar en las niñas y jóvenes de la Sede Dorian Sierra Ríos, la concentración, atención y memoria como elementos básicos del desarrollo intelectual; además que adquieran una buena capacidad de análisis, anticipación durante el juego y que aprendan a solucionar conflictos. También incidir en el desarrollo lógico-matemático de las niñas y jóvenes del internado, durante el aprendizaje y práctica de este deporte. Que conozcan, practiquen las tácticas y estrategias ajedrecistas básicas adaptadas a las edades de las niñas y jóvenes internas de la Sede Dorian Sierra Ríos, luego

desarrollen la inteligencia y coeficiente, mejorando el rendimiento escolar a través de actividades temáticas.

**-Mis Inicios en el Pentagrama:** El niño a través de la música puede expresar con mayor libertad e intensidad, toda la diversidad y riqueza de su mundo interior, sus ideas y estados de ánimo, contribuyendo al desarrollo de una comunicación sana y creativa del niño con el medio y las personas que lo rodean.

Con ésta actividad se pretende que las niñas y las jóvenes de la Sede Dorian Sierra Ríos, se acerquen al mundo de la música a través del ritmo y la música donde las niñas y las jóvenes internas además de disfrutar habrá cabida para la expresión corporal y musical donde los sonidos producidos por el cuerpo y los instrumentos serán el eje motor. Se abordarán aspectos propios de la disciplina musical adaptados a la edad de las niñas estudiantes del internado, teniendo aprendizaje de lecto-escritura musical (pentagrama musical y las notas), audición musical, entrenamiento de la escucha, discriminación de sonidos habituales, distinción de los contrastes básicos, práctica vocal e instrumental. También se incentivará la creación de ritmos y movimientos, así como la construcción de instrumentos y elementos musicales básicos.

Se estructuraría desde la vivencia y participación activa, de esta manera van desarrollando la imaginación, la creatividad, la sensibilidad, la concentración y la atención; además que mediante el juego se les enseña a escuchar con atención, a familiarizarse con nuevos sonidos jugando con instrumentos, a reconocer y apreciar el silencio, a crear e inventar ritmos y melodías.

También les permitirá desarrollar las bases fundamentales para el estudio de la música: rítmicas, auditivas, vocales e instrumentales, fomentar la música como fuente de formación y de enriquecimiento personal así como trabajar la coordinación, la armonía y el control del

movimiento corporal y aprender juegos musicales como fuente de diversión y aprovechamiento del ocio y el tiempo libre; desde luego a través de la música armonizaran todas las facultades humanas: físicas, afectivas, intelectuales, creativas e intuitivas, contribuyendo al desarrollo integral de las niñas.

**-Ludoteca Infantil:** Estaría dirigida a las niñas de preescolar y primaria de la Sede Dorian Sierra Ríos, con la ludoteca las niñas tendrán un espacio recreativo que tiene como primera misión favorecer la socialización a través del juego. Para ello se crearía un espacio adecuándolo con los elementos lúdicos necesarios, además favorecer el juego libre, la ludoteca ofrecería diferentes “rincones” con temáticas y objetivos distintos: el teatro, la música y las manualidades donde se trabajarían de manera tanto individual como grupal, promoviendo las destrezas y habilidades tanto psicomotrices, como intelectuales y sociales.

La actividad lúdica beneficia a las niñas internas de la Sede Dorian Sierra Ríos, en la autoconfianza, la autonomía y la formación de la personalidad, así convirtiéndose en una actividad recreativa y educativa primordial.

La ludoteca infantil se organizaría desde la vivencia y participación activa, de esta manera las niñas internas de la Sede Dorian Sierra Ríos, van desarrollando la coordinación, la orientación, el equilibrio, la concentración y la atención; favoreciendo el desarrollo motor, intelectual y socio-afectivo además de estimular la creatividad a través del juego y otras actividades lúdicas: juegos, manualidades, talleres, música, canciones, técnicas de expresión corporal y artística, etc., donde aprenderán nuevas actitudes y valores sociales positivos, basados en la cooperación, la igualdad, la solidaridad y el respeto mutuo entre las niñas. También fortalecer la psicomotricidad fina, psicomotricidad gruesa, desarrollar técnicas y realizar juegos que

beneficien la relación entre las niñas y el apoyo mutuo, así como también la desinhibición y la autonomía personal.

**-Me Inicio en las Artes Plásticas:** Esta actividad favorece la imaginación y la capacidad de creación espontánea de los niños, a partir de técnicas y recursos variados: dibujo, pintura, modelado, reciclaje, maquillaje, música, decoración, expresión corporal, improvisación, etc., todo desde una perspectiva lúdica, distendida y divertida para encauzar la creatividad, de los niños, de manera eficaz y positiva.

De esta manera se busca que las niñas internas de la Sede Dorian Sierra Ríos, descubran su lado creativo, el cual puede ayudar a reflejar y consolidar su salud emocional y, lo conviertan en una herramienta de expresión ayudando a su desarrollo físico y psicológico; desde una perspectiva de actividades grupales e individuales se pretende favorecer aspectos sociales y de convivencia entre las niñas internas de la Sede Dorian Sierra Ríos, además de aspectos relacionados con la psicomotricidad fina y la expresión artística.

En este orden de ideas, se favorecería la desinhibición de las niñas internas, por medio de técnicas didácticas de expresión artística en todas sus facetas: oral, escrita, pictórica, musical, corporal para que experimenten el placer de crear con sus propias manos o pensamiento y aprendan a valorar el resultado final obtenido de forma global. También que conozcan diferentes técnicas de manualidades, diferentes materiales con los que puedan realizar y plasmar su creatividad favoreciendo el gusto por pensar, diseñar y crear a partir de elementos variados, haciendo énfasis en el uso de materiales reciclables o de deshecho para la creación de objetos útiles y decorativos.

**-En el Taller de Dibujo y Pintura:** Es una actividad que favorece a las niñas y jóvenes internas de la Sede Dorian Sierra Ríos, porque está basada en la experimentación, el descubrimiento y la expresión de las propias experiencias, además beneficia la capacidad de percepción, la libre expresión, la organización del pensamiento, también conocerían la combinación de diversas técnicas de dibujo y pintura, experimentarían con el volumen, las texturas o la composición.

A través de esta expresión artística las niñas internas tendrían la oportunidad de comunicar y expresar cómo son, sus pensamientos, sus sentimientos. Es donde establecen contacto con la realidad y el ambiente que les rodea, aprenden a conocer y a manejar sus gestos, el espacio, las formas y los colores, agudizando el sentido de la observación y aptitud para esquematizar, también sería una demostración del nivel de madurez y puede constituir una medida en su nivel de desarrollo.

La actividad pretende mejorar las capacidades implicadas en el desarrollo de las niñas internas, facilitando la expresión y la comunicación así como la creatividad, se plantea como una actividad muy completa donde se trabajaría teoría básica, exploración y experimentación de la propia creatividad de las niñas. También se despertaría el interés y la curiosidad por la pintura el dibujo, descubriendo las capacidades artísticas y creativas donde aprenderían a representar e interpretar la visión del mundo que las rodea expresando ideas, sentimientos o vivencias mediante procedimientos pictóricos; incidiendo en el conocimiento y práctica de los fundamentos básicos del dibujo y la pintura como son la imagen, el color, la forma, la textura, para que dominen los distintos procedimientos, recursos, técnicas de dibujo y pintura (acrílico, óleo, carboncillo, lápiz, ceras).

**-Baile Moderno, Tradicional y Folclórico:** La incorporación del baile como elemento educativo, ofrece la oportunidad de integrar los planos físico, intelectual y emocional del desarrollo de las niñas y jóvenes internas de la Sede Dorian Sierra Ríos. La danza, además de ser un movimiento expresivo y de comunicación social, se convierte en un medio más para conseguir una educación integral, fomentando a través de ésta el conocimiento, la aceptación y el dominio del cuerpo, lo que favorece ampliamente la relación con el mundo que las rodea. Con esta actividad se garantiza la diversión mediante la música, el ritmo y el ejercicio físico, desarrollando la coordinación de movimientos y la expresividad del cuerpo, así como la atención y la concentración.

Ésta actividad les conllevaría, a las niñas internas de la Sede Dorian Sierra Ríos, el buen mantenimiento físico y mental, mejorando aspectos de elasticidad y tonificación muscular proporcionando confianza y seguridad en sí mismas. Además aprenderían a socializarse y dejar de un lado la timidez. El trabajo en grupo les daría mayor conocimiento del esquema corporal y de interacción con el espacio.

La práctica del baile moderno, tradicional y folclórico, estaría orientado de forma que las niñas internas, puedan vivenciar la danza por medio de trabajos individuales y grupales, centradas en técnicas y juegos de expresión, esquema corporal y armonía postural. Así como el aprendizaje de pasos básicos (coreografías) e improvisación de movimiento y sentimiento.

Así, se propiciaría y se promovería el desarrollo de la expresión personal, de emociones y sentimientos, a través de los elementos técnicos del baile, además de favorecer el esquema corporal, la plasticidad, el control postural mediante ejercicios que mejoran las capacidades físicas generales de las niñas. Se fomentaría el sentido rítmico mediante el equilibrio entre la percepción auditiva, la representación mental del movimiento y la realización de éste al mismo

tiempo, además desarrollar el sentido espacial a partir del ajuste continuo de la acción motora en el espacio, la proyección de los gestos y otras prácticas que lo beneficien, utilizando el cuerpo como instrumento de representación y comunicación, contribuyendo con ello al equilibrio afectivo, la relación con los otros y la construcción de personalidad.

**-Teatro, Expresión Corporal y Monólogos:** Estará dirigida principalmente a la niñas de preescolar y primaria principalmente, pues esta actividad reúne un conjunto de técnicas y dinámicas que permitirán a las niñas internas de la Sede Dorian Sierra Ríos, desarrollar capacidades como la expresión, imaginación y comunicación poniendo en práctica la creatividad mediante el lenguaje del cuerpo y pequeñas representaciones teatrales.

Con la práctica del teatro y la expresión corporal, así como la aplicación de dichas técnicas a sus vidas desde edades tempranas, ayuda al desarrollo de una personalidad sana y equilibrada: seguridad en sí mismas, autocontrol, trabajo en equipo, expresión oral en público, expresión de emociones, resolución de conflictos, etc. Para ello, a lo largo de la actividad se utilizarían amplias y variadas técnicas de expresión corporal, verbal y de juego dramático.

Con Teatro, Expresión Corporal y Monólogos, se aspira a mejorar y desarrollar las diferentes capacidades y habilidades que intervienen en la formación integral de las niñas internas de la Sede Dorian Sierra Ríos, para contribuir al mejoramiento de la expresión oral, y facilitar el control de los movimientos corporales, proporcionándoles así una mayor seguridad y equilibrio emocional. Se estructuraría de manera participativa, fomentando la cooperación y el trabajo en grupo, estimulando la reflexión sobre las distintas tareas, de ésta manera convirtiéndose así en un vehículo extraordinario para transmitir valores de tolerancia, respeto, solidaridad y crítica.

Para así, estimular el desarrollo de las capacidades cognitivas, emocionales, simbólicas y sensorio-motrices para lograr la desinhibición para que venzan los diferentes obstáculos dentro de las relaciones sociales y que mejoren el auto-concepto, aportando elementos para la adquisición de lenguajes corporales, sonoros, visuales, dramáticos ayudando a la conformación de nuevas estructuras, y de ésta manera desarrollar habilidades en las niñas internas, que les permitan comunicar sentimientos, opiniones y afectos de manera asertiva. Además incitar, ayudar y fomentar el placer por la lectura y la expresión oral, para la representación teatral.

**-Taller Manualidades:** La expresión y la representación artística hace parte integral del proceso educativo. Así, las niñas internas de la Sede Dorian Sierra Ríos, tendrían la posibilidad de desarrollar la sensibilidad, originalidad, la creatividad necesaria en todas las facetas de la vida. Con ésta actividad se pretende alcanzar el desarrollo de la creatividad, las destrezas, enriquecimiento de la imaginación, las posibilidades de la expresión mediante materiales y técnicas nuevas. En éste taller de manualidades se abarcaría la modistería, bordados a mano, bisutería, crochet, etc. Se estructuraría de manera participativa activa, así de lograría potenciar la capacidad creadora, comunicativa y perceptiva como también estimular la coordinación visomotora, habilidad manual y técnica para que enriquezcan y valoren las diferentes manifestaciones artísticas. Es importante tener en cuenta la creación y producción de las niñas internas, valorando las obras que salgan de sus manos, además prestar atención a la motivación, que aprendan lo importante que es el reciclado y utilizar diferentes materiales de desecho para la realización de nuevos objetos artísticos, también desarrollar la atención y la concentración en el proceso manipulativo de los trabajos a desarrollar.

Estaría dirigido a las niñas internas de primaria, de la Sede Dorian Sierra Ríos, con el fin de desarrollar la capacidad creativa e imaginación a través del trabajo manual.

**El Sartén por el Mango (Taller de Cocina):** Se ha puesto de moda la cocina, es una realidad. Pero desde pequeños nos ha llamado la atención jugar a la cocina y a la comida, intentando realizar recetas y jugar con nuestros amigos y amigas. Entonces, aprovechar esta moda social para darle un enfoque educativo, trabajar desde la cocina contenidos y destrezas vitales para las niñas internas de la Sede Dorian Sierra Ríos; ya que la cocina ayuda a potenciar la creatividad, el trabajo en equipo y desarrollar la autoconfianza.

Esta actividad estará enfocada para las niñas internas de primaria y bachillerato, con el fin de concienciar a las niñas internas de la importancia de una buena alimentación sana y equilibrada. Además desarrollaran la motricidad fina, la creatividad artística, la imaginación, el compañerismo y la concentración, a través de la realización de diferentes platos y mediante el uso de todo tipo de alimentos.

Se estructuraría de manera participativa activa y vivencial, reforzarían hábitos saludables, como lavarse las manos, lavar los alimentos, así como la diferencia entre alimentarse, comiendo todos los alimentos necesarios para estar sanos, y comer, hacerlo divertido y curioso para que las atraerlas y disfruten de la alimentación. De esta forma las niñas internas de la Sede Dorian Sierra Ríos, trabajarán numerosas recetas con alimentos de todo tipo, para que ellas afronten la dualidad; asociando la comida sana y equilibrada con la diversión. Además se buscará la separación de sabores que ayudaran a planificar las recetas, éste será la base principal de la actividad, teniendo en cuenta las edades de las niñas internas y sus habilidades desarrollando conocimientos básicos para que creen sus propias recetas. También se fomentará el interés y la

responsabilidad del trabajo en equipo a la hora de elaborar recetas, con ello se pretende generar comunicación entre grupos; para potenciar la autonomía, la participación activa, la toma de decisiones, favoreciendo las relaciones interpersonales. Las niñas internas de la Sede Dorian Sierra Ríos, se beneficiarían en el desarrollo de la autonomía personal a la hora de realizar recetas, teniendo oportunidad y el espacio para proponer ideas y llevarlas a cabo; con esto se trabajaría la autoconfianza desarrollando una actitud de respeto hacia sí mismas y hacia los demás a la hora de probar los platos elaborados.

Durante la actividad la idea será crear un recetario, el cual las niñas internas pueden llevarlo al final de cada semestre o año. Cabe resaltar que la Institución Educativa cuenta con las condiciones físicas para el desarrollo de la actividad, y es pertinente que la administración del plantel destine rubros para adquirir más y diversos ingredientes a las jornadas de culinaria.

**-Talleres de Psicomotricidad:** Está dirigida en especial para las niñas internas de preescolar y primaria de la Sede Dorian Sierra Ríos. Es una propuesta que desarrollará en las niñas internas la toma de conciencia de sí mismas y establezcan relaciones con el entorno que les rodea, a partir de percepción y el manejo de su propio cuerpo. Con ello aprenderán a mejorar el equilibrio, a coordinar sus movimientos y desarrollar correctamente la motricidad.

Es bien sabido, que las niñas y los niños se inician en el mundo del juego, a través de ejercicios y técnicas adaptadas a la edad, teniendo en cuenta lo anterior, las niñas internas de la Sede Dorian Sierra Ríos, se beneficiarían porque desarrollarían sus capacidades motrices y psíquicas, expresivas y creativas, lo que conllevaría a centrar su actividad a la coordinación, la flexibilidad, la armonía y técnicas de relajación; sin dejar atrás la actividad física y el carácter lúdico que

recibirían, incorporarían valores positivos importantes para la convivencia y la cooperación entre ellas.

Los Talleres de Psicomotricidad, se estructurarían desde la vivencia y la participación activa, así las niñas internas de la Sede Dorian Sierra Ríos, van desarrollando potenciales como la coordinación, la orientación, el equilibrio, la concentración y la atención. Se organizará de manera que las más pequeñas se guíen por una rutina que les dé seguridad, enmarcadas con pautas básicas de presentación, de higiene, de limpieza y orden además de secuencias de actividades psicomotrices.

Con éstos talleres se pretende desarrollar las destrezas motrices básicas: coordinación, armonía y el control del movimiento de las niñas internas, además de practicar el juego motriz como forma de diversión y aprendizaje de los patrones motores como son la velocidad, el espacio y el tiempo y así fomentar la percepción del equilibrio mediante el conocimiento de los tres ejes de simetría o direcciones del espacio; para que asimilen las capacidades expresivas y creativas, a partir del movimiento, juegos motrices y psíquicos, también para que utilicen diferentes elementos y objetos que faciliten el desarrollo de la psicomotricidad tanto fina como gruesa de las niñas internas de la Sede Dorian Sierra Ríos.

**-Juegos Populares y Deportes Alternativos:** con esta actividad se quiere conservar y poner en práctica aquellos juegos que por costumbre y tradición se llevan realizando en nuestra sociedad de generación en generación, formando parte de nuestra historia y cultura, cuyo valor lúdico es enriquecedor. Se complementa además, con una alternativa a los deportes más populares y de gran distribución mediática, proponiendo otros juegos que fomenten el trabajo en equipo y la

cooperación y que se alejen de la competitividad poco sana y estresante para las niñas internas de la Sede.

Esta labor lúdica, estaría dirigida especialmente para las niñas internas de primaria de la Sede Dorian Sierra Ríos, debido a que se encuentran en una etapa caracterizada por la curiosidad e interés, unido al grado elevado de autosuficiencia e independencia. Por lo que las actividades deben ser planeadas en esa línea evolutiva y según sea el avance se promoverá más la autonomía e independencia en la realización de actividades.

Esta combinación de actividades daría como resultado una forma lúdica de conseguir objetivos tales como mejorar la motricidad, la potenciación de las capacidades cognitivas y afectivas, la socialización de las niñas internas de la Sede Dorian Sierra Ríos, las experiencias de convivencia, de compañerismo, entre muchas otras, serían la fortaleza de esta actividad.

De ésta manera se conseguiría que conocieran los diferentes tipos de juegos populares, así como las estrategias básicas de los mismos (cooperación y oposición); que valoren el juego como un medio para realizar actividad física, saludable, de disfrute, de relación y como recurso para aprovechar el tiempo libre; que aprendan y practiquen diferentes deportes “alternativos” en equipo, cooperativos y no competitivos, incentivando así su difusión y práctica, adicional que practiquen juegos grupales, favoreciendo la socialización, hábitos de convivencia y diversión compartida además del desarrollo integral (motor, intelectual y socio-afectivo) de las niñas internas de la Sede Dorian Sierra Ríos.

**-Aerobics:** Es una apuesta por la diversión a través de la música, el ritmo y ejercicio físico favoreciendo el desarrollo físico, emocional, socio-afectivo, ayudando a mejorar la autoestima y la seguridad en sí mismas. La práctica de esta labor llevaría a las niñas internas de la Sede

Dorian Sierra Ríos, a fortalecer la coordinación de movimientos, la expresividad del cuerpo, la atención, la concentración, la resistencia física, la memoria y mejoraría el proceso de información mediante ejercicios corporales individuales y actividades grupales, además el trabajo cardiovascular y físico será guiado por la música adaptado a las edades de las niñas internas de la Sede Dorian Sierra Ríos, fijando la atención en el estudio del esquema corporal y la armonía postural con la aplicación de coreografías básicas e improvisaciones.

Con esta actividad, las niñas de la Sede Dorian Sierra Ríos, se les estaría educando en el gusto por el ejercicio físico y una vida con hábitos saludables, aprendiendo a conocer el cuerpo a través de juegos y ejercicios rítmicos, desarrollando el valor expresivo del mismo como elemento de comunicación y creatividad, de ésta manera adquieran y desarrollen las destrezas motrices, perceptivas, espaciales y rítmicas implicadas en el aerobio y en el desarrollo integral de las niñas internas. También se fomentaría el trabajo en grupo y el compañerismo a través de coreografías y ejercicios donde se valore la unión grupal frente a la individual; promoviendo la concentración y memoria con la ejecución de los ejercicios y las coreografías, la corrección y autocorrección.

**-El Balón volea:** Ésta actividad puede resultar de gran utilidad, para las niñas internas de la Sede Dorian Sierra Ríos, como primer acercamiento a ésta técnica deportiva y como vía de aprendizaje para trabajar en equipo, moverse, ejercitarse con rapidez, adaptándose al momento y circunstancia exacta. Estaría dirigida y se adaptaría de acuerdo a las edades y capacidades físicas para así asegurar un mejor aprendizaje y diversión.

La actividad se diseñará integrando el aspecto lúdico y práctico donde se integrarían gradualmente los conceptos teóricos y prácticos que se consideran importantes para una buena práctica deportiva. Con ejercicios individuales y en grupo, se fomentaría aspectos relacionados

con los valores deportivos y con el desarrollo de la personalidad de cada una de las niñas internas.

Esta actividad estará planteada para que las niñas internas de la Sede Dorian Sierra Ríos, ejecuten ejercicios y técnicas para el aprendizaje de los fundamentos técnicos del deporte para así llegar al perfeccionamiento individual y colectivo, además que aprendan a manejar el reglamento y normas principales del deporte como garantía de una buena práctica del voleibol y así ayudar en el desarrollo de la concentración, rapidez, el autocontrol, la confianza y el equilibrio entre otras habilidades básicas; también realizarían ejercicios y actividades relacionadas con el calentamiento y estiramiento corporal como prevención de lesiones y mejorar la práctica deportiva, así conocerían las diferentes partes del cuerpo, las posibilidades de movimiento en el espacio y expresión, también la coordinación, armonía y control del movimiento.

**-Baloncesto:** Con esta actividad deportiva se pretende, que las niñas internas de la Sede Dorian Sierra Ríos, se sumerjan en la esencia de ésta disciplina. Se propone además de la parte teórica del reglamento, juegos y ejercicios para familiarizarse y disfrutar de este deporte.

La práctica del deporte de la pelota naranja, además de los beneficios físicos que proporciona como la prevención de la obesidad infantil, corrección de posturas y mejora en las habilidades básicas, puede ser una herramienta de socialización y aprendizaje de normas y valores sociales.

Estará planificada en forma que se combinan los ejercicios individuales, para reforzar las habilidades básicas personales y mejorar las destrezas, los ejercicios grupales donde los factores importantes son el trabajo en equipo, la sincronización y el esfuerzo mancomunado para alcanzar un mismo objetivo: hacer deporte y disfrutar de ello.

El propósito sería integrar los fundamentos técnicos del baloncesto para una buena práctica deportiva, utilizando el juego y las dinámicas grupales como parte del aprendizaje y perfeccionamiento de la velocidad y de la organización espacio-temporal, además que, las niñas internas de la Sede Dorian Sierra Ríos, tomen conciencia de la importancia que tiene el calentamiento como el estiramiento del cuerpo para evitar lesiones y maximizar el rendimiento, también incidir en la importancia de valores universales que van intrínsecamente relacionadas con la práctica deportiva, como son el compañerismo, el respeto y la superación personal.

Esta propuesta tiene una serie de actividades a desarrollar, con la firme convicción de integrar a las niñas internas de la Sede Dorian Sierra Ríos, de la Institución Educativa Jorge Villamil Ortega, en actividades propias para el buen uso al tiempo libre de una forma creativa, y a su vez, intrínsecamente, se espera como resultado que reconozcan que el buen uso al tiempo libre es una necesidad, diferente a la actitud extrema de confundir el tiempo libre con “nada que hacer”; por esta razón, cuando se utiliza el tiempo libre de forma creativa, desarrollando capacidades, favoreciendo el equilibrio personal y enriqueciendo la experiencia de éstas niñas, dando contenido a sus vidas y dando al tiempo libre una dimensión de enriquecimiento personal, se constituye en un medio integral e integrador que promueve el desarrollo intelectual, emocional, físico y psicológico. Además la ocupación y el buen uso al tiempo libre abrirán, a las niñas internas de la Sede Dorian Sierra Ríos, un espacio de conocimiento a sí mismas y a la relación con los demás, también crearan hábitos que les ayudaran en la vida futura.

Las actividades propuestas, deben ser entendidas como instrumento para cambio social teniendo en cuenta valores sociales y éticos que contribuirían a mejorar la calidad de vida de las niñas internas, tomando la igualdad de oportunidades como criterio de calidad.

## Bibliografía

- Alemán, L., Gómez, M., Parada, M., & Sainz, P. (30 de Noviembre de 2014). *Estrategias extracurriculares para la enseñanza de la innovación*. Obtenido de al fakickstart: <https://alfakickstart.files.wordpress.com/2011/04/itesm-p-upsavf-estrategias-extracurriculares-para-la-enseñanza-de-la-innovación.pdf>
- Álvarez, J. (2001). *Análisis De Un Modelo De Educación Integral*. Granada: Universidad De Granada.
- Asamblea Nacional Constituyente - República de Colombia. (1991). *Constitución Política de Colombia*. Bogotá: Imprenta Nacional.
- Cabanzo, C. (2009). *4.3.4 Ocio y tiempo libre: una aproximación a sus representaciones y percepciones en la Universidad Pedagógica Nacional*. Bogotá: Universidad Pedagógica Nacional.
- Congreso de la República de Colombia. (8 de febrero de 1994). Ley 115. *Por la cual se expide la Ley General de Educación*. Bogotá, Cundinamarca, Colombia: Diario Oficial 41.214.
- Congreso de la República de Colombia. (6 de Abril de 2009). Ley 1295. *por la cual se reglamenta la atención integral de los niños y las niñas de la primera infancia de los sectores clasificados como 1, 2 y 3 del SISBEN*. Bogotá, Cundinamarca, Colombia.
- Congreso de la República de Colombia. (30 de Abril de 2009). Ley 1297. *Por medio de la cual se regula lo atinente a los requisitos y procedimientos para ingresar al servicio educativo estatal en las zonas de difícil acceso, poblaciones especiales o áreas de formación técnica o deficitaria y se dictan otras disposiciones*. Bogotá, Cundinamarca, Colombia: Diario Oficial 47.336.

De Miguel, A. (2000). *Dos generaciones de jóvenes 1960-1998*. Madrid: Instituto de la Juventud.

El Congreso de la República de Colombia. (18 de Julio de 1997). Ley 387. *por la cual se adoptan medidas para la prevención del desplazamiento forzado; la atención, protección, consolidación y esta estabilización socioeconómica de los desplazados internos por la violencia en la República de Colombia*. Bogotá, Cundinamarca, Colombia: Diario oficial.

El Congreso de la República de Colombia. (27 de Diciembre de 2001). Ley 724. *Por la cual se institucionaliza el día de la niñez y la recreación y se dictan otras disposiciones*. Bogotá, Cundinamarca, Colombia: Diario Oficial 44662 del 31 de diciembre de 2001.

El Presidente De La República De Colombia. (20 de Junio de 1990). Decreto 1310. *Por el cual se crea el Comité Interinstitucional para la Defensa, Protección y Promoción de los Derechos Humanos de la Niñez y la Juventud*. Bogotá, Cundinamarca, Colombia: Diario Oficial No 39.435, de 22 de junio 1990.

Fereira, K. (2010). *Actividades deportivas y recreativas para ocupar el tiempo libre de los jóvenes entre 18 – 20 años de la comunidad Aduana II Municipio Bolívar Anzoátegui*. Bolivar-Anzoategui.

Gardner, H. (2001). *La inteligencia reformulada. Las inteligencias múltiples en el siglo XXI*. Barcelona: Ediciones Paidós.

Hermoso, Y. (2009). 4.3.3 *Estudio de la Ocupación del Tiempo Libre de la Población Escolar y su Participación en Actividades Extraescolares*. Málaga: UNIVERSIDAD DE MÁLAGA .

Hernandez, R., Fernandez, C., & Baptista, P. (2010). *Metodología de la Investigación. Quinta edición*. Mexico: Mc Graw-Hill.

- Munné, F. (1992). *Psicosociología del tiempo libre. Un enfoque crítico*. Mexico: Trillas.
- Peralta, T. (2005). *Estrategias de Enseñanza Aprendizaje*. Bogotá: Fundación Universitaria del Área Andina.
- Salazar, C. (1997). Educación para el uso del tiempo libre. *Revista Educación*, 21, 51-63.
- Santos, M. (2000). ¿Cuán libre es el tiempo “libre” de los jóvenes limeños? *Flecha en el azul*, 20-27.
- Universidad Católica de Córdoba. (2008). *Jornadas para Docentes*. Obtenido de Vicerrectorado de Medio Universitario :  
[http://www2.ucc.edu.ar/portalucc/archivos/File/VRMU/Mision\\_VRMU/formacionintegral.pdf](http://www2.ucc.edu.ar/portalucc/archivos/File/VRMU/Mision_VRMU/formacionintegral.pdf)
- Varela, J. (2004). *Consideraciones y estudio de la educación extracurricular basada en los modos lingüísticos*. Mexico.
- Vílchez, C. (2004). *Análisis multidimensional del tiempo libre de los escolares en una muestra de adolescentes peruanos*. Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos.
- Zarur, X. (6 de Mayo de 2010). La Internacionalización del currículo: Una herramienta fundamental para la transformación institucional. *Seminario “internacionalización de la educación superior con una visión para las instituciones técnicas profesionales y tecnológicas*. Bogotá, Cundinamarca, Colombia: ASCUN.