

UNIVERSIDAD MAYOR DE SAN ANDRÉS  
FACULTAD DE HUMANIDADES Y CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
CARRERA DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN



## TESIS DE GRADO

**"EL TIEMPO LIBRE Y EL RENDIMIENTO ACADÉMICO  
EN ESTUDIANTES DE QUINTO DE SECUNDARIA"**  
(Unidad Educativa Adventista Franz Tamayo)

**Para optar al grado de licenciatura en Ciencias de la Educación.**

**POSTULANTE: Univ. Guido Caleb Apaza Alvarez**

**TUTOR : Dr. Juan Eduardo García Duchén Ph.D.**

**LA PAZ – BOLIVIA**

**2016**



## **AGRADECIMIENTOS**

*A Dios.... porque a pesar de que muchas veces puse mis intereses por encima de ti nunca me faltaste ni fallaste, en ti confío. Siempre me ayudadó a seguir adelante. Sin ti no hubiese podido direccionar mi camino. Muchas Gracias.*

*A mi familia.... por brindarme todo lo que me hizo falta antes de que lo notara, antes de que lo pidiera. Por tener la paciencia que tantas veces he necesitado. Les agradezco principalmente por haberme dejado ser, porque estoy orgulloso de quién soy y de quien he sido. Por velar por mí. Junto a ustedes aprendí que soy justo lo que siempre he querido ser. Es por eso que han sido sin duda uno de los principales precursores de este logro, nunca se desesperaron e hicieron lo imposible para que yo pudiera seguir con mis estudios, creyeron que podía y siempre se preocuparon por lo que estaba haciendo, eso me mantuvo firme.*

*Al Dr. Juan Eduardo García Duchén mi Tutor que sin su apoyo no hubiese podido comenzar, llevar adelante, ni concluir este trabajo de Investigación.*

*Al tribunal de la tesis de grado, porque me guiaron durante todo el trayecto, su experiencia, su ayuda y sus sugerencias fueron determinantes: Lic. Jaime N. Camacho Guzmán y Dr. Emilio Oros Méndez.*



## DEDICATORIA

*A mi madre y a mi hermano, porque creyeron en mí y porque me sacaron adelante, dándome ejemplos dignos de superación y entrega.*

*A mi hija Luz Danai por ser el impulso en mis objetivos trazados y por ser parte de mi vida.*

*Mil palabras no bastarían para agradecerles su apoyo, su comprensión y sus consejos en los momentos difíciles.*

*Finalizo expresando mi orgullo por haber llegado hasta aquí y por ser quién soy; eso es algo que nunca habría sido posible sin ustedes en mi vida.*

*Gracias...*



## ÍNDICE

<b>CONTENIDO</b>	<i>Págs.</i>
CARÁTULA .....	
AGRADECIMIENTO .....	
DEDICATORIA .....	
ÍNDICE .....	
INTRODUCCIÓN.....	
<b><u>CAPÍTULO I</u></b>	
<b>1. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN .....</b>	<b>10</b>
1.1. Planteamiento del problema.....	10
1.2. Formulación del problema .....	12
1.3. Objetivos de la investigación .....	12
1.3.1. Objetivo General .....	12
1.3.2. Objetivos Específicos.....	12
1.4. Justificación.....	13
<b>2. DELIMITACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN .....</b>	<b>14</b>
2.1. Delimitación temática .....	14
2.2. Delimitación de los sujetos.....	14
2.3. Delimitación temporal.....	15
2.4. Delimitación espacial.....	15
<b>3. FORMULACIÓN DE LA HIPOTESIS .....</b>	<b>15</b>
<b>4. MARCO CONTEXTUAL .....</b>	<b>16</b>
4.1. Datos de identificación.....	16
4.2. Antecedentes históricos.....	16
4.3. Infraestructura.....	17
4.4. Equipamiento.....	17
4.5. Servicios .....	20
4.6. Relaciones con la comunidad .....	20
4.7. Del maestro .....	22
4.8. Organización y gestión administrativa .....	23
4.9. Cultura organizacional .....	26
4.10. Recursos humanos y materiales.....	27



## **CAPÍTULO II**

### **FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA..... 29**

#### **PARTE I**

#### **1. CONCEPTOS FUNDAMENTALES DEL PROCESO DE ENSEÑANZA- APRENDIZAJE..... 30**

- 1.1. Educación ..... 30
- 1.2. Enseñanza ..... 33
- 1.3. Aprendizaje ..... 34
- 1.4. Proceso de enseñanza - aprendizaje..... 36
- 1.5. Rendimiento académico..... 36
- 1.6. Actividades curriculares ..... 37
- 1.7. Actividades extracurriculares ..... 37

#### **PARTE II**

#### **2. IMPLICANCIAS EDUCATIVAS DEL TIEMPO LIBRE ..... 38**

- 2.1. Características del tiempo libre ..... 40
- 2.2. Actividades a desarrollar en el tiempo libre..... 41
  - 2.2.1. Los deportes..... 41
  - 2.2.2. Otros juegos ..... 43
  - 2.2.3. Juegos de rol..... 44
  - 2.2.4. Las sectas ..... 45
  - 2.2.5. Los amigos ..... 46
- 2.3. Perspectivas psicológicas y sociales del tiempo libre ..... 47
- 2.4. La importancia de saber cómo organizar y administrar el tiempo . 52
  - 2.4.1. El análisis del uso del propio tiempo ..... 52
  - 2.4.2. La planificación por adelantado de lo que queremos o  
debemos realizar ..... 54
  - 2.4.3. El diseño de una agenda diaria ..... 55
  - 2.4.4. Pasos para vencer a los enemigos del tiempo ..... 56
    - ✓ Definir las actividades a realizar ..... 57
    - ✓ Jerarquizar actividades..... 58
    - ✓ Delimitar el tiempo de cada actividad ..... 59
    - ✓ Organización de un horario ..... 59
    - ✓ Ejecución ..... 60
    - ✓ Evaluar ..... 60



### **PARTE III**

<b>3. EL RENDIMIENTO ACADÉMICO Y SUS DIMENSIONES.....</b>	<b>61</b>
3.1. El concepto de rendimiento académico.....	64
3.2. Dimensiones que inciden en el rendimiento académico.....	66
3.2.1. Dimensión académica.....	66
3.2.2. Dimensión económica.....	69
3.2.3. Dimensión familiar.....	70
3.2.4. Dimensión personal.....	72
3.2.5. Dimensión institucional.....	74
3.2.6. Posicionamiento personal frente a la problemática.....	75

### **CAPÍTULO III**

<b>1. METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN.....</b>	<b>79</b>
1.1. Tipo de investigación.....	79
1.2. Diseño de investigación.....	79
1.3. Población.....	79
1.4. Muestra.....	79
1.5. Técnicas.....	80
1.6. Instrumentos.....	80
1.6.1. Cuestionario de uso del tiempo libre.....	80
1.6.2. Centralizador del registro del rendimiento escolar.....	80
1.7. Formulación de la hipótesis.....	81
1.8. Definición de las variables.....	81
➤ Organización del tiempo libre.....	81
➤ Rendimiento Académico.....	81
➤ Operacionalización de variables.....	82

### **CAPÍTULO IV**

<b>1. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LA INFORMACIÓN.....</b>	<b>83</b>
--	-----------

### **CAPÍTULO V**

<b>1.CONCLUSIONES.....</b>	<b>99</b>
<b>2.RECOMENDACIONES.....</b>	<b>101</b>



## **CAPÍTULO VI**

<b>1. PROPUESTA DE ESTRATEGIAS DE APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE .....</b>	<b>103</b>
<b>2. PLAN DE ACTIVIDADES DE APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE .....</b>	<b>117</b>
<b>REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....</b>	<b>120</b>
<b>ANEXOS .....</b>	<b>122</b>



## INTRODUCCIÓN

El avance de la tecnología está provocando la aparición de un “tiempo libre obligado” cada vez mayor y para la persona que vive en una sociedad emergente la facultad de usar el tiempo libre propositivamente se está desvirtuando. Este tipo de persona teme el ocio porque lo enfrenta consigo mismo y trata de mantener su tiempo libre ocupado con actividades que lo evaden de una realidad, como los juegos organizados, ver la televisión o navegar por internet. Normalmente no usa este tiempo en actividades artísticas e intelectuales propias del ser humano. La educación y la intervención social pueden jugar un papel determinante, pues gracias a ambas se pueden proporcionar los mecanismos para aprovechar de una manera más práctica el tiempo no regulado, en actividades más proactivas.

En ese sentido, la presente investigación titula: *“El tiempo libre y el rendimiento académico en estudiantes de quinto de secundaria en la Unidad Educativa Adventista “Franz Tamayo”, cuyo propósito fundamental es describir cómo el estudiante aprovecha o no su tiempo libre después de clase y observar la influencia que ejerce en su rendimiento académico.*

En tal sentido, la presente investigación se divide en cinco capítulos, los cuales están constituidos de la siguiente manera:

En el primer capítulo se encuentra el planteamiento del problema y su correspondiente formulación, la cual expresa: *¿De qué manera el aprovechamiento del tiempo libre repercute en el rendimiento académico de los estudiantes de quinto de secundaria de la Unidad Educativa Adventista “Franz Tamayo”, gestión 2015?* Al mismo tiempo se observa la formulación de los objetivos que direccionaron la investigación, así como la posible solución al problema planteado, nos referimos a la hipótesis de investigación que es de tipo descriptivo e indica que: *El bajo rendimiento académico se debe a la falta de*





*organización del tiempo libre de los estudiantes de quinto de Secundaria de la Unidad Educativa Adventista “Franz Tamayo”, gestión 2015,*

En el segundo capítulo se sustenta la presente investigación con las diferentes teorías que ayudan a comprender mejor las características del tiempo libre, así como los elementos del rendimiento académico dentro el proceso de enseñanza aprendizaje.

Pasando al tercer capítulo se observa la metodología adoptada en dicha investigación, como ser: el tipo de investigación el cual es *descriptivo*, el diseño elegido *transeccional descriptivo*, además de la población y muestra utilizadas. También, el muestreo empleado corresponde al no probabilístico intencionado, ya que el investigador selecciona la muestra según los objetivos que persigue.

Ya en el cuarto capítulo se presenta el análisis e interpretación de la información a partir del cuestionario aplicado a los estudiantes de quinto de secundaria de la Unidad Educativa Adventista “Franz Tamayo”.

En el capítulo quinto se reflejan las conclusiones alcanzadas en la presente investigación, además de incluir las recomendaciones correspondientes. Vale la pena citar la conclusión más importante; la cual expresa: *“se concluye que un 50% de los estudiantes, de su tiempo libre, solo le dedican un 16% de ese tiempo para realizar sus trabajos de investigación, leer libros y hacer sus tareas; mientras que el otro 50% no destina tiempo para realizar sus actividades escolares, consignando su tiempo o malgastándolo en las redes sociales (Facebook, Messenger, WhatsApp), videojuegos y viendo la televisión, producto de esto es que no tienen un buen promedio en su rendimiento académico”*.

Para finalizar, en el sexto capítulo se presenta una propuesta de estrategias de aprovechamiento del tiempo libre con su correspondiente plan de actividades.



## TEMA DE INVESTIGACIÓN

### EL TIEMPO LIBRE Y EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE QUINTO DE SECUNDARIA

*(Unidad Educativa Adventista Franz Tamayo)*

#### 1. PROBLEMA DE INVESTIGACION

##### 1.1. Planteamiento del problema

A lo largo de los tiempos el estudiante siempre tiende a adquirir conductas, actitudes, de acuerdo a su contexto, de acuerdo a lo que él vive día con día, según haya sido educado, especialmente cuando el estudiante es menor de edad, él no ha alcanzado un nivel de madurez alto, en donde el educando no tiene un criterio propio y puede ser comparado con una esponja por la manera que puede absorber, asimilar conocimientos, conductas, hábitos ya sean buenos o malos.

El estudiante se ve influenciado por los diferentes grupos con los que interactúa cotidianamente. Dos grandes ejemplos y los más importantes son su familia y su institución educativa a la que asiste, entre otros ejemplos tenemos: secta religiosa, relación sentimental, vecinos y su lugar de residencia, grupos de estudio, etc.

El estudiante tiende a hacer lo que él ve y si no lo hace siempre responde de otra manera, pero siempre afecta su vida, y muchas veces afecta su parte psicológica, la vida del estudiante no es la misma, especialmente si tiene una serie de problemas en las diferentes actividades de su vida, cuando interactúa con los demás y esto se ve reflejado en sus actitudes, comportamientos, rendimiento académico los cuales afectan su personalidad.



En los países industrializados han disminuido las jornadas de trabajo dejando de esta forma mayor tiempo disponible para el ocio. En nuestra sociedad, este fenómeno no presenta las mismas características, los problemas económicos por los que atraviesa la mayoría de la población han conducido a que los adultos cada día dediquen mayor cantidad de su tiempo a las actividades laborales y disminuyan su tiempo de libre, que en muchos casos era el tiempo que les dedicaban a sus hijos. Esto conlleva, a que la mayor parte de los estudiantes se encuentren solos sin la presencia de sus padres cuando regresan del colegio, lo que representa situaciones de riesgo para esta población.

En base a la observación de la realidad se muestra que fuera de clases, los estudiantes no organizan ni saben administrar su tiempo, también la realidad indica que las salas de internet, donde se acceden a los videojuegos, facebook, youtube, chat y los lugares de salidas en grupos como los karaokes y las discotecas son las más concurridas por los estudiantes; en tanto que, otro grupo son espectadores de lo que la televisión les brinda. Por tal motivo, es importante el estudio referente al aprovechamiento o no del tiempo libre; ya que es fundamental en esta investigación determinar a qué actividades dedican más el tiempo libre los estudiantes de quinto de secundaria y cómo repercute en su rendimiento académico.

Esta misma realidad muestra que los estudiantes dedican muy poco tiempo a las actividades educativas de ampliación de conocimientos y profundización de los temas estudiados en clase.

En tanto que, en el Estado Plurinacional no se tienen referencias de alguna institución que se preocupe en la educación del tiempo, concretamente en la administración del tiempo libre. Por ello surge la necesidad de investigar de qué manera el estudiante organiza su tiempo como un hábito importante, considerando que no existe un reforzamiento en el hogar y que, por el contrario, en muchos



casos, se constituye en un modelo de inadecuada administración del tiempo a causa de la improvisación de actividades de los miembros de la familia y más si es para la mejora del proceso de enseñanza y aprendizaje del educando.

## **1.2. Formulación del problema**

*¿Cómo el aprovechamiento o no del tiempo libre repercute en el rendimiento académico de los estudiantes de quinto de secundaria de la Unidad Educativa Adventista “Franz Tamayo”, gestión 2015?*

## **1.3. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN**

### **1.3.1. Objetivo General**

- ✓ Determinar el aprovechamiento o no del tiempo libre en el rendimiento académico y posteriormente proponer distintas estrategias didácticas de aprovechamiento del tiempo libre para los estudiantes de quinto de secundaria de la Unidad Educativa Adventista “Franz Tamayo”, gestión 2015.

### **1.3.2. Objetivos Específicos**

- ✓ Describir en qué actividades los estudiantes de quinto de secundaria destinan su tiempo libre.
- ✓ Analizar el aprovechamiento o no del tiempo libre que tienen los estudiantes de quinto de secundaria.
- ✓ Evaluar el nivel de desarrollo de su rendimiento académico a lo largo del proceso educativo.



- ✓ Proponer distintas estrategias innovadoras y didácticas de aprovechamiento del tiempo libre para ser incluidas en la currícula regular de la educación secundaria.

#### **1.4. JUSTIFICACIÓN**

La presente investigación pretende describir cómo organizan su tiempo libre, dentro y fuera de clase, los estudiantes de quinto de secundaria de la Unidad Educativa Adventista “Franz Tamayo”, considerando que el empleo del tiempo libre debe ser administrado adecuadamente, para obtener mejores resultados en el rendimiento académico, en tanto que contrariamente empleado dará resultados negativos en el rendimiento académico.

En ese sentido, el presente trabajo tiene el propósito fundamental de describir el aprovechamiento o no del tiempo libre y su repercusión en el rendimiento académico de los estudiantes de Quinto de Secundaria de la Unidad Educativa Adventista “Franz Tamayo” de la ciudad de El Alto, para esto se precisa conocer el tiempo que dedican a las diferentes actividades como ser: académicas sociales, culturales, deportivas y artísticas.

Según el Ministro de Educación, Roberto Aguilar, señala en su boletín informativo (2012) que uno de los pilares negativos de la educación es el mal uso que se da al tiempo libre, por parte de los jóvenes, por esto se dice que por los pocos ingresos que perciben en la canasta familiar, los progenitores salen al trabajo, y pasan más horas en las actividades laborales que en el hogar, en vez de apoyar y controlar en las actividades cotidianas a sus hijos; este vacío por parte de los progenitores es el que produce el derroche del tiempo libre en los jóvenes y de la pérdida de tiempo, el cual hace que el estudiante tenga un bajo rendimiento escolar.



En ese sentido, los progenitores tienen que prestar más atención al tiempo libre de que disponen sus hijos, y las dos claves del éxito son el implicarse en la organización de las actividades y tener una actitud positiva y aprender a pasarlo bien con ellos, se debe aprovechar para socializar, fomentar el deporte, estudiar, hacer lectura y poder ayudarlos a organizar y administrar su tiempo libre, como resultado de esto se tendrían óptimos resultados en el rendimiento escolar.

Los padres y tutores de los adolescentes deben apoyar en ellos alternativas de entretenimiento que les hagan alejarse de aspectos negativos de la sociedad tales como las drogas, la violencia, la apatía y el vicio a los videojuegos. Para ofrecer alternativas que sean atractivas para los adolescentes tienen que estar al tanto de su realidad. Para ello deben dedicarles todo el tiempo que sea necesario, hablar con ellos y averiguar todo lo referente acerca de sus gustos, hobbies y amigos; esto garantizaría el mejor desenvolvimiento escolar y personal con el buen uso y administración del tiempo libre.

## **2. DELIMITACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN**

### **2.1. Delimitación Temática**

La presente investigación se enmarca en el campo educativo, concretamente enfatiza lo que es el área de la pedagogía y las estrategias de enseñanza; ya que busca describir previamente a un análisis, el aprovechamiento o no del tiempo libre para la obtención de un buen rendimiento académico a lo largo del proceso educativo.

### **2.2. Delimitación de los Sujetos**

Los sujetos de la investigación que componen este estudio son los estudiantes de quinto de secundaria comunitaria productiva de la Unidad Educativa Adventista



“Franz Tamayo”, de la ciudad de El Alto, cuyas edades oscilan entre los 16 y 17 años, en este curso existe una cantidad total de 37 estudiantes, 22 mujeres y 15 varones.

### **2.3. Delimitación Temporal**

El desarrollo de la presente investigación se lo realizó a lo largo del primer y parte del segundo semestre de la gestión 2015.

### **2.4. Delimitación Espacial**

El contexto a nivel de lugar, en el cual se desarrolló la investigación, fue en la Unidad Educativa Adventista “Franz Tamayo”, ubicada en la Calle 135 No 519, Zona Villa Bolívar “D”, El Alto / La Paz.

## **3. FORMULACIÓN DE LA HIPOTESIS**

*El bajo rendimiento académico que se debe a la falta de organización del tiempo libre es posible ser superado mediante la aplicación de estrategias de aprovechamiento del tiempo libre en el contexto del aula, en estudiantes de quinto de Secundaria de la Unidad Educativa Adventista “Franz Tamayo”, gestión 2015.*



## **4. MARCO CONTEXTUAL**

### **4.1. DATOS DE IDENTIFICACIÓN**

Unidad Educativa: Adventista “Franz Tamayo”  
Departamento: La Paz  
Provincia: Murillo  
Localidad: El Alto - La Paz  
Nivel: Inicial, primario y secundario  
Turno: Tarde  
Director: Prof. Eben Ezer Churqui Levano  
Dirección: Calle 135 Nro.519  
Zona: Norte  
Distrito: El Alto – 2

### **4.2. ANTECEDENTES HISTÓRICOS**

Con el objetivo de brindar a la comunidad una educación en base a principios y valores cristianos, el 24 de marzo de 1986, bajo la iniciativa de los hermanos de la iglesia adventista del séptimo día “Villa Bolívar”, nace la escuela Simón Bolívar con el nivel básico 1º, 2º, 3º, 4º y 5º básico.

El 6 de julio de 1987 cambia su nombre a escuela particular EBEN EZER, más adelante cambia nuevamente su nombre a escuela particular “Franz Tamayo” en honor al precursor de la educación en Bolivia, a partir del año 1992 se convierte en el colegio adventista “Franz Tamayo”.

Actualmente, pertenece a la asociación educativa adventista del occidente boliviano, y a su red de más de 3400 instituciones educativas a nivel mundial.

En la presente gestión el colegio es dirigido por el Prof. Eben Ezer Churqui Levano, y la institución cuenta con 1009 estudiantes en los niveles inicial, primario





y secundario. Asimismo, cuenta con un prestigioso plantel docente y administrativo.

### **4.3. INFRAESTRUCTURA**

#### **4.3.1. Ubicación**

La Unidad Educativa Adventista “Franz Tamayo” se encuentra ubicada en la Calle 135 No 519, Zona Villa Bolívar “D”, El Alto / La Paz.

#### **4.3.2. Superficie construida**

El espacio que ocupa la unidad educativa es de 813 metros cuadrados con la ocupación de 593 metros y 220 metros de espacio para el esparcimiento y recreación.

### **4.4. EQUIPAMIENTO**

#### **4.4.1. Ambientes**

La unidad educativa cuenta con dos edificios, uno fue construido hace muchos años, el segundo hace siete años. El primero es de construcción antigua a base de adobes, la planta baja tiene tres piezas: una es el aula de uno de los primeros de secundaria, la otra es pieza de la señora portera y la otra es el depósito; y la planta de arriba comprende tres salas, una es la dirección donde se encuentra la señora directora y el señor secretario, y la otra es la sala de té y aula por la mañana, y la otra es la biblioteca.

El segundo edificio consta de una planta baja con tres pisos. En la planta baja está el baño o sanitario, el ambiente que funciona como auditorio es el más



grande del colegio; en el primer piso están las tres aulas destinadas para los cuartos de secundaria y la sala de computación; en el segundo piso están las aulas de los tres quintos, y en el último piso están las aulas de los tres sextos. Estas aulas tienen iluminación natural y por las tardes la luz artificial. Las paredes son de ladrillo y se encuentran barnizadas. Los espacios son adecuados para un número menor a la cantidad de estudiantes. Cada aula cuenta con pizarras acrílicas y su condición es regular.

#### **4.4.2. Dirección**

La dirección es el lugar principal para la administración de toda la institución, no es amplia, solo tiene un ambiente que está dividido con un mueble, para la atención del director y la otra destinada para la secretaria. En la dirección se encuentran los estantes de documentos y materiales didácticos: mapas, globo terráqueo, televisor VHS y DVD. Además, están las respectivas gavetas de cada profesor.

#### **4.4.3. Biblioteca**

La institución, por ser una institución privada, cuenta con una biblioteca que tiene diferentes textos de consulta para las diferentes áreas. También, los estudiantes, para sus estudios o investigaciones, recurren a bibliotecas cercanas a su barrio o directamente a Internet.

#### **4.4.4. Depósitos**

La unidad educativa cuenta con un depósito. Es ahí donde se guardan todas las pertenencias de la institución: instrumentos de la banda del colegio, equipos de sonido y pelotas utilizadas para la materia de educación física.



#### **4.4.5. Portería**

En cuanto a la portería, existen dos ambientes para ambos turnos, pero por el bajo presupuesto la institución queda al cuidado de una sola portera.

#### **4.4.6. Áreas de recreación**

La unidad educativa ahora cuenta con una cancha deportiva de fútbol como patio; ya que se concluyó con la construcción de la misma. Esta cancha es utilizada en horario de clase para pasar la materia de educación física y en el descanso para la recreación de todos los estudiantes de la unidad educativa, además hay que considerar que los lunes a primera hora sirve para el saludo a la bandera.

#### **4.4.7. Patio**

El patio existente, como se describió en el área de recreación, es una cancha de fútbol y sólo existe una.

#### **4.4.8. Servicios higiénicos**

Los servicios higiénicos de la institución, que son parte de la higiene e indispensables para la sociedad, comprenden de dos baterías asignadas tanto para señoritas como para los jóvenes, y con un lavamanos incluido en cada baño. Cabe resaltar que en los momentos de clase están cerradas para evitar juegos y destrozos.

#### **4.4.9. Equipos didácticos y/o de recreación**

En cuanto al equipamiento de recursos didácticos y de recreación, la unidad educativa cuenta con colchonetas para la materia de Educación Física, balones de fútbol, globo terráqueo, mapas y equipos de laboratorio.



## **4.5. SERVICIOS**

### **4.5.1. Servicios básicos**

La unidad educativa cuenta con servicios básicos, sanitarios, y de cocina. También cuenta con luz eléctrica, agua potable, y un teléfono público de COTEL. Tiene servicios sanitarios de manera clasificada.

### **4.5.2. Servicios sanitarios**

La unidad educativa posee dos baterías de baños y la canalización de aguas hervidas, asimismo tiene sus respectivos tanques de almacenamiento de agua potable.

### **4.5.3. Servicios de cocina**

El establecimiento educativo cuenta con un ambiente destinado al taller de alimentación que no posee mesón ni cocina a gas, sino tan sólo mesas y sillas.

## **4.6. RELACIONES CON LA COMUNIDAD**

### **4.6.1. De los estudiantes**

#### **✓ Comportamiento individual**

La participación de los estudiantes en su aspecto individual en la Unidad Educativa Adventista “Franz Tamayo” está en función del carácter y personalidad adquirida en la familia, como con la relación con sus compañeros, ya que cada estudiante representa un mundo diferente. Cabe resaltar que la institución cuenta con 1009 estudiantes.



#### ✓ **Relación con sus compañeros**

La mayoría de los estudiantes se relacionan de forma educada, respetando la opinión del otro y dando a conocer sus ideas y, con solidaridad al proporcionar algún material que le falte a algún compañero.

#### ✓ **Relación con sus maestros**

De acuerdo con la información que nos proporcionó el director del establecimiento, un problema que se observa es la rebeldía de algunos estudiantes con los profesores, pero la gran mayoría de los estudiantes muestran gran respeto hacia sus profesores.

#### ✓ **Participación en aula**

En función a la información recolectada en base a la observación, se puede afirmar que la mayoría de los estudiantes no participan y son pocos los que realmente participan activamente dentro el aula.

#### ✓ **Participación fuera del aula**

La participación fuera del aula es mayor entre estudiantes que con el profesor dentro el aula, pues casi todos participan en actividades como ser: cumpleaños y tardes deportivas.

#### **4.6.2. Identidad cultural**

La mayoría de los estudiantes se identifica como mestizo. En cuanto a la creencia que practican, la mayoría es adventista.



### ✓ Idioma

Todos los estudiantes son castellano-hablantes, sin embargo, cabe hacer notar que existe una cuarta parte que son bilingües, es decir, hablan en castellano y aimara.

### ✓ Valores

El Colegio hace énfasis en la enseñanza de valores como:

- El respeto
- La solidaridad
- La responsabilidad
- La puntualidad

## 4.7. DEL MAESTRO

### 4.7.1. Relación con los estudiantes

La relación estudiante-profesor es en su generalidad de carácter vertical. Se ha observado un nivel mínimo de confianza de parte del alumnado hacia sus maestros; esto, permite evidenciar aulas poco activas y con una participación relativa.

### 4.7.2. Relación con sus colegas y autoridades

En función de la observación realizada existe una cordial relación entre colegas: Primero, se realiza en el recreo una convivencia, en función del té de la tarde. Segundo, la realización de los actos destinados a las horas cívicas, demuestra la participación de los profesores en un ambiente de unidad y cordialidad.



#### **4.7.3. Relación con los padres de familia**

La relación de los profesores con los padres de familia es mínima. Primeramente, porque los padres de familia sólo están presentes al principio de la gestión escolar (*inscripciones*) y al final de la gestión (*entrega de libretas*). Y es posible que en alguna reunión general, convocada por la Junta Escolar algunos se interesen por la situación del rendimiento de sus hijos, pero son casos excepcionales. Esto debido a que las condiciones económicas actuales obligan a trabajar no sólo a los padres sino también a las madres que se incorporan al ámbito laboral, de esta manera descuidan la educación de sus hijos.

#### **4.7.4. Cumplimiento de tareas y actividades**

El cumplimiento de tareas y actividades por parte de los docentes está en función del Plan Curricular bimestral, presentado y aprobado a principio de gestión por el director, quien se encarga de supervisar su ejecución y evaluación.

### **4.8. ORGANIZACIÓN Y GESTIÓN ADMINISTRATIVA**

#### **4.8.1. Organigrama**

*(Ver anexo N° 1)*

#### **4.8.2. Visión**

- *“Ser una Unidad Educativa reconocida por su excelencia, fundamentado en principios bíblicos cristianos”.*



### 4.8.3. Misión

- *“Promover, a través de la educación adventista, el desarrollo integral del educando, formando ciudadanos comprometidos con dios, la patria y la comunidad”.*

### 4.8.4. Reglamento de la unidad educativa

La Unidad Educativa Adventista “Franz Tamayo”, tiene un Reglamento Interno normas generales: derechos deberes y obligaciones que deben acatar, tanto los estudiantes como los profesores del colegio; dicho reglamento recoge los principios de RAFUE (*reglamento de admisión y funcionamiento de unidades educativas*).

#### ✓ **Deberes de los estudiantes:**

- Los estudiantes tienen un horario de entrada y salida de todas las clases, por lo que están obligados al respeto y obediencia a las autoridades del colegio, al personal docente, administrativo y de servicio.
- De igual forma este reglamento establece que los estudiantes tienen la obligación de colaborar con el orden, cuidado, limpieza de las instalaciones del establecimiento educativo.
- Los estudiantes deben usar uniforme de acuerdo a los colores establecidos por la unidad educativa.
- Queda prohibido comer en clases e introducir en el establecimiento bebidas alcohólicas.





- Dos atrasos continuos son motivo suficiente para que el estudiante pueda llevar una nota de llamada de atención para sus padres.

✓ ***Deberes de los padres de familia:***

- Los padres de familia están obligados a proveer de material de estudio para sus hijos, asistir periódicamente al colegio para conocer el aprovechamiento de sus hijos, para lo cual deben sostener entrevistas con los profesores del establecimiento. Lo cual por cierto no cumplen los padres de familia.
- También tienen el deber de participar y colaborar en la comunidad educativa en asuntos de gestión y de equipamiento para proporcionar un ambiente educativo que permita un buen proceso de enseñanza-aprendizaje.
- Además, los padres de familia firman una hoja de compromiso en la que aceptan cumplir los requisitos exigidos en este establecimiento.

#### **4.8.5. Calendario escolar**

El calendario escolar de la Unidad Educativa Adventista “Franz Tamayo”, se sujeta a lo establecido por el Servicio Departamental de Educación a través de la Dirección Distrital de Educación de El Alto.

#### **4.8.6. Plan de estudios**

El Ministerio de Educación estableció el plan de estudios al que se circunscribe la Unidad Educativa Adventista “Franz Tamayo”, en sus niveles de inicial, primario y secundario.



#### **4.8.7. Horario**

El horario establecido para el cumplimiento de las diferentes actividades curriculares en la Unidad Educativa Adventista “Franz Tamayo” es: de 08:00 am a 13:00 pm de lunes a viernes.

### **4.9. CULTURA ORGANIZACIONAL**

#### **4.9.1. Valores**

Según el director de la unidad educativa se cultivan valores como: la honestidad, puntualidad, solidaridad y respeto mutuo al interior del recinto educativo profe, entre profesores, personal administrativo y estudiantes.

#### **4.9.2. Principios**

Entre los principios fundamentales del colegio se observa el civismo; ya que se presentan habitualmente, a rendir homenaje a cada una de las fechas cívicas como ser: el 16 de julio, el 6 de agosto en la plaza Villarroel y el 23 de julio en la plaza Abaroa.

#### **4.9.3. Hábitos religiosos y morales**

En la Unidad Educativa Adventista “Franz Tamayo”, se percibe el hábito religioso y moral que acompaña a la enseñanza - aprendizaje de los educandos.

#### **4.9.4. Formación y capacitación docente**

Los docentes de la Unidad Educativa Adventista “Franz Tamayo”, sostienen que se capacitan por cuenta propia, así como también asisten a cursos o seminarios



que promueve el Ministerio de Educación. De acuerdo con el Director los profesores son egresados y titulados de las normales urbanas y cuentan con un archivo personal que respalda sus estudios superiores.

#### **4.10. RECURSOS HUMANOS Y MATERIALES**

##### **4.10.1. Humanos**

En la Unidad Educativa Adventista “Franz Tamayo”, el personal está compuesto por 24 personas: 20 profesores y cuatro administrativos (*Director, secretaria, regente y portera*) se autoevalúan de manera interna cada trimestre, como a fin de gestión.

##### **4.10.2. Materiales**

Con relación a los materiales educativos, se informó que, si los estudiantes provocan destrozos, como la rotura de vidrios u otros objetos, ellos deben responder y hacerse cargo directamente con la reposición del objeto dañado.

Ahora bien, la Misión Occidental se encarga del mantenimiento continuo de dicho establecimiento y si no se hacen presentes, el director del establecimiento educativo envía una solicitud pidiendo que se realice pronto la reparación.

*Por lo anteriormente expuesto se puede concluir que:*

- ✓ La *Unidad Educativa Adventista “Franz Tamayo”* desarrolla sus actividades en función de una planificación sistematizada que comprende el PEU, POA y SEGUIPOGA.



- ✓ La institución educativa para su óptimo funcionamiento se apoya en las normas establecidas por el Ministerio de Educación, Servicio Departamental de Educación (SEDUCA) y su propia normativa establecida en los reglamentos internos.
- ✓ El cuerpo de profesores se capacita de manera voluntaria y también se adscribe a los cursos y seminarios que convoca el SEDUCA.
- ✓ Para el funcionamiento de la institución y el desempeño óptimo de los estudiantes se realiza la evaluación institucional cada fin de gestión, sin descartar la evaluación constante que efectúa el director del colegio.
- ✓ El colegio posee una biblioteca propia, pero no así un laboratorio para las áreas de física y química.
- ✓ La relación entre los miembros de la comunidad educativa (*Director, profesores, administrativos, padres de familia, y representantes de la Junta Escolar*) es satisfactoria a excepción de los padres de familia, que no participan activamente colaborando a la administración del establecimiento.



## FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

### Antecedentes

Al relacionar el uso del tiempo libre con el rendimiento académico en la población en estudio, surge una preocupación al ver que tanto las actividades que realizan los estudiantes en su tiempo libre, como las calificaciones obtenidas en sus estudios no suponen una orientación adecuada para ellos, más aún cuando se encuentran en esta edad donde transitan de la secundaria a la educación superior. Es de vital importancia que sean guiados en todos los ámbitos para asegurar un ser humano que sea multiplicador de una cultura de ocio y competente para las exigencias de la actualidad. Para lograr éxito en el proceso docente-educativo, es necesario trazar las acciones pertinentes para instrumentar las líneas de trabajo y los resultados obtenidos.

El empleo eficaz del tiempo libre es una condición importante para la formación de un individuo desarrollado integralmente, constructor de la nueva sociedad, sobre todo cuando este significa un bienestar físico y mental que condiciona un clima psicológico favorable para el rendimiento académico. Atendiendo a que el rendimiento deportivo, y de todo tipo, estudiar variables tales como las socioculturales, económicas, entre otras, es de suma importancia para relacionar integralmente las necesidades del individuo en las sociedades, donde el uso del tiempo libre es vital para alcanzar índices elevados de bienestar, y para ello es útil realizar los estudios de las variables claves para optimizar procesos.

El rendimiento académico es un tema que sigue suscitando el interés de diferentes públicos, no solo a nivel social o académico sino también a nivel de investigación. Una gran variedad de estudios se ha centrado en la búsqueda de aquellos factores emocionales, cognitivos y conductuales que afectan de manera directa o indirecta al rendimiento académico de niños y adolescentes. Uno de estos factores



de tipo cognitivo-emocional ha sido el autoconcepto y su relación directa con el rendimiento académico. Sin embargo, a nivel conductual, uno de los factores que apenas ha sido investigado es el de la relación entre las actividades extracurriculares y rendimiento.

El uso del tiempo libre se convierte en un reto tanto para los profesores como para los padres de familia, puesto que permite a los/las estudiantes la interacción con los demás.

## **1. Conceptos fundamentales del proceso de enseñanza - aprendizaje**

Son muchas las concepciones acerca de este término según los países y los autores que los proponen, surgiendo así la confusión de conceptos que subyacen bajo el empleo de la palabra “educación”. En el presente trabajo se intenta recopilar y analizar la esencia de algunos conceptos que gozan de una trascendencia en la educación:

### **1.1. Educación**

“La educación es el proceso personal de perfeccionamiento intencional coadyuvado por la influencia sistematizada del educador dentro de un contexto sociocultural” (Castillejo Brull, 1978, pág. 21). Cuando se habla de perfeccionamiento se refiere a un proceso continuo y permanente que permite ir consiguiendo grados de perfección, sin que en ningún momento culmine. Es así, que de este concepto se resalta la idea de proceso interior, personal, activo e intencional que se ve apoyado por dos influencias externas: una la acción sistemática racional e intencional del educador y por otra la incidencia no tan visible del medio social y cultural en el que vive. También se destaca que el educador cumple la función de nexo culturizador, distinto al propio medio, puesto que actúa de filtro entre la cultura y el educando.



Bilbao la Vieja (1981), expresa en este sentido que:

*La educación es la dirección y auto dirección del crecimiento y desarrollo integral del sujeto con un doble proceso de integración del hombre al medio, y de la adaptación del medio hacia sus necesidades y su desenvolvimiento de la personalidad a través de la cultura en la que el ser humano se realiza (pág.13).*

Según este autor la educación se debe orientar hacia una formación del hombre con una doble función: una de integración al medio en que vive y la otra de adaptación reconociendo sus necesidades en el medio cultural que le ocupa vivir para lograr el desarrollo de su personalidad y alcanzar sus propias aspiraciones.

Por su parte, Emilio Durkheim (1974), señala que:

*La educación es un proceso de socialización metodológica de la joven generación. Es decir, es la acción ejercida por las generaciones adultas sobre las que no están aún maduras para la vida social. Tiene por objeto suscitar y desarrollar en el niño determinado número de estados físicos, psicológicos, intelectuales y morales que reclaman de él. Por un lado la sociedad política en su conjunto, por otro el medio especial al que está particularmente destinado (pág.19).*

Se puede advertir que Durkheim piensa en un influjo intencionado y hasta planificado, es decir, en acciones racionales por conseguir un fin; por otra parte, piensa en cualquier tipo de “influencia” que los niños reciben en la convivencia con los adultos. Esta influencia está siempre presente y es universal; por tal motivo, no existe un momento en el día, en que las jóvenes generaciones estén apartadas de los más adultos y que por lo mismo no reciban de ellas alguna influencia educativa.

Por su parte Freire (1969), propone *la educación como práctica de liberación* cuyo método es de cultura popular. Concientiza y politiza. No absorbe lo político en lo pedagógico ni enemista la educación con la política. Las distingue sí. No comete el



error de suponer que la educación solo ella decidirá los rumbos de la historia, si no tiene el coraje de afirmar que la educación verdadera concientiza las contradicciones del mundo humano, contradicciones que empujan al hombre a dirigirse siempre adelante.

La educación liberadora problematizadora se diferencia de la educación bancaria en que la primera se convierte en un acto cognoscente de un sujeto, es el mediatizador de sujetos cognoscentes-educador; ante todo se antepone la exigencia de la superación de la contradicción educador-educandos. Sin ésta no es posible la relación dialógica indispensable a la cognoscibilidad de los sujetos cognoscentes en torno del mismo objeto cognoscible.

El antagonismo entre las dos concepciones de educación: la “bancaria” que sirve de dominación y la “problematizadora” que sirve de liberación, surge precisamente ahí. Mientras la primera, necesariamente mantiene la contradicción educador - educando; la segunda realiza la liberación del ser humano.

Paulo Freyre ha expresado que el hecho educativo es un hecho típicamente político “un asunto de poder” que sirve para la liberación. Es una de las pedagogías con un método de cultura popular cuya finalidad inmediata es la alfabetización y su dimensión más amplia es la educación como práctica de la libertad, donde educadores y educandos juntos inicien, como oprimidos, la tarea histórica del liberarse a sí mismos y liberar a los opresores; esto sólo es posible desde el poder.

Ahora bien, “La educación es efecto de la naturaleza de los hombres o de las cosas, esa naturaleza es el desarrollo interno de nuestras facultades y nuestros órganos” (Rousseau, 1982, pág. 26). La educación natural debe por otra parte hacer al hombre apto para todas las condiciones humanas.





La educación de los hombres es el uso que nos enseñan éstos a hacer de este desarrollo lo que nuestra propia experiencia nos da a conocer, acerca de los objetos cuya impresión recibimos en la educación de las cosas. Nos dice que la naturaleza no es otra cosa que el hábito. Este autor, da como hecho de la educación a la naturaleza misma de las cosas que rodean al hombre. Es el procesar de nuestros conocimientos, a través de la maduración de nuestras facultades psicobiológicas y de las experiencias e impresiones que nos proporcionan las cosas.

Por lo tanto, la educación debe ser considerada como resultante de las más complejas interacciones sociales, es decir, que todas las instituciones cumplan su rol como parte del que hacer educativo dentro de la sociedad; para el beneficio de la misma y de sus componentes, formando profesionales idóneos como pilares fundamentales del equilibrio económico - social.

## **1.2. Enseñanza**

Según Ander Egg (2009), la enseñanza deriva del latín *insignare* (señalar, significar, dar signo de alguna realidad, mostrar a través de signos). En sentido amplio, el término hace referencia al hecho de exponer o mostrar algo, Alude a la orientación, guía, indicación u orientación que alguien hace a otra u otras personas.

Desde el punto de vista pedagógico, la enseñanza adquiere todo su sentido didáctico a partir de la vinculación con el aprendizaje. Como ya lo planteara Dewey (1934), en su conocida analogía, “la enseñanza es al aprendizaje lo que el vender es al comprar”. No hay venta si alguien no compra, y no hay enseñanza (aunque haya intención de enseñar) si alguien no aprende. En este sentido, la palabra, “enseñanza” hace referencia a la acción desarrollada con la intención de llevar a alguien a que adquiera nuevos conocimientos, capacidades, técnicas,



procedimientos, actitudes, valores, etc. Visto desde el que recibe la enseñanza, se trata de que “alguien aprenda”. De ahí resulta que la enseñanza deba ser considerada tanto como un proceso, así como un resultado.

Ahora bien, la educación se manifiesta a través de la enseñanza formal y la enseñanza informal. La enseñanza formal es aquella que estructurada científicamente se entrega de manera sistemática. Constituida por niveles que aseguran la unidad del proceso educativo y facilitan la continuidad del mismo a lo largo de la vida de las personas.

Se entiende por enseñanza informal a todo proceso vinculado con el desarrollo del hombre y la sociedad, facilitado por la interacción de unos con otros, sin la tuición del establecimiento educacional, como agencia institucional educativa. Se obtiene en forma no estructurada y sistemática del núcleo familiar, de los medios de comunicación y en general del entorno en la cual está inserta.

De los anteriores conceptos se deduce que verdaderamente la enseñanza formal o sistemática y la enseñanza informal o asistemática deben centrarse en el que aprende, el estudiante. Para lograr incrementar el caudal de conocimientos, y en los resultados que nos muestra a través de su conducta y de sus competencias.

### **1.3. Aprendizaje**

”El aprendizaje hace referencia al proceso o modalidad de adquisición de determinados conocimientos, competencias, habilidades, prácticas o aptitudes por medio del estudio o de la experiencia” (Ander Egg, 2009, pág.25).

También se puede mencionar que: “El aprendizaje social más útil en el mundo moderno es el aprendizaje del proceso de aprendizaje, que significa adquirir una



continua actitud de apertura frente a las experiencias e incorporar así mismo el proceso de cambio” (Según Rogers, 1975, pág.34).

Por otra parte, el mismo autor, distingue dos tipos de aprendizaje: por un lado el aprendizaje memorístico y por el otro, el aprendizaje vivencial; el primero tiene que ver con el aprendizaje de sílabas sin sentido, estéril, sin vida conseguido por la coerción y olvidado en cuanto a las condiciones que lo hacían obligatorio desaparecer; mientras el segundo, pone en juego factores afectivos y cognitivos. El estudiante participa responsablemente en el proceso mismo de aprender.

Según Bandura (1969, pág.51), existen dos formas de aprendizaje:

*Aprendizaje directo:* mediante el cual un organismo ejecuta una determinada acción observable en el momento en que realiza el aprendizaje.

*Aprendizaje por observación:* el sujeto adquiere nuevos patrones de comportamiento como resultado de observar la conducta de otros organismos y consecuencias.

Sin embargo, este autor, pone más énfasis en el aprendizaje por observación, cuando considera que un proceso requiere de:

- ✓ Atención
- ✓ La retención
- ✓ La producción
- ✓ La motivación

Tomando en cuenta los aspectos de atención, retención, producción y motivación en el aprendizaje, se observa que el estudiante debe estar en óptimas condiciones biopsicológicas para responder a dichos elementos para cambiar su conducta respecto al aprendizaje.



Si la enseñanza-aprendizaje se pone en práctica, necesariamente el sujeto que va aprender, debe prestar atención a toda la información que se le brinda; y él debe asimilarla, para lograr el objetivo propuesto.

#### **1.4. Proceso de enseñanza – aprendizaje**

En base a Ander Egg Ezequiel (2009), es el enfoque o perspectiva psicológica que considera la enseñanza y el aprendizaje, más que como resultado o producto, como un conjunto de fases sucesivas, tendientes a desarrollar y perfeccionar hábitos, actitudes, aptitudes y conocimientos de las personas. También, se entiende como las actitudes puestas en acción para promover el aprendizaje: estudio, práctica, trabajo grupal, controles de lectura, etc.

Se considera que en este proceso existe una relación dialéctica entre profesor y estudiante, los cuales se diferencian por sus funciones; el profesor debe estimular, dirigir y controlar el aprendizaje de manera tal que el estudiante sea participante activo, consciente en dicho proceso, o sea, "enseñar" y la actividad del educando es "aprender".

#### **1.5. Rendimiento académico**

De acuerdo con Tunnerman (s/d), el rendimiento académico es visto como el aprovechamiento satisfactorio de las competencias conceptuales, procedimentales y actitudinales por parte de los estudiantes, presenta diferentes niveles. Un buen rendimiento académico representará el cumplimiento del plan de estudios dentro de los plazos establecidos, en sentido amplio fundamentalmente, y por otro lado el no haber reprobado ninguna materia en un sentido estricto.

Es decir, que el Rendimiento Académico hace referencia a la evaluación del conocimiento adquirido en el ámbito escolar, terciario o universitario. Un



estudiante con buen rendimiento académico es aquel que obtiene calificaciones positivas en los exámenes que debe rendir a lo largo del proceso de enseñanza aprendizaje. El rendimiento académico en los jóvenes es afectado por distintas razones que pueden ser una mala administración del tiempo libre que poseen para estudiar, mucha carga académica, dificultad en ciertas asignaturas, y en estos días hay un sin fin de novedades que años atrás no había y no distraían al estudiante.

### **1.6. Actividades curriculares**

Son las diversas actividades que realizan los educandos con el apoyo del docente y que se consideran necesarias para el logro de los objetivos previstos por los programas oficiales, como para la adquisición de conocimientos, destrezas, habilidades, actitudes y valores: observaciones, expresiones y reflexiones.

### **1.7. Actividades extracurriculares**

Las actividades extracurriculares se definen de la siguiente manera: *“Son las actividades que se llevan a cabo fuera del horario escolar, pero que son concurrentes a las actividades escolares en cuanto a los propósitos educativos”* (Callisaya, 2008, pág. 15). Este tipo de actividades son muy variadas. Algunas de ellas son: correspondencia con estudiantes de otras instituciones, coleccionismo (*monedas, estampillas*), implicación de los niños y niñas en el proceso ecológico (*huerto o jardín escolar*), excursiones, campamentos, colonias de vacaciones, equipos deportivos (*fútbol, básquet, atletismo, natación, etc.*), difusión cultural (*teatro, cine, clubes*), divulgación científica (*foro de ciencias, exposiciones, etc.*).



## 2. Implicancias educativas del tiempo libre

El tiempo libre y el ocio son dos términos que se encuentran en continua evolución. Se puede afirmar que han estado presentes a lo largo de toda la historia de la humanidad, aunque no siempre con el mismo significado. Su evolución discurre de forma paralela a los cambios de mentalidad y a las complejas realidades de la sociedad del momento.

Hernández y Morales (2008), refieren la importancia y necesidad de conocer la dimensión histórica del ocio y el tiempo libre, para llegar a comprender la complejidad actual de los hechos.

El caso histórico más conocido de apuesta por la cultura del ocio fue la que se originó en la Grecia antigua, donde la Skholése presentaba como ideal griego cuyo significado etimológico era cesar o parar. Su sentido originario era estar desocupado y por tanto disponer de tiempo para uno mismo.

La Skholéno era un sinónimo de no hacer nada, sino la posibilidad de disfrutar de un estado de paz y de contemplación creadora. Para conseguir ese estado, necesariamente uno debía estar desocupado, es decir, no sujeto al trabajo (Hernández y Morales, 2008).

En Roma encontramos un nuevo concepto de ocio y tiempo libre, introducida fundamentalmente por Cicerón, el Otium. Entendido como tiempo de descanso del cuerpo y recreación del espíritu necesario para volver a dedicarse, tras la recuperación, de nuevo al trabajo. El trabajo no tiene una significación negativa como en Grecia. El ocio pasa a ser un medio y el trabajo un fin. Los romanos interpretaron la manera de entender el ocio como algo necesario para el descanso del cuerpo y del espíritu. El ocio no es un tiempo de ociosidad, sino de descanso y de recreo tanto como de meditación (Monera, 2005).



Durante la Edad Media, tras la caída del imperio romano, se acentúa la distinción entre el ocio como ideal de vida y el ocio como simple descanso. El ocio como descanso sigue siendo patrimonio de todos, aunque la diferencia de clases nobles y plebeyas establece formas diversas en su ocupación. La nobleza, los clérigos, los campesinos, los comerciantes y artesanos presentan formas peculiares de distracción y fiesta. La caza, la equitación, los juegos de combate y torneos, el ajedrez, el tiro al arco, la esgrima, la equitación, los cuentos y espectáculos de bailarines, el teatro, las canciones de los trovadores y juglares divertían a los nobles y a los caballeros y ocupan gran parte de su tiempo (Monera, 2005).

Los estudios sobre el empleo del tiempo libre aún son escasos. Esto tal vez se deba a que el tiempo libre *(de aquí en adelante, se utilizará como: “tiempo libre” y “tiempo de ocio” como términos equivalentes, ya que ocio proviene la palabra inglesa leisure)* no suele ser valorado de la misma manera que el tiempo dedicado a labores productivas o económicamente rentables. Sin embargo, se trata de períodos de tiempo en que las personas se dedican a actividades relacionadas con el entretenimiento y la diversión, los viajes, los juegos y deportes y, en ocasiones, actividades culturales como la lectura (Salazar, 2003).

Es así que, el estudio del tiempo libre es importante porque en este período de tiempo 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.

Actualmente cada vez más jóvenes 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, variables que están asociadas con el consumo de drogas y la conducta delictiva. En el caso de los jóvenes, la frecuencia y nivel de consumo de alcohol se ven en la actualidad incrementadas.



En tal sentido, Dumazedier, (2003), refiere que el ocio es un conjunto de ocupaciones a las que el individuo puede entregarse de manera completamente voluntaria tras haberse liberado de sus obligaciones profesionales, familiares, y sociales, para descansar, para divertirse, para desarrollar su información o su formación o para participar voluntariamente en la vida social de su comunidad.

## 2.1. Características del tiempo libre

Las vivencias que tienen los adolescentes en su tiempo libre están muy relacionadas con la creación de la identidad del joven. Para ellos el tiempo libre y el ocio tienen una gran importancia y por regla general estos se basan en conceptos. Tales como: La pertenencia a un grupo de amigos y su identificación con ellos es fundamental, hasta tal punto que el ocio se basa más en el hecho de estar con este grupo de amigos que en las actividades que realicen. También el alejamiento del mundo de los adultos, que se produce principalmente como un deseo de reafirmar su autonomía. Por eso suelen buscar actividades propias y que no se identifiquen con sus mayores. Por estas razones, los adolescentes son muy proclives a imitar a sus iguales y a seguir las modas y usos que se establecen en la sociedad en general y especialmente en su grupo de amigos. (García, 2003).

*¿Qué hacer después del colegio?* Los padres descansan durante las horas de colegio. Ellos saben dónde están sus hijos. Sin embargo, no tienen solucionado el destino del tiempo libre del que sus hijos disponen. Tanto el tiempo libre después del colegio como en los fines de semana. Ese tiempo libre denominado de ocio, es muy importante la dirección que se le dé, en la educación de los hijos. En primer lugar, son momentos cuando el niño tiene más peligro de extraviarse en una sociedad que le ofrece tantas oportunidades para ello y, en segundo lugar, porque es de gran importancia saber sacarle el mayor provecho posible al tiempo de ocio, haciendo cosas que sirvan para un desarrollo sano físico y psíquico. Se debe dedicar un tiempo a las distintas aficiones como ser: el deporte, la música, la





pintura, las artes marciales. Un tiempo para la lectura, otro para ver la televisión, para salir de paseo, visitar a la familia o a los amigos, para dar una vuelta en bicicleta o caminar para reflexionar por la calle.

## **2.2. Actividades a desarrollar en el tiempo libre**

¡Cuántas cosas se puede hacer en el tiempo libre! Pero la realidad indica que las salas de videojuegos y las discotecas son las más visitadas por los jóvenes en su tiempo de ocio, y por las noches son espectadores de lo que la televisión les brinda. Grupos reducidos logran disfrutar de la charla organizada, a través de los grupos juveniles u otras organizaciones. Algunos colegios abren sus patios los fines de semana y organizan diversas competencias deportivas. Todo ello indica que los padres deben preocuparse más en la organización del tiempo libre de los hijos.

### **2.2.1. Los deportes**

El deporte, es decir la afición a los juegos como ser: fútbol, básquet, atletismo, son sin duda las actividades más sanas, que ver y estar horas de horas viendo la televisión o estar jugando juegos con el ordenador.

Se considera un error que, con motivo de una mala calificación, se prive a los hijos de practicar su deporte favorito. Con frecuencia se piensa que la afición al deporte interfiere negativamente en los estudios de los educandos. Si un hijo o un estudiante se muestra desgano para cumplir con sus obligaciones escolares es debido a que no encuentra gratificantes tales tareas. En tal caso, parece más acertado el encanto que encierra todo aprendizaje y que, por alguna razón, él no lo ha descubierto todavía.



Desde los primeros años de primaria, los estudiantes se ven muy atraídos por el deporte y por los deportistas estrellas, a quienes intentan imitar. En sus charlas durante los recreos pasan bastante tiempo comentando las jugadas de la última jornada. Querer apartarles de esa afición propia de la edad es privarles de algo muy apreciado por ellos.

Si la obsesión fuera tan pronunciada que diera la impresión de que en su mente no hay otra cosa que el fútbol, se tendría que empezar revisando la conducta de las personas más significativas para el muchacho, por si su afición exagerada no fuera más que un reflejo de la afición, por ejemplo, del padre. De todas formas, será más acertado ayudarlos a caer en la cuenta de sus demasías antes que prohibirles su deporte favorito. Las reiteradas amenazas de prohibírselo, producen agresividad y desanimo, pero no afición a los estudios.

El deporte practicado es saludable para los estudiantes, particularmente para los adolescentes. Su organismo necesita el ejercicio. No tan saludable es ver cada día un partido por la pantalla, entre otras cosas, porque les quita mucho tiempo.

Los muchachos que tienen cualidades para algún deporte estrella, como son el fútbol o el baloncesto, suelen encontrar gran apoyo por parte de la familia, y sus habilidades tienen gran repercusión en el ambiente del colegio. No se considera muy educativo resaltar esa habilidad sobre otras muchas cualidades. En ese sentido, bien está que quienes tienen esas habilidades las cultiven.

Pertenecer a un equipo puede ser muy beneficioso para los muchachos; ya que tienen un grupo de referencia, cuando se encuentran unos con otros, en equipo o por separado, se sienten alegres, seguros y en su ambiente. El niño y el adolescente necesitan su grupo, su pandilla y amigos. Para sentirse unidos necesitan tener algo en común: ganar a los otros. Si perdieran el partido, habría



que entrenar más, pero lo que importa es ganar. Para eso forman un equipo, se dan grandes palizas entrenando y pasan sed durante el partido.

La influencia de las estrellas deportivas, supervaloradas económicamente por una sociedad que parece valorar en exclusiva el hacer dinero, tiene sus efectos negativos sobre los jóvenes. Por una parte, es muy difícil reunir las cualidades necesarias para ser un deportista estrella, por otra, esos fichajes millonarios motivan al joven fuertemente y, desde luego, con mucha más fuerza que los libros. Si el joven tiene como modelo a un futbolista estrella posiblemente llegue a descubrir que no tiene madera de deportista profesional después de haber perdido muchas horas de estudio. No todos podrán ganarse la vida dando patadas a un balón. En la vida se pueden hacer otras cosas más valiosas, aunque se gane menos dinero. La pena es que la sociedad siga inculcando, a través de tantos caminos invisibles, que lo que vale es ganar dinero.

### **2.2.2. Otros juegos**

La electrónica ha logrado el juego ideal para aislar cada día más a niños y mayores., la sociedad en el mundo occidental es hoy más urbana. Cada día viven más niños y jóvenes en las grandes ciudades. La calle ha dejado de existir quedando solo con un metro de acera para pasar. El resto lo ocupan los coches. No existen suficientes lugares deportivos, y por otra parte quedan lejos del domicilio. El niño sale del colegio y no sabe qué hacer. Solo la televisión, el celular y el ordenador son su compañía. Los padres están en sus cosas: trabajo, viaje o de compras. Los fines de semana se quedan cortos para poderlos dedicar a los pequeños. En ese sentido, todos necesitan un tiempo libre para sus distintas aficiones. Así los analistas de ventas han encontrado unos clientes. Basta con que unos pocos inicien el proceso: “mi amigo Carlos tiene ya la máquina de videojuegos y yo quiero una también” – expresa el pequeño. No se tardará en reaccionar: “Pues sí la tiene tu amigo, también la tendrás tú”.



Parece que la afición a la máquina de los videojuegos o los juegos en red se va acrecentando. Es entre los niños donde mayor les llama la atención. No se duda en considerarla más peligrosa que el abuso de estar delante de la televisión. Bien es verdad que utilizada con control puede despertar algunos reflejos, pero no compensa el aislamiento que se va creando el pequeño; pasa los recreos pulsando las teclas ya no corre, ni habla, ni discute con sus compañeros de curso.

### **2.2.3. Juegos de rol**

Otros juegos muy en boga son “los juegos de rol”. Juegos muy utilizados en terapias que han salido a la calle. Ya se celebran hasta reuniones a nivel nacional entre los adscritos a tales aficiones.

Los juegos de rol, valiosos en si como técnica para ciertos trastornos de personalidad, pueden resultar altamente peligrosos, ya que bajo el disfraz del personaje que toque interpretar se puede llegar a hacer verdaderos desmanes. El caso de un joven que, interpretando su papel, asesina sin más a un visitante, no es una casualidad. Basta con padecer cierta debilidad personal e identificarse con el personaje que se pide para que el triste acontecimiento se repita. O que se llegue a robar, probar droga, ser un impertinente con cuantos se cruzan en la calle por exigencias del rol.

Muchos de los actos realizados por los jóvenes llamados violentos son actos exigidos por el “juego de rol”.

Los padres deberían estar muy atentos al niño, escucharle mucho y comunicarse más con él, así el niño mantendría una confianza estrecha con su padre.

Todos recuerdan aquellos juegos inocentes, cuando se reunían niños y niñas jugando al coro, y al son de la canción se pedía a Juanito que besara a



Esmeralda. Eso es prácticamente el juego de rol, solo que practicado por personas amantes de sensaciones fuertes, que no saben cómo producírselas si no es escondiéndose bajo el ropaje de un personaje a quien tiene que representar por exigencias del juego.

#### **2.2.4. Las sectas**

Otro factor que incide sobre el aburrimiento de los adolescentes en sus ratos de ocio es el fenómeno de las sectas.

Desde la vertiente del joven, las fuerzas que le atraen hacia la secta son dos: la liberación del aburrimiento y el reconocimiento de sus cualidades.

Es frecuente escuchar hablar de la autoestima hoy en día, cuando en la educación de los niños y adolescentes no desarrollan su autoestima, porque las personas cercanas afectivamente a ellos no manifiestan su afecto, cariño y comprensión como debiera serlo.

El aburrimiento es otro elemento que está presente en el quehacer de los jóvenes ya que no han disfrutado del placer de conseguir algo meritorio por su propio esfuerzo. Han obtenido desde niños las cosas muy fácilmente. Cuando se enfrentan a las dificultades de los estudios, cuando son adolescentes, o de tener que someterse a un horario de trabajo, les resulta poco menos que imposible vivir. Una vida sin obligaciones, con un apoyo en principio también infalible, por parte del grupo, les resulta atractiva. Cuando caen en la cuenta de que en la secta son más controlados que en el ambiente donde antes vivían, ya es tarde. Su cambio de personalidad y de pensamiento ya se ha operado, y se ven sin fuerzas para salir de un ambiente donde, entre otras cosas, no se les permite pensar.



### **2.2.5. Los amigos**

Es una ilusión pensar que los jóvenes tendrán los amigos que gustan a los padres, la amistad no se puede imponer, y el dejar un muchacho o una amistad que desagrada a los padres, no es nada fácil de conseguir. Sin embargo, particularmente en la niñez y en la adolescencia, es importante que los padres conozcan, lo más posible a los amigos de sus hijos, así como a sus familias. Y sobre todo si su hijo es dócil, sumiso o débil de personalidad.

La presión del grupo, de la pandilla, de los amigos, puede producir desajustes serios en su conducta. Tal vez, la mejor forma de saber quiénes son y cómo son sus amigos, sea dejar hablar mucho a los hijos y, sobre todo, escucharlos, estar atentos a qué es lo que cuentan. Seguro que hablarán de muchas cosas de sus amigos, de qué hablan, qué hacen, cómo pasan los fines de semana y a qué juegan.

Nunca censuren con dureza las cosas que los hijos cuentan, porque el próximo día contarán menos cosas y terminarán por no contar nada. Con toda esa información que se va recogiendo de lo que expresa el niño, resultaría interesante encontrarlo de forma casual, al salir del colegio, por ejemplo, al encontrarse con los padres de los amigos del niño.

Pasado un tiempo, seguro que se tendrán suficientes elementos de juicio para manifestar a los hijos el pensamiento que se tiene acerca de sus amigos.

Es deseable que los mejores amigos del niño estén en la misma clase, y los padres deberían favorecerlo. Ello por varias razones: se conocen más, ya que pasan más horas juntos, conviven más tiempo y es bueno que esa connivencia sea lo más gratificante posible y, además, los hijos obtendrían mejores



calificaciones. Las notas obtenidas en el primer bimestre se correlacionan muy altas con la integración en el grupo.

Puede tener su explicación eso de que la amistad con los compañeros de clase repercute favorablemente en el éxito escolar: los amigos pasan mucho tiempo juntos, se habla de muchas cosas, pero entre otras, de las actividades realizadas en clase: hacen bromas imitando a profesores, comentan el error cometido en la clase de matemáticas, hablan sobre las tareas, es decir, que se están dando clase unos a otros en varios momentos de sus ratos de ocio, al mismo tiempo que unen la clase con el éxito del Barcelona frente al Real Madrid, y lo mal que se la hizo pasar Bolívar a The Strongest.

## **2.3. Perspectivas psicológicas y sociales del tiempo libre**

### **2.3.1. Funciones psicosociológicas del ocio**

El ocio ofrece al individuo unas condiciones ideales para la satisfacción de necesidades psicológicas permitiéndole alcanzar un equilibrio que tal vez sus ocupaciones laborales, familiares no le brindan. No obstante, la compensación del ocio a nivel individual es solamente parcial, pues no se puede olvidar la realidad de que se vive en sociedad y básicamente somos seres sociales. Las aportaciones individuales del ocio vendrán dadas fundamentalmente por el camino de la actitud que tome el sujeto ante las situaciones que seleccione.

### **2.3.2. Funciones sociales del ocio**

Son funciones relacionadas con la sociedad y su entorno, entendiendo este como los condicionantes sociales, políticas, económicas, culturales, ideológicas, etc. que lo forman.



### **a) La función de socialización**

Las condiciones de trabajo, llevan a un empobrecimiento de las relaciones sociales, conducen a la soledad, no hay comunicación interpersonal, el consumo deriva hacia formas individuales, el coche, la casa. En una familia suelen reunirse como mucho dos generaciones, en desmedro a que antes se reunían tres y hasta cuatro generaciones, la tasa de natalidad ha disminuido, la importancia del papel de la mujer en el mundo del trabajo ha aumentado, esto hace que se desmorone el núcleo social, los jóvenes también dejan la familia mucho antes, todo esto hace que esta pierda influencia sobre el nivel de socialización del individuo. En el ocio esta función es esencial, se manifiesta con más fuerza en una sociedad que tiene tendencia a reducir al individuo a su rol de productor-consumidor.

### **b) La función simbólica**

Según Sue, el ocio es por encima de todo un símbolo de clases, en este se distinguen las diferentes categorías sociales. El trabajo permite cada vez menos afirmar la pertenencia a una u otra, por lo que esto se da en el ocio; en los países del este podemos verlo claramente. Pero si el status profesional de un individuo, se determina de forma importante por su formación y su categoría social, las actividades del ocio dependen menos. Las prácticas de este se explican más por estilos de vida particulares, que por un condicionamiento general debido a la estratificación social. La elección de un tipo de ocio no depende, por lo tanto, únicamente de la categoría socio-profesional. Aparece tanto como símbolo de afirmación personal, de un deseo de individualización, que como símbolo de una clase social.





### **c) La función terapéutica**

Además de contribuir, como nos dice Dumazedier a la huida, al reposo, a la diversión, el ocio contribuye a mantener un buen estado de salud física, psíquica y social. La sedentarización ha traído muchos problemas, el organismo se ha convertido en parásito, lleno de enfermedades, hemos mejorado únicamente al hombre químico, pero no al psíquico. Ha aumentado el riesgo de muerte por infartos de miocardio, arterioesclerosis, etc. La sobrealimentación y el desequilibrio alimentario han producido lo que se denominan enfermedades de la opulencia. Desde el deporte competitivo hasta el paseo por el campo hay una amplia gama de actividades físicas que pueden contribuir al desarrollo armonioso del cuerpo, disminuir el riesgo de sufrir enfermedades, adquiriendo un grado superior de salud al de no enfermedad.

#### **2.3.3. FUNCIONES DEL OCIO EN EL PLANO INDIVIDUAL**

Dumazedier (1986) en el plano individual identifica tres funciones primordiales: Descanso, diversión y desarrollo de la personalidad. El autor parte de su concepción de ocio como:

*"el conjunto de ocupaciones a las que el individuo puede dedicarse voluntariamente, sea para descansar o para divertirse o para desarrollar su información o formación desinteresada, su voluntaria participación social o su libre capacidad creadora, cuando se ha liberado de sus obligaciones, familiares y sociales" (s/d).*

A partir de la misma señala sus tres "D":



### **a) Descansar**

Supone al mismo tiempo el reposo y la liberación; el reposo reparador después de la acumulación de tensiones y la fatiga de una jornada de trabajo, la liberación de las múltiples obligaciones que arrastra. El trabajo ha evolucionado de forma que se pasa de la carga física a la carga nerviosa. En épocas anteriores, el cuerpo tenía que esforzarse para poder vivir, ahora ya no es así, se vive más cómodamente, con la intervención de la computadora, de las nuevas tecnologías de la información y la comunicación.

Se está bajo el dominio de las nuevas tecnologías, de los nuevos inventos, no se la utiliza para lo que es necesario, sino para adaptarnos a ella. El trabajo se torna uniforme, repetitivo, con ausencia de movilidad física, hay una falta de comunicación con los compañeros, aparecen los problemas provocados por la contaminación ambiental, los ruidos, todo esto son factores que generan tensiones y desequilibrios. Desgraciadamente la mejora de las condiciones de trabajo queda siempre en segundo término respecto a la productividad.

No es sólo el trabajo el que carga psicológicamente, sino también otras cuestiones en torno a este como es el desplazamiento hasta el lugar de trabajo, el tiempo invertido en este ha aumentado considerablemente, los embotellamientos, provocan un sentimiento de ahogo. Estas horas perdidas fuera del trabajo, son vividas con mayor agobio que el propio tiempo de trabajo, ya que se pueden sentir como un tiempo de ocio perdido, mal empleado. La vida urbana lleva implícita la necesidad de momentos de reposo.

### **b) Divertirse**

Completa el anterior acápite dándole un contenido más dinámico. En la diversión se encuentra también la dimensión del juego, aspecto fundamental del ocio; los



juegos de todo tipo, son instrumentos esenciales para liberar tensiones e impulsos reprimidos por todas las reglamentaciones impuestas en los comportamientos, en la vida social, en el trabajo. La participación activa en un deporte es también una posibilidad de liberación física y psíquica, en el sentido de que es un acto gratuito, sin ningún fin sino en él mismo, es un gasto desinteresado de energía. No se someten los niños durante estas actividades sino a las reglas que se han escogido de forma libre sin ninguna coacción, ninguna obligación exterior interfiere en la elección personal. El juego, interpretado como una actividad de diversión, se convierte en una función importante del ocio.

La diversión favorece las relaciones sociales, la mayor parte de los juegos son colectivos, dentro de un grupo, un equipo o una familia, los juegos suponen un intercambio; de esta comunicación proviene lo esencial del placer. A veces no es más que un pretexto para enriquecer las relaciones afectivas o sociales. El aprendizaje de la vida social, se realiza más rápidamente en los jóvenes que participan en actividades deportivas. El niño aprende el respeto, la sumisión a un objetivo común, la necesidad de aceptar las reglas colectivas, el gusto por el esfuerzo compartido. Igualmente, en los adultos reduce la importancia de los grados sociales, los juegos permiten intercambios entre personas de diferentes categorías sociales, salir de un modo social "estrecho" para entrar en otros universos sociales.

### **c) Desarrollar la personalidad**

Es la etapa más ambiciosa, supone que el individuo después del trabajo, tenga suficiente energía para hacer actividades que contribuyan a su desarrollo intelectual, artístico y físico.

Si las dos anteriores suponían una huida, en el ocio, esta es la más compensadora en relación al trabajo, recompensa los efectos negativos de este.



Se define como la ampliación del campo de interés de un individuo por lo que le rodea; supone una búsqueda activa de todas las actividades que pueden contribuir al desarrollo físico y mental. El ocio en esta función permite la expresión de cierta polivalencia existente en cada individuo, con el fin de evitar el agotamiento físico o intelectual engendrado por una forma de vivir unidimensional.

## **2.4. La importancia de saber cómo organizar y administrar el tiempo**

Toda acción que se desee realizar, todo objetivo que quiera concretarse, requiere tiempo. El aprendizaje, en tanto proceso, también requiere tiempo. El tiempo, entonces, es un recurso, algo que se necesita aprender para lograr los propósitos. Como todo recurso su uso será más efectivo cuanto mejor se lo organice. Para ello es necesario tomar en cuenta lo siguiente:

### **2.4.1. El análisis del uso del propio tiempo**

En este apartado, imagínese la asistencia a una clase, un trámite en el colegio, la reunión con un grupo de compañeros para redactar un informe de laboratorio, asistir a una consulta con un profesor, etc. Puede llegar a creer que no hay ser humano que sea capaz de cumplir con todo. Entonces, es el momento de aprender algunas estrategias de organización del tiempo.

Una de tales estrategias es la identificación de todas las actividades u obligaciones.

A menos que se tenga conocimiento sobre qué es lo que se quiere o tiene que hacer no podrá organizarse para hacerlo. ¡Ojo, no se habla sólo de trabajo o estudio! Entre las actividades pueden figurar el visitar o pasar tiempo con amigos, ir al cine o a bailar, practicar un deporte, descansar, etc.



Por ello, un elemento importante es el agrupar dentro de categorías, las actividades que se desarrollan cada día de la semana. Las categorías pueden ser:

- a. Estudio o trabajo
- b. Recreación
- c. Descanso
- d. Actividad social
- e. Otras categorías que se consideren pertinentes

Ahora bien, si se suman las actividades de cada categoría o grupo ¿a qué grupo o grupos de actividades se dedica más tiempo? Este ejercicio es muy importante. A veces existe la queja de que no alcanza el tiempo, pero cuando se realiza un análisis como el anterior, sale a la luz que lo que sucede en realidad es que se está destinando tiempo a cosas que no gratifican, o que no conducen a lograr los objetivos planteados.

Se debe tener claro cuáles son los objetivos y las metas, esa es otra manera de administrar mejor el tiempo personal.

*Para esto se debe formular la siguiente pregunta:*

¿Se anima a tomar un tiempo para pensar qué es lo que desea lograr en su vida o dentro de cinco años?

Cuando se haya pensado en las metas que se quieren se vuelve a leer el listado y la clasificación de actividades. Ahora bien, seguidamente se debe plantear las siguientes preguntas: ¿Cree que se debería comenzar a realizar otras actividades y priorizar alguna área en particular? o ¿Está dispuesto a hacerlo?



Muchos estudiantes expresan que en la escuela solo estudian un día antes al examen y expresan que eso es suficiente. En principio, eso parece muy práctico, pero para la mayoría de las personas que tienen un criterio más desarrollado, esos estudiantes necesitan revisar sus prioridades.

#### **2.4.2. La planificación por adelantado de lo que se quiere y debe realizar**

La planificación es un recurso que tienen las personas con una actitud previsora para descomponer una meta, por ejemplo, la presentación a un examen en una determinada materia en actividades intermedias que posibiliten lograrla, por ejemplo: dedicar tantas horas semanales al estudio para llegar a tiempo y bien preparado para el examen.

Otra estrategia que por lo general no se la considera en toda su importancia, es: Lograr la atención plena en lo que se está haciendo, cuando se lo debe hacer para no tener que hacerlo en otra ocasión.

Esto parece un trabalenguas, póngase un ejemplo: la asistencia a las clases de cada materia es algo que tendrá que realizar el estudiante prácticamente todos los días de la semana, durante 5 días a la semana.

Si logra desarrollar una atención activa, se ahorrará tiempo en el estudio posterior de otras materias ya que al escuchar y seguir con atención la exposición del profesor se tiene la oportunidad de aclarar las dudas, de plantear preguntas, escuchar las preguntas de los compañeros, las advertencias y las recomendaciones del profesor.

Respecto al mejor uso del tiempo, también es conveniente que se descubra cuál es el ciclo energético personal y que se lo use de la mejor manera posible.



Reservar el mejor momento para aquellas tareas que requieran mayor concentración y si es posible, organizarlo de forma de que se disponga de un rato de tranquilidad después de terminarlas, sobre todo si se ha estado sometido a una gran presión como, por ejemplo, un parcial o examen final.

### **2.4.3. El diseño de una agenda diaria**

En el apartado anterior, la idea expuesta es que no puede evitarse que pase el tiempo, pero sí se puede decidir de qué forma emplearlo. Todos emplean el tiempo de un modo diferente y de la forma que más se adecua a su manera de ser y al tipo de actividad que realizan.

En este apartado nos referiremos a un instrumento de carácter personal que ayudará a organizar mejor los tiempos; se trata de la agenda.

Según el Diccionario de la Real Academia Española una agenda es un: “*Libro o cuaderno en que se apunta, para no olvidarlo, aquello que se ha de hacer*” RAE (2001). Pero una agenda no sólo ayuda a organizar el tiempo sino también la mente.

En la medida en que se van realizando distintas tareas o actividades la mente se va liberando de preocupaciones.

A continuación, se ofrecen algunas pautas fundamentales para organizar y aprovechar mejor el tiempo con la ayuda de una agenda:

- Elaborar una lista de los objetivos de la semana y afrontarlos por orden de prioridad.
- Redactar todos los días en una lista las “cosas que se tendrán que hacer” y ordénalas según su prioridad.



- Dedicar toda la atención a las prioridades.
- Utilizar una sola vez las listas que se hayan elaborado. No guardarlas si no se las has cumplido.

Como último punto a tratar, el instrumento que juega un rol central en la organización de tiempo y de las diversas actividades relacionadas con el estudio es el calendario académico.

El calendario académico es una especie de agenda institucional en la que figuran tiempos de inicio y finalización de bimestres, tiempos de actividades cursadas, de llamados y turnos de exámenes, de inscripciones para el cursado de materias o para rendirlas y de vacaciones.

Este es un elemento objetivo importante, un instrumento, que permitirá programar mejor las actividades en vistas a plazos que la unidad educativa ha estipulado tanto para los estudiantes como para los profesores. Dada la importancia que tendrá en el futuro del estudiante.

Varios años atrás, alguien cantaba "La vida es lo que pasa, mientras tú estás ocupado en hacer planes". Se trata de organizar, no de programar, para aprovechar mejor el tiempo y vivir lo que se quiera y como quisiera vivirse; desde luego, en la medida de las posibilidades.

#### **2.4.4. Pasos para vencer a los enemigos del tiempo**

El vencer a los enemigos del tiempo, será cuestión de voluntad, valor, autodisciplina y también madurez personal, que se va adquiriendo en el transcurso del proceso con mayores responsabilidades a medida que pasan los años en el ser humano.





En los estudiantes también es importante una adecuada administración del tiempo, principalmente cuando se encuentran fuera de la unidad educativa y de clases, cuando los padres no se encuentran presentes en el hogar y no están junto al hijo (a), con el fin de orientarlos, para que realicen diferentes actividades, desde la recreación hasta las actividades escolares, en el momento más adecuado para lograr los propósitos deseados, por eso es bueno seguir los siguientes pasos, recomendados por Roció Quesada (2008):

- a) Definir las actividades a realizar
- b) Jerarquizar las actividades.
- c) Delimitar el tiempo de cada actividad
- d) Organizar el horario.
- e) Ejecución.
- f) Evaluar.

✓ **Definir las actividades a realizar.**

El definir apropiadamente las actividades más esenciales, y escribir todas las actividades que se desea y se debe realizar son importantes. En esta identificación de actividades se toma en cuenta los trabajos prácticos a realizar, que generalmente se la conoce con una semana de anticipación, lo mismo ocurre con los exámenes.

Ahora bien, las tareas regulares de la escuela, los repases y controles de lectura también deben ser considerados, Además se debe tomar en cuenta todas las actividades recreacionales como ser: mirar televisión, la práctica de deportes, encuentros con amigos y otros que se consideren necesarios, así como también todo lo que respecta a la vida social sean compromisos, reuniones, ensayos que son parte de la vida cotidiana de toda persona.



Ahora bien, la actividad física necesaria para el equilibrio físico intelectual, indudablemente precisa de tiempo, para practicar y/o ejercitar los músculos en forma permanente, esta se constituye en parte importante de nuestro ser. Recordando que la inacción es causa fecunda de enfermedades, mientras que la acción aviva y regula la circulación de la sangre, necesaria para la vida y la salud físico mental.

Todas estas actividades a realizar deben ser enlistadas y a medida que se escribe, se va precisando y desechando actividades que no ayuden a alcanzar los objetivos propuestos por uno mismo.

Del mismo modo, el aseo y la alimentación cotidiana también requieren de tiempo, recordando que muchos estudiantes van a la escuela sin desayunar, simplemente por falta de tiempo en las primeras horas de la mañana y como consecuencia tendrá un desenvolvimiento parcial en el proceso de aprendizaje. Recordando que una mente clara y un raciocinio correcto depende de la clase de sangre que se irriga al cerebro.

✓ **Jerarquizar actividades.**

De las actividades enlistadas anteriormente, es importante dar prioridades en orden jerárquico, actividad por actividad, del primero al último, esto comprende dar prioridad e importancia a cada una. De esa manera se encuentran actividades muy importantes y menos importantes, así como las urgentes con prioridad de realizar, como importantes que se las pueden ir avanzando pausadamente, esto en el orden en que se debe ejecutar las diferentes actividades, considerando actividades académicas y también actividades del hogar y recreacionales.



### ✓ **Delimitar el tiempo de cada actividad.**

Cada actividad requiere de un tiempo determinado y para ejecutarla apropiadamente es primordial calcular el tiempo aproximado y necesario para realizar la actividad. De las distintas actividades a realizar, se debe conocer el tiempo aproximado que se precisa para su ejecución. Así como el tiempo demandado en actividades cotidianas de aseo, alimentación, transporte para llegar hasta la unidad educativa, y no tener percances de atraso que perjudiquen el aprendizaje regular. Además, conocer también las horas de ingreso, salida, descansos pedagógicos y periodos libres en la escuela.

Se debe precisar el tiempo requerido para el estudio, y la hora más adecuada en la que se puede realizar la actividad con mayor eficiencia y eficacia. La recomendación de los expertos indica que al estudiar, es bueno iniciar con las materias más difíciles, ya que la mente está más fresca para esta actividad y luego los otros temas sencillos serán más agradables de terminar sean las tareas o el estudio.

### ✓ **Organización de un horario**

Habiendo identificado las actividades de interés y determinar la propiedad que tienen, para posteriormente asignar el tiempo que precisa cada actividad, es útil confeccionar un horario semanal, para abordar diferentes actividades que no tienen horarios definidos, esto significa planificar todas las actividades para iniciar la semana, es decir un horario similar al de la escuela.

El horario elaborado debe contemplar los siete días de la semana con las actividades desde la hora de levantarse hasta la hora de acostarse, no será rígido y robotizado, pero orientará a realizar todas las actividades planificadas y no



improvisarlas en el transcurso del día y de la semana; considerando que es para estudiantes en edad escolar.

### ✓ **Ejecución**

Cuando se tiene elaborado un horario o agenda semanal, es adecuado tener varios ejemplares, para tenerlo visible, como ser en el cuarto, en la puerta de salida, para recordar los lugares y actividades que uno tiene que realizar antes de salir a la calle. También es recomendable llevar un ejemplar consigo, y cuando el estudiante se encuentre en algún lugar fuera de casa, puede recordar todas las actividades a realizar, en cualquier lugar y momento.

Llegamos a la etapa de ejecución donde lo planificado debe ser ejecutado en el transcurso de las horas del día y de la semana. Se precisa de un autocontrol para ejecutarlo acorde a lo planificado y principalmente realizar esfuerzos para cumplir con los horarios de las actividades previstas. Desarrollar las actividades deportivas y recreativas no serán difíciles si se desean extenderlas más tiempo, para realizar esas actividades; sin embargo, se debe recordar que las responsabilidades escolares deben ser la prioridad.

En ocasiones se presentan actividades no planificadas. En esos casos es importante discriminar entre lo importante y urgente para decidir con certeza y en forma oportuna, si no se pudo cumplir con alguna actividad, lo recomendable será reconsiderado para ejecutarlo más adelante y quedar satisfecho de haber cumplido con lo planificado.

### ✓ **Evaluar**

Realizar una evaluación de todo lo ejecutado y no ejecutado es lo más acertado, para poder proseguir con actividades que ayuden a alcanzar objetivos y



reconsiderar aquellos aportes en el logro de los objetivos. Se encontrarán también actividades no concluidas por diferentes circunstancias, en esos casos, es bueno identificar las razones para no haber concluido una actividad y encontrar el remedio adecuado es lo recomendable.

Ajustar el horario de una siguiente semana considerando la experiencia de una semana anterior ayudará en la planificación y ejecución de actividades. Realizar este ejercicio toma un tiempo determinado, al planificar semanalmente todas las actividades, pero es positivo y alentador, ver como durante la semana se ahorra mucho tiempo y se organizan las actividades, que permitan realizar todas las actividades que se desea ejecutar, de esa manera cumplir y sentir la satisfacción de haber cumplido y alcanzado los objetivos propuestos.

El seguir todos esos pasos y proseguir cíclicamente cada semana en forma regular, ayudará para que logre ser un hábito eficaz en la vida de la persona. Considerando que, la administración del tiempo libre, es la administración de la vida de uno mismo y resulta que malgastar el tiempo libre es también malgastar la vida, como indica Mauro Rodríguez (Administración del tiempo. 1994. Pág. 38).

Por lo cual, la apropiada planificación y organización del tiempo libre para realizar todas las actividades, evitará la pérdida y despilfarro del mismo, logrando controlar a los enemigos externos e internos que cada ser humano tiene en su vida cotidiana.

### **3. EL RENDIMIENTO ACADÉMICO Y SUS DIMENSIONES**

Los estudios realizados sobre el rendimiento académico permiten vislumbrar tres formas como ha venido entendiéndose:



- 1) Como un resultado expresado e interpretado cuantitativamente.
- 2) Como juicio evaluativo – cuantificado o no – sobre la formación académica, es decir, al proceso – llevado a cabo por el estudiante.
- 3) De manera combinada asumiendo el rendimiento como - proceso y resultado – evidenciado tanto en las calificaciones numéricas como en los juicios de valor sobre las capacidades y el “saber hacer” del estudiante derivados del proceso y, a su vez, teniendo en cuenta aspectos institucionales, sociales, familiares y personales de los estudiantes, los cuales afectan y son afectados en la dicotomía "éxito o fracaso académico".

En el primer grupo se encuentran autores como Tonconi (2010) quien define el rendimiento académico como el nivel demostrado de conocimientos en un área o materia, evidenciado a través de indicadores cuantitativos, usualmente expresados mediante calificación ponderada en el sistema vigesimal y, bajo el supuesto que es un "grupo social calificado" el que fija los rangos de aprobación, para áreas de conocimiento determinadas, para contenidos específicos o para asignaturas.

Según esta caracterización, se infiere que el rendimiento académico, entendido sólo como *resultado*, no siempre puede dar cuenta de los logros de aprendizaje y comprensión alcanzados en el proceso, por un estudiante. El nivel de esfuerzo no es directamente proporcional con el resultado del mismo, así como la calidad del proceso llevado por él no puede verse reflejada en las notas obtenidas; ahí radica la importancia de concebir un concepto más amplio que corresponda e involucre el proceso del estudiante y sus condiciones socioeconómicas.



En el segundo tipo de estudios se encuentran autores Reyes (2003) y Díaz (1995), los cuales tienen en cuenta el proceso que pone en juego las aptitudes del estudiante ligadas a factores volitivos, afectivos y emocionales, además de la ejercitación para lograr objetivos o propósitos institucionales preestablecidos. Tal proceso "técnico-pedagógico" o "de instrucción-formación" se objetiva en una calificación resultante expresada cualitativamente. Otros autores como Giraldi (2010), Bentacur (2000) y Romano (2007) abordan ciertos aspectos conscientes e inconscientes que inciden en el desempeño del estudiante. Este tipo de estudios es netamente cualitativo y se fundamenta en la psicología de orientación psicoanalítica.

Por otra parte, y de acuerdo con Navarro (2003b: 2) en cuanto a que abordar el tema del rendimiento académico no puede concebirse desde una perspectiva unilateral, en el tercer tipo de definiciones se articulan horizontalmente las dos caras de rendimiento: proceso y resultado. Es el caso de Chadwick (1979) quien considera que el rendimiento académico debe concebirse tanto cuantitativamente, cuando mide lo que arrojan las pruebas, como en forma cualitativa, cuando se aprecian subjetivamente los resultados de la educación.

La última perspectiva se identifica con el presente estudio. Así, si bien el proceso de enseñanza-aprendizaje posibilita obtener un nivel de funcionamiento y logros académicos a lo largo de un período que se expresa en una sola calificación global, en ella influyen diversos factores, psicosociales, biológicos y familiares, además de las experiencias de aprendizaje y la calidad de la enseñanza brindada. El resultado se expresa no sólo en notas sino también en acciones entendidas como lo que efectivamente el estudiante logra hacer con lo aprendido. Como lo diría Chadwick (1979) el rendimiento académico es la expresión de capacidades y características psicológicas del estudiante que se actualizan a través de un proceso de aprendizaje.



### 3.1. El concepto de rendimiento académico

Con el propósito de lograr una definición acorde con el contexto de la presente investigación se retoman, a grosso modo, algunas acepciones propuestas por María Moliner (2007) en el "Diccionario de uso del Español", así como las encontradas en el "Diccionario de la Real Academia de la Lengua Española". En el primero se encontró el concepto *rendimiento* del Latín *relatio*, referido al "producto o utilidad dado por una cosa en relación con lo que consume, cuesta, trabaja"; mientras que en el segundo se encuentra en una de las definiciones la *proporción* entre el producto o el resultado obtenido y los medios utilizados".

Si se comparan las dos primeras definiciones se puede decir que mientras la primera sitúa el rendimiento como producto de una *relación* entre una "cosa" puesta a producir a partir de otra consumida; la segunda identifica la clase de *relación* como *proporcional*, es decir, una relación de correspondencia entre las dos cosas. Al respecto, cabe realizar el mismo ejercicio con el concepto de "relación", del Latín *relatio*, el cual se refiere a la situación que se da entre dos cosas cuando hay alguna circunstancia que las une, en la realidad o en la mente (Moliner, 2001: 909); y aplicándolo al contexto académico, se puede complementar con Reyes (2003) quien plantea que para entender el problema del rendimiento académico de manera científica se debe encontrar la relación de correspondencia existente entre el trabajo realizado por los profesores y estudiantes y la educación, es decir, la perfección intelectual y moral lograda por éstos, dado un contexto socioeconómico y cultural en el que se desenvuelven.

La calificación que obtiene un estudiante al final de un curso o como producto total de semestre, sea ponderada o no, aunque da cuenta del saber de un estudiante se asume con objetividad entre paréntesis dando espacio al desacuerdo, al estudiante y a la institución educativa, es decir, la posibilidad de





analizar otras representaciones o interpretaciones del proceso de enseñanza y aprendizaje, donde el estudiante y su realidad subjetiva y condiciones se tengan en cuenta.

En cuanto al significado de "proceso" Moliner (2007), lo sitúa viniendo del Latín *processus* y referido a "desarrollo o marcha de una cosa" y en una de las definiciones de la Real Academia Española se encuentra "acción de ir hacia adelante". Este significado aplicado al aprendizaje y a la formación de un individuo se refiere a la manera continua de lograr conocimiento, el cual siempre será susceptible de ser ampliado, revisado, rebatido y de constituirse en objeto de nuevas interpretaciones.

En este contexto, las notas obtenidas por un estudiante en cada asignatura, representarían los peldaños que debería ascender para formarse como profesional. Dichos peldaños implican, en sí mismos, recorrer un camino o llevar a cabo un proceso de aprendizaje que es avalado por la comunidad académica o los profesores que, como autoridad, consideran a un estudiante competente o no.

Después de desagregar los elementos que integran la concepción de rendimiento académico, en términos globales, se destacan dos elementos; primero, la relación que existe entre un proceso realizado por un estudiante y segundo, los logros tangibles que se pueden alcanzar: una nota obtenida en un curso, un cierto nivel de sus saberes, el promedio de las notas de un semestre académico, el título profesional, entre otras. Para llegar a la definición de rendimiento académico en esta investigación como la siguiente:

*“La relación entre el proceso de aprendizaje, que involucra factores extrínsecos e intrínsecos al individuo, y el producto que se deriva de él, expresado tanto en valores predeterminados por un contexto sociocultural como en las decisiones y acciones del sujeto en relación*



*con el conocimiento que se espera obtenga de dicho proceso” (Lerner. 2006: pág. 82).*

### **3.2. Dimensiones que inciden en el rendimiento académico**

Una vez definido el concepto de rendimiento académico y teniendo en cuenta la revisión de estudios realizado, se pueden considerar varios aspectos que inciden en dicho rendimiento e incluyen desde lo personal y hasta lo sociocultural. Entre estos aspectos se pueden colocar o contener unos a otros o colindarse; por esto, en el presente estudio se habla de agrupación de los diferentes aspectos en dimensiones.

En el marco bibliográfico revisado han circulado cinco dimensiones: económica, familiar, académica, personal e institucional, que tienen en cuenta variables del individuo y de la institución educativa como tal. Estas dimensiones y sus variables se pueden relacionar entre sí de forma directa y evidenciable, o por el contrario, es posible hacerlo a distancia sumando efectos a lo largo de una cadena de interacciones entre ellas. Los efectos demostrables y observables de las variables que inciden el rendimiento académico de los estudiantes, están mediadas por el enfoque cuantitativo y cualitativo de la investigación, y en esta, por los instrumentos utilizados para recoger información y los procedimientos utilizados para medir e interpretar el grado de su efecto o la magnitud de su incidencia.

#### **3.2.1. Dimensión académica**

Esta dimensión se refiere al qué y al cómo del desarrollo académico del sujeto en su proceso formativo, en la secundaria y en la universidad. En este sentido, se consideran tanto variables que afectan directamente la consecución del resultado de dicho proceso, como aquellas que lo evidencian. En cuanto a la



evidencia del resultado académico, en todas las investigaciones rastreadas que enfocan el rendimiento académico como resultado cuantitativo; es recurrente que los investigadores consideren que las notas obtenidas en la secundaria y/o en el examen de admisión a la universidad --es decir; el rendimiento académico previo--, sean consideradas como predictores del buen desempeño de los estudiantes en el proceso de profesionalización.

Es usual encontrar en los estudios una correlación positiva entre el aprendizaje obtenido en los niveles de educación básica y media; y los logros en educación superior, llegando a la conclusión de existir una alta probabilidad en que los mejores estudiantes universitarios son aquellos que obtuvieron en su formación escolar buenas calificaciones, siendo la calidad de este tránsito, del colegio a la universidad un precedente positivo.

Por otro lado, las investigaciones que incluyen aspectos cualitativos refieren a otra variedad de elementos. Por ejemplo, respecto del estudiante, Hernández y Pozo (1999) y Contreras (2008), identifican en los hábitos de estudio (tiempo de dedicación, entre otros), y hábitos de conducta académica (asistencia a clases, uso de tutorías), un elemento fundamental a la hora de analizar el rendimiento académico. Este último autor, señala la adecuada o inadecuada orientación vocacional, como un aspecto a considerar.

En el aprendizaje especialmente de las ciencias básicas, se considera en varias investigaciones que los logros tienen que ver con la actitud del estudiante frente a las mismas, así como por la relación --positiva o negativa-- que se establece entre maestros, estudiantes y objeto de conocimiento, como se puede ver en tres de las investigaciones rastreadas: Lerner y Gil (2002), Aliaga Tovar (1998<sup>a</sup>, citado por: Reyes 2003) y Barraza (2007).



En este sentido, el rendimiento académico se ve afectado por la calidad de vínculo que establece el estudiante con el aprendizaje mismo, teniendo en cuenta que el deseo de saber, la curiosidad, la duda y la pregunta, como elementos de una actitud investigativa, se constituyen en un estilo de vida que caracteriza a los estudiosos y apasionados por la búsqueda del saber. Es decir, la relación afectiva —pulsión epistemológica— que se establece con el objeto de estudio es un elemento nuclear para entender el rendimiento académico, así como se ve en las investigaciones realizadas por Lerner, Vargas et al (2004) y Gargallo (2007).

Al respecto, algunas ideas sobre la formación en el ámbito académico expresadas por Lerner en su trabajo *Análisis interminable de vértices y discursos* plantea:

*Las causas inferidas para explicar el problema (del bajo rendimiento académico) son múltiples y se relacionan, en muchos casos, con la edad en que ingresan los estudiantes a la universidad, la falta de claridad sobre su identidad profesional, sus aptitudes e intereses. Sin embargo, los jóvenes son poco conscientes de la responsabilidad que tienen en su fracaso académico y generalmente proyectan sus dificultades en el sistema educativo, en sus profesores, sobre todo en los de las asignaturas de matemática, áreas todas que para comprender implican: estudio, orden, rigurosidad, y un trabajo dedicado y continuo.*

*Si el estudiante no asume una actitud crítica frente a su método de estudio y su compromiso académico, las relaciones en el aula se ven afectadas y el fracaso reiterativo se revierte en apatía, temor y rechazo hacia el objeto de conocimiento y a quien lo detente. Asimismo, el problema permea al entorno - familia, sociedad- en un círculo vicioso que exige a las instituciones preguntarse por las fallas en los procesos pedagógicos y a invertir grandes esfuerzos en la búsqueda de soluciones, acordes a la calidad de la educación que se desea impartir (Lerner. 2006: 11-12).*



### 3.2.2. Dimensión económica

La dimensión económica se relaciona con las condiciones que tienen los estudiantes para satisfacer las necesidades que plantea el sostenerse mientras cursa su programa académico: vivienda, alimentación, vestuario, transporte, material de estudio, gastos en actividades de esparcimiento, entre otros. Si estas son favorables se espera que desarrollen sus actividades académicas con solvencia, autonomía y los resultados sean satisfactorios.

De acuerdo con la revisión de la literatura, no se puede desconocer las implicaciones que tiene la dimensión económica tanto para el individuo como para la institución, estas se clasifican en tres factores generales: el individual, el laboral y el del hogar. El primer factor, individual comprende variables asociadas a los ingresos o recursos económicos relacionados directamente con el estudiante y que provienen de diferentes fuentes como: auxilios o becas para estudio, mesadas o mensualidades que los padres o tutores dan a los estudiantes, pensiones otorgados por uno de los padres que conformó otra familia.

Algunos autores han contemplado el hecho de ser beneficiario de una beca como variable significativa para explicar el Rendimiento Académico. Así consideran que la condición de becario tiene dos implicaciones directas que a su vez están relacionadas entre sí; primero, otorga mayor disponibilidad de recursos al estudiante para solventar gastos y tener una mayor tranquilidad y tiempo para dedicarse a estudiar; segundo, incentiva un mayor rendimiento académico cuando este es requisito para mantener la subvención.

Los recursos económicos requeridos para contar con una cierta autonomía y solvencia para los gastos personales permiten inferir las preocupaciones del estudiante que trabaja cuando tiene que hacerse cargo de pagar, entre otros,



su alimentación, materiales de estudio y transporte, asumiéndose como un adulto joven administrando su propio dinero.

Un segundo factor a considerar es el laboral pues se considera que limita el tiempo y la capacidad física e intelectual para dedicarse al estudio y comprometerse con el cumplimiento de responsabilidades académicas. Este efecto puede ser mayor o menor dependiendo del tipo de jornada laboral que tenga el individuo, según sea de tiempo parcial o completo.

En el tercer y último factor, está relacionado con las condiciones del hogar y su importancia radica en la posibilidad de que gran parte de los estudiantes dependen económicamente de sus padres. Así, entre las variables asociadas se encuentra: la ocupación de los padres, los ingresos del hogar, el estrato de la vivienda, la persona que costea los gastos de matrícula y sostenimiento y el tipo de vivienda - propia o no -. Se espera así que los ingresos altos estén relacionados con tener vivienda propia y en estrato alto, además, cuando los estudios son costeados por una persona diferente a los padres se infiere que estos no tienen la capacidad económica de asumir los gastos de los estudiantes.

### **3.2.3. Dimensión familiar**

Se entiende esta dimensión, como el ambiente familiar donde se desarrolla y crece un individuo, el cual puede favorecer o limitar su potencial personal y social, además de tener efectos en la actitud que asume frente al estudio, la formación académica y las expectativas con proyectos de educación superior. En la familia se sientan patrones de comportamiento, valores y sistemas de relación entre sus miembros que son registrados a nivel consciente e inconsciente de tal forma que en la dinámica familiar se puede constatar que la actitud del niño hacia sus padres, en forma positiva o negativa,



puede transferirse, asimismo, a personas sustitutas. Estos representantes de los padres son principalmente maestros y educadores (Schmidt, 1980: 44).

Observando el problema desde la psicología, tendiente a una orientación psicoanalítica, es preciso recordar que en la vida psíquica nada es casualidad. Entonces, si en la labor educativa se tiene en cuenta la influencia de la familia resulta necesario recordar que, en las manifestaciones conscientes, o en las explicaciones que los estudiantes construyen para explicar las causalidades de su rendimiento académico, se pueden develar múltiples indicios de la relación con los padres y el lugar que otorgan a las figuras de autoridad y —conjeturar los procesos que se desarrollan en las profundidades de su inconsciente (Schmidt, 1980: 45).

En algunos estudios, esta dimensión es considerada la más significativa para explicar el rendimiento académico, específicamente la variable clima familiar como lo plantea Carmen Rosa García (2005):

*A lo largo de la vida del ser humano, éste va adquiriendo una serie de habilidades que le permiten adaptarse a su medio, tanto físico como social; que en primera instancia es la familia; entre estas habilidades destacan aquellas que hacen posible interactuar con otras personas: las habilidades sociales, que son capacidades que posee el individuo para resolver sus propios problemas y los de su medio sin perjudicar a los demás (...) La familia es un espacio de encuentro personal, de filiación, de donación en su significado más profundo y humano, llegando a la conclusión que la familia es un encuentro con la identidad (pág. 64).*

Tanto en los estudios cuantitativos como cualitativos sobre el tema, es recurrente la referencia a aspectos familiares, entre ellos el nivel educativo de los padres, referido por autores como Valenzuela, Schiefelbein, et al (1994), Mella y Ortiz (1999), y Porto, Di Gresia y López (2004). Éste último resalta la importancia de la madre como transmisora de un nivel cultural que favorece o



no el desempeño académico de sus hijos. En este sentido, autores como Tonconi (2010) y Díaz (1995), señalan la relación del capital cultural que la familia transmite a los hijos, lo cual implica la educación formal recibida por ambos padres. Por su parte, Navarro (2003) propone la incidencia de las expectativas del entorno familiar en el desempeño académico de los hijos.

Otro factor incluido en esta dimensión es el referido por Barrientos y Gaviria (2001), quienes enfocan la importancia de la interacción entre padres e hijos en relación con el desempeño escolar. Dicha interacción es el marco en el que se constituye el sujeto en su relación con la norma, la institución y los hábitos. En este sentido, Giraldi (2010) y Betancur (2000), señalan cómo la relación entre padres e hijos es el fundamento del devenir subjetivo en el ámbito escolar; la primera autora propone la existencia actual de una crisis del padre como referente de autoridad, que incide en el desempeño académico de los jóvenes; y la segunda indica cómo el deseo del joven se ve asfixiado por el de sus padres, lo cual puede determinar su devenir académico.

También, se incluyen en la dimensión familiar: el nivel educativo del padre y de la madre, representado en variables que abordan su nivel de educación formal, y la calidad de la interacción entre padres e hijos, traducida en el manejo intrafamiliar de los conflictos y la percepción del estudiante acerca de su grado de confianza, autonomía y libertad de expresión al interior de su familia.

#### **3.2.4. Dimensión personal**

Tener en cuenta al individuo para realizar el análisis del rendimiento académico de los estudiantes, implica recordar que el aprendizaje se construye en la experiencia de cada ser único, irrepetible, que tiene una historia personal, tanto en su forma de escuchar, percibir e interpretar el mundo, como en sus capacidades, aptitudes y el deseo que fundamenta sus búsquedas, dentro de un





entramado de vínculos tejidos con el otro y los otros con los cuales se relaciona en la búsqueda del saber.

Una de las características que se incluye en esta dimensión son las habilidades sociales y su adquisición por medio, principalmente, del aprendizaje que incluyen comportamientos verbales y no verbales, específicos y discretos; suponen iniciativas y respuestas efectivas y apropiadas, acrecientan el reforzamiento social, son recíprocas por naturaleza y suponen una correspondencia efectiva y apropiada como lo propone Michelson (1993) citado por Reyes (2001). Para Navarro (2003), existe una relación directa entre dichas habilidades y la fase adolescente propia del estudiante.

La ansiedad o el estrés que producen los exámenes es otra característica y se entiende como aquella situación estresante que se va generando desde antes de rendir la prueba y que durante la misma ocasiona, cuando la ansiedad es elevada (Reyes, 2003: 14). Según esta autora, citando a Bauermeister: Para todos los estudiantes, los exámenes que más provocan nerviosismo y confusión fueron los de ciencias, los de matemáticas y los exámenes orales (1989: 28). Desde la óptica psicoanalítica, dicha ansiedad, expresada en parte como bloqueos ante el examen, son la emergencia de asuntos muchos más profundos inherentes a la relación saber y norma (Lerner, Vargas et al, 2004).

Ahora bien, en la concepción de deseo o motivación; este último hace referencia a estímulos conscientes, intrínsecos o extrínsecos en el estudiante, referidos a la promesa de mejoramiento en su economía tras la finalización de sus estudios, el reconocimiento social y familiar, el cumplimiento de metas personales o familiares explícitas para el individuo, entre otros.

El deseo, por su parte, refiere a lo que llama Tonconi (2010) —motivaciones inconscientes, que como pudo observarse en los aportes



psicoanalíticos, pueden ser sofocados por la expectativa de los padres en relación con el futuro de sus hijos. Escribe Lerner al respecto:

*Construir una identidad propia, un sí mismo que tenga permanencia, un yo soy a pesar de las circunstancias familiares y culturales, es una tarea continua y compleja. [...] Es esta necesidad de construir una identidad propia y discriminada la que nos posibilita entretener lazos con otros, construir un entramado de vínculos que nos ayuden a vivir (2003: 11).*

En síntesis, para la presente investigación se tomarán en cuenta como parte de la dimensión personal la motivación, consciente e inconsciente, las habilidades sociales y la habilidad para enfrentar la presión del examen o la situación de evaluación.

### **3.2.5. Dimensión institucional**

La elección de una institución educativa tiene una carga de valor excepcional, representado en un voto de confianza y en un compromiso social a realizarse entre los estudiantes y las personas encargadas de organizar y propiciar o gestionar experiencias de aprendizaje que faciliten el acceso del estudiante al conocimiento científico; tecnológico y técnico; ético y estético, que el ejercicio profesional futuro requerirá. Mirada en su proyección más amplia, la dimensión institucional (educativa) como el lugar formal —terminal preparatorio del ingreso al mundo del trabajo se constituye en un llamado de la cultura a la adultez, entendida ésta como una etapa de la vida en la cual es indispensable contar con saberes cognitivos y afectivos que posibiliten hacerse responsable de la vida y desempeñarse con solvencia y autonomía, en los diferentes ámbitos de la existencia.

Con respecto a la dimensión institucional, algunos autores relacionan de forma directa el rendimiento académico de los estudiantes con el ejercicio de los



docentes; es el caso de Valenzuela, Schiefelbein y Vélez (1994), Barrientos y Gaviria (2001) y Mella y Ortiz (1999), quienes consideran indispensable el nivel de capacitación y la formación de los docentes, así como su vocación como educadores y calidad humana que detentan en su práctica. La experiencia y prácticas pedagógicas de los docentes son tenidas en cuenta, así como los recursos materiales que posee la institución para realizar los procesos de enseñanza y aprendizaje, entre ellos, la infraestructura física, herramientas tecnológicas, laboratorios y, por supuesto, aquellas características particulares de la administración del plantel educativo.

Valenzuela, Schiefelbein y Vélez (1994) enfatizan en la importancia del método de enseñanza, y en la calidad de la relación establecida entre los estudiantes, docentes y objeto de conocimiento. Por su lado, Díaz (1995), enfatiza en la percepción que tienen los estudiantes de la labor del docente para analizar el rendimiento académico de los mismos. Asimismo, para Reyes (2001) los profesores tienen un papel fundamental en el aprendizaje y son altamente responsables por lo bueno o lo malo que éste resulte, debido a que no detectan previamente los problemas de aprendizaje de sus alumnos ni orientan su labor a subsanarlos.

### **3.2.6. Posicionamiento personal frente a la problemática**

En consonancia con los resultados obtenidos en la dedicación de su tiempo libre se destaca que los estudiantes de quinto de secundaria dedican muy poco tiempo a las actividades que deben ser fundamentales para un mejor rendimiento académico, lo que sugiere una gran desorganización en la programación semanal de su tiempo libre.

Ahora bien, la importancia de la familia en cuanto a logros del adolescente tanto a nivel social como educativo es confirmada por muchos autores, entre ellos Dina



Krauskopf (2002:179), quien afirma que: "El efecto del marco familiar sobre los logros educativos y las aspiraciones de los y las adolescentes es amplio y persistente. El enfoque que los padres hacen del futuro de sus hijos se ve fuertemente influido por su situación socioeconómica, por su propio nivel educativo por la satisfacción con la ocupación en que se desempeñan, por su orientación hacia el estudio en general y por su visión y capacidad de respuesta a la cambiante realidad que los rodea".

De aquí la importancia en la calidad de las relaciones y el clima del hogar, ya que estos conformaran la bases para crear la condición con que el estudiante hará su entrada a la vida social.

La familia desde su función educativa juega un papel muy importante en el rendimiento académico de sus hijos e hijas, ya sea positiva o negativamente, el rendimiento académico lo podemos conceptualizar, según Méndez (1983), citado por Lizano y Montero (1998:58), como "el aprovechamiento de tareas intelectuales que permitan determinar el progreso realizado por el alumno en su aprendizaje. Es su acepción psicológica más amplia, se entiende por rendimiento el hecho de alcanzar un objetivo, o alcanzar un propósito. Para el educando este objetivo consiste en la aprobación del año escolar que está cursando".

Ahora bien, para explicar el bajo rendimiento académico, se puede hacer referencia a Gilly, (1998:), el cual menciona tres razones, por las cuales se da el bajo rendimiento académico:

- ✓ Razones que dependen de la escuela y de las condiciones pedagógicas
- ✓ Razones que dependen del niño
- ✓ Razones que dependen de su medio familiar



La familia a través de los tiempos ha venido presentando una serie de desajustes que dentro de otros aspectos, contribuyen en el bajo rendimiento escolar, entre los aspectos familiares que afectan este rendimiento académico, según Krauskopf (2002), podemos encontrar: La mala condición socioeconómica. La baja escolaridad de los padres, lo que puede provocar desmotivación en sus hijos hacia sus estudios. Cuando los padres exigen sin comprender. Al prestarle únicamente atención a los fracasos escolares, y no atender los éxitos extraescolares. Malas relaciones y clima familiar. Negligencia de los padres. Cuando la aceptación del y la joven en el hogar dependa de su éxito escolar, es decir de su libreta de calificaciones. Actitud impositiva, en cuanto a métodos de estudio y exigencias de rendimiento. Falta de expectativas reales, en cuanto al rendimiento escolar. Comparar el rendimiento académico del o la joven con el de sus hermanos u hermanas y sus padres. Desconocimiento de los recursos del o la joven, su capacidad, sus necesidades o sus problemas. La falta de afecto y preocupación, por parte de los padres por sus hijos, suele provocar bajo rendimiento académico en ellos, como manera de llamar la atención de sus padres.

Con respecto al uso del tiempo libre, los estudiantes hacen una mala distribución de su tiempo libre donde el mayor tiempo lo dedican a la permanencia en internet y la televisión, salir con amigos y familiares, hacer deporte y muy poco tiempo lo dedican al estudio.

En tal sentido, se ha podido observar que los estudiantes no hacen buen uso de su tiempo libre, por lo que el estudio, la búsqueda de la información y la investigación en lugar de hacerlo en la biblioteca, el estudiante prefiere hacer uso del internet en donde no se toma la molestia de leerlo o estudiarlo simplemente copia la información sin antes analizarlo, menos corregirlo ni confrontarlo con la literatura de los libros, el cual se ve reflejado en el rendimiento académico.



En este contexto, los constantes avances tecnológicos cada vez se abren paso con gran rapidez dentro de la sociedad, más específicamente, entre los niños, adolescentes y los jóvenes. Se tiene el caso, por ejemplo, de los teléfonos celulares, las computadoras portátiles e internet; los cuales generan nuevas fuentes de entretenimiento y diversión, en el tiempo libre, donde los padres de familia lejos de objetarlos son los que compran dichos aparatos, quedando rezagado el estudio.



## **1. METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN**

### **1.1. TIPO DE INVESTIGACIÓN**

El presente estudio se caracteriza por ser de tipo descriptivo, por lo cual especifica el aprovechamiento o no del tiempo libre que tienen los estudiantes de quinto de secundaria de la Unidad Educativa Adventista Franz Tamayo, gestión 2015, presentando una fotografía de la realidad, para luego pasar a una descripción detallada de la misma.

### **1.2. DISEÑO**

El diseño de la presente investigación es de tipo transeccional descriptivo; ya que indaga, con una única medición, la incidencia del aprovechamiento o no del tiempo libre en el rendimiento académico de los estudiantes de quinto de secundaria de la Unidad Educativa Adventista “Franz Tamayo”, gestión 2015, para posteriormente realizar una detallada descripción.

### **1.3. POBLACIÓN**

En la presente investigación la población está constituida por todos los estudiantes de secundaria comunitaria productiva de la Unidad Educativa Adventista “Franz Tamayo” de la ciudad de El Alto, gestión 2015.

### **1.4. MUESTRA**

La muestra está conformada por los estudiantes de quinto de secundaria comunitaria productiva de la Unidad Educativa Adventista “Franz Tamayo”, cuyas edades oscilan entre los 16 y 17 años, en este curso existe una cantidad total de 37 estudiantes, 22 mujeres y 15 varones. Ahora bien, el tipo de muestreo



corresponde al no probabilístico intencionado, ya que el investigador selecciona la muestra según los objetivos que persigue la investigación.

### **1.5. TÉCNICAS**

- ✓ Encuesta
- ✓ Observación

### **1.6. INSTRUMENTOS**

*Se utilizó los siguientes instrumentos para cristalizar la presente investigación:*

- ✓ Cuestionario del uso del tiempo (*ver anexo Nro. 2*)
- ✓ Centralizador del registro del Rendimiento Escolar (*ver anexo Nro. 3*)
- ✓ Guía de observación

#### **1.6.1. CUESTIONARIO DE USO DEL TIEMPO LIBRE**

Se utilizó un cuestionario sobre el aprovechamiento del tiempo libre y la organización del mismo, el cuestionario consta de 21 preguntas, presentadas en dos hojas que tienen la estructura de preguntas cerradas.

#### **1.6.2. CENTRALIZADOR DEL REGISTRO DEL RENDIMIENTO ESCOLAR**

Se tomó en cuenta las notas del rendimiento escolar (*calificaciones*) de todos los estudiantes de quinto de secundaria de la *Unidad Educativa Adventista “Franz Tamayo”*.





## 1.7. FORMULACIÓN DE LA HIPOTESIS

*El bajo rendimiento académico que se debe a la falta de organización del tiempo libre es posible ser superado mediante la aplicación de estrategias de aprovechamiento del tiempo libre en el contexto del aula, en estudiantes de quinto de Secundaria de la Unidad Educativa Adventista “Franz Tamayo”, gestión 2015.*

## 1.8. DEFINICIÓN DE LAS VARIABLES

### ➤ **Organización del tiempo libre:**

Es la administración adecuada que se le da al tiempo en base a una jerarquización con un orden secuencial de actividades, mediados por objetivos individuales, dentro de las cuales se toma en cuenta los aspectos económicos, académicos, socioculturales.

### ➤ **Rendimiento Académico:**

Es la sumatoria de las calificaciones obtenidas en la evaluación del conocimiento de las unidades didácticas, a través de pruebas objetivas orales, escritas y actividades evaluativas que son tomadas por el docente. Además, el rendimiento académico es visto como el aprovechamiento satisfactorio de las competencias conceptuales, procedimentales y actitudinales por parte de los estudiantes, presenta diferentes niveles. Un buen rendimiento académico representará el cumplimiento del plan de estudios dentro de los plazos establecidos, en sentido amplio fundamentalmente, y por otro lado el no haber reprobado ninguna materia en un sentido estricto.



### OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

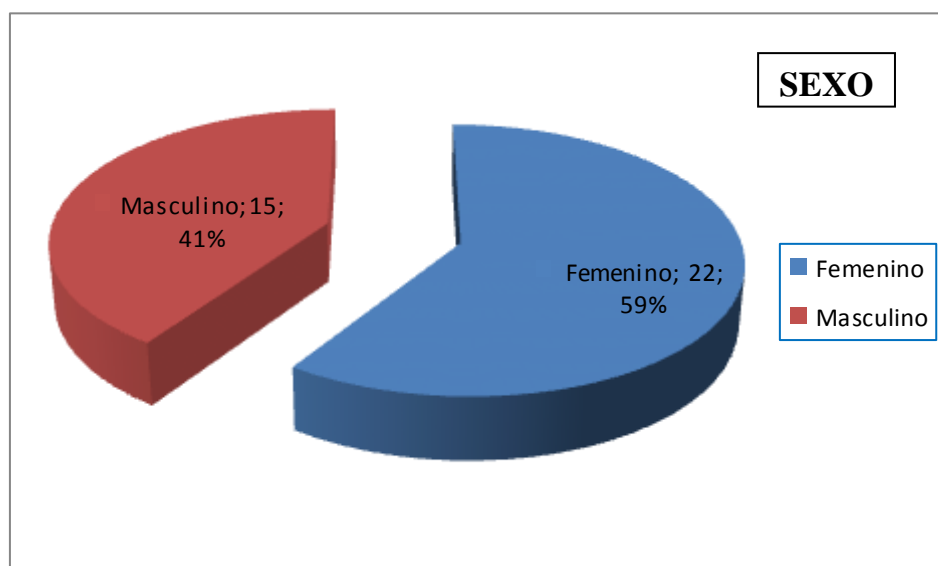
Variable	Dimensión	Indicador	Medidor	Técnica	Instrumento
Organización del tiempo libre	Horas dedicadas al estudio	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ leer</li> <li>✓ hacer tareas</li> <li>✓ investigar</li> </ul>	Alto Medio Bajo	Encuesta	Cuestionario
	Horas dedicadas al ocio	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ ver televisión</li> <li>✓ jugar videojuegos</li> <li>✓ visitar redes sociales</li> <li>✓ escuchar música</li> <li>✓ salir con amigos o familiares</li> </ul>	Alto Medio Bajo	Encuesta	Cuestionario
Rendimiento académico	Promedio de notas	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ carpeta</li> <li>✓ archivador</li> <li>✓ trabajos de investigación</li> <li>✓ participación</li> </ul>	Alto Medio Bajo	Revisión documental	Centralizador de calificaciones
	Empleo de un horario para la administración del tiempo	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Regular el tiempo para cada actividad</li> <li>✓ Administrar el tiempo eficazmente</li> </ul>	Alto Medio Bajo	Observación Entrevista	Guía de observación Guía de preguntas



## 1. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LA INFORMACIÓN

La presente investigación corresponde al tipo de investigación descriptivo. En tal sentido, para realizar la recopilación de la información, que posteriormente será descrita tal y como se presenta en la realidad de los estudiantes de 5to. de secundaria de la Unidad Educativa Adventista “Franz Tamayo” en la presente gestión 2015, se empleó como técnica de investigación la encuesta y como instrumento el cuestionario; el cual cuenta con 21 preguntas destinadas a indagar cómo orientan su tiempo libre los estudiantes del mencionado colegio.

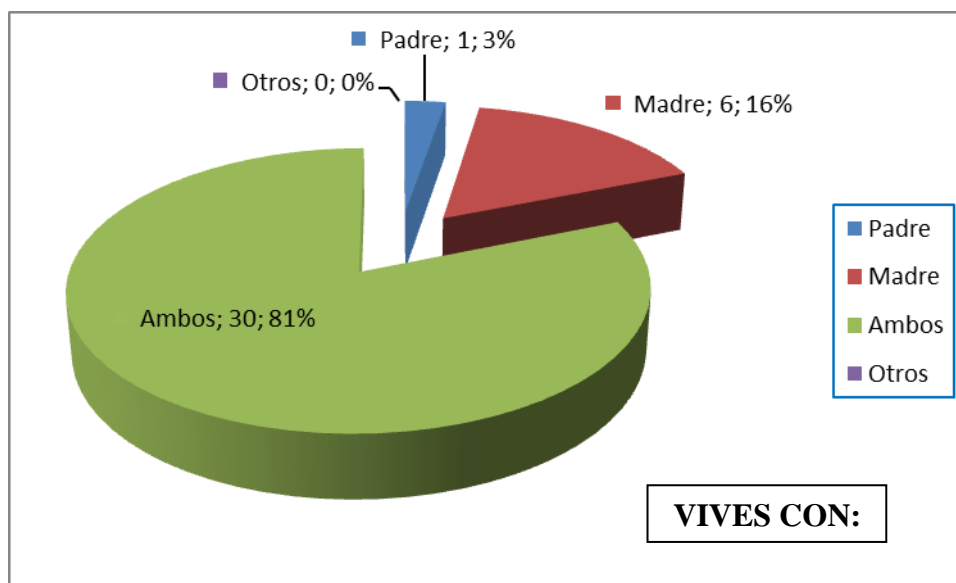
*Para tal efecto, se destaca lo siguiente a partir de la aplicación del cuestionario y de la graficación (ver anexo Nro. 4) del mismo:*



En principio, de los 37 estudiantes encuestados, 22 pertenecen al sexo femenino y representan al 59% del total, y 15 corresponden al sexo masculino los cuales representan al 41% del total. Además mencionar que la edad promedio de los estudiantes encuestados oscila entre los 16 y 17 años.

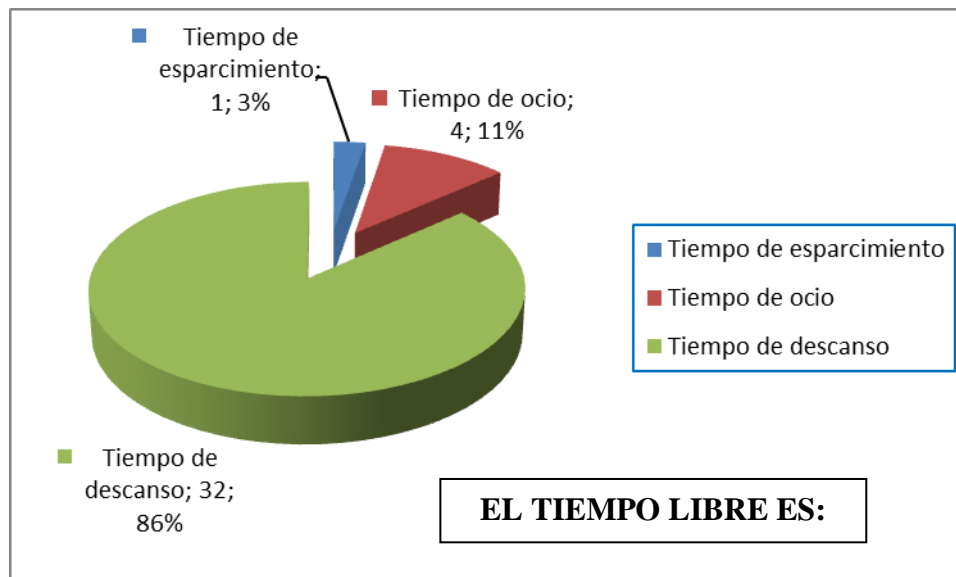


### 1. VIVES CON:



Con relación a la primera pregunta, que indaga un poco sobre el contexto en el que viven los estudiantes, consultándoles con quién viven, alcanzando como respuestas que un 81% de los encuestados expresan que viven con ambos padres, tanto con su padre como con su madre, un 16% vive solo con su madre y un 3% vive con su padre.

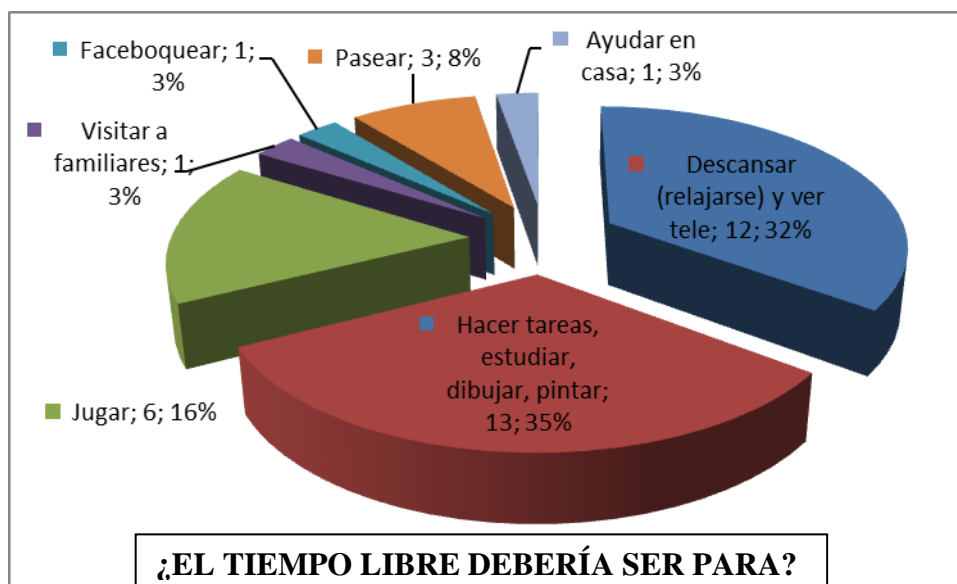
### 2. EL TIEMPO LIBRE ES:





La segunda pregunta expresa: ¿el tiempo libre es?, buscando una definición por parte de los estudiantes, consiguiendo como respuesta que el 87% de los estudiantes considera que el tiempo libre debe ser destinado para descansar, un 11% indica que ese tiempo libre debe ser dedicado al ocio y un 3% dice que es un tiempo de esparcimiento.

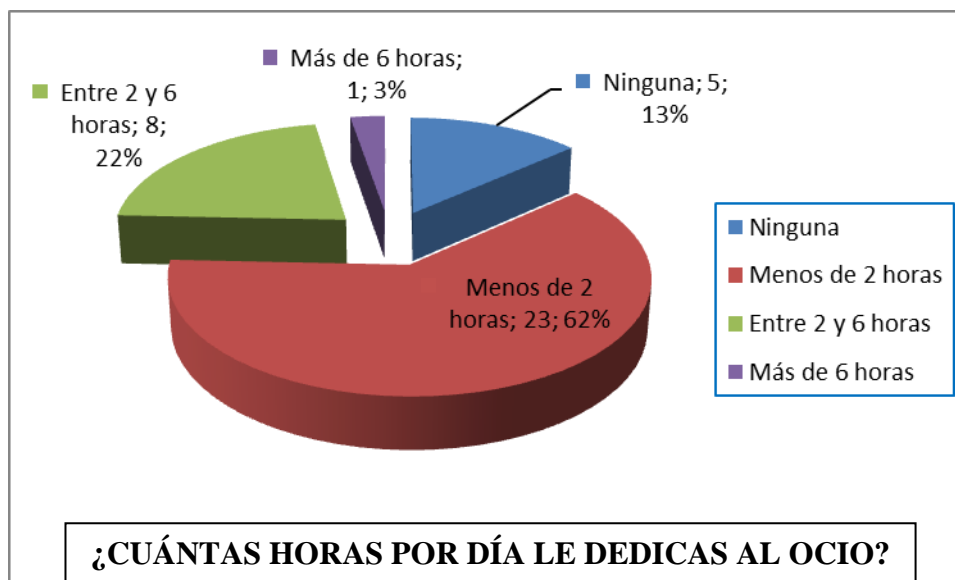
### 3. ¿EL TIEMPO LIBRE DEBERÍA SER PARA?



Continuando con la tercera interrogante la cual expresa: ¿el tiempo libre debería ser para?, obteniendo como respuesta que un 35% de los estudiantes indican que el tiempo libre debería ser para realizar sus tareas, estudiar, dibujar o pintar, un 32% afirma que debe ser destinado para descansar y relajarse, luego de haber realizado distintas actividades que cansan y estresan, un 16% dice que debe ser dedicado para jugar al fútbol u otros deportes, un 8% indica que lo podrían dedicar para pasear con los amigos, un 3% expresa que debería ser para faceboquear, otro 3% enuncia para ayudar en casa, y por último, el 3% restante dice que debería destinarse el tiempo libre para visitar a los familiares.

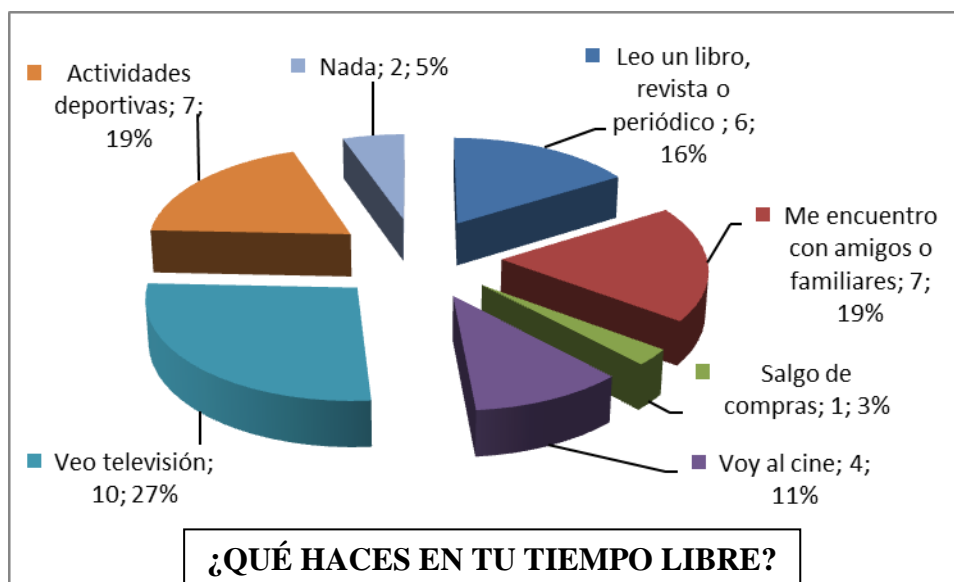


#### 4. ¿CUÁNTAS HORAS POR DÍA LE DEDICAS AL OCIO?



Ahora bien, la cuarta pregunta busca averiguar cuántas horas al día los estudiantes de 5to. de secundaria le dedican tiempo al ocio, obteniendo como respuesta que un 62% le dedica al ocio menos de dos horas diarias, un 22% le ofrece entre dos a seis horas al día y un 13% no le destina de su tiempo al ocio.

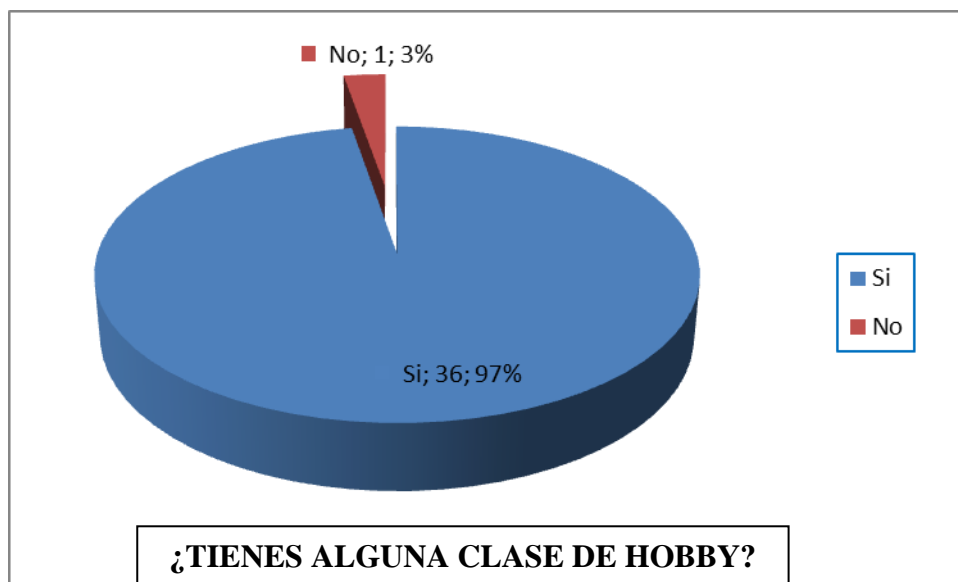
#### 5. ¿QUÉ HACES EN TU TIEMPO LIBRE?





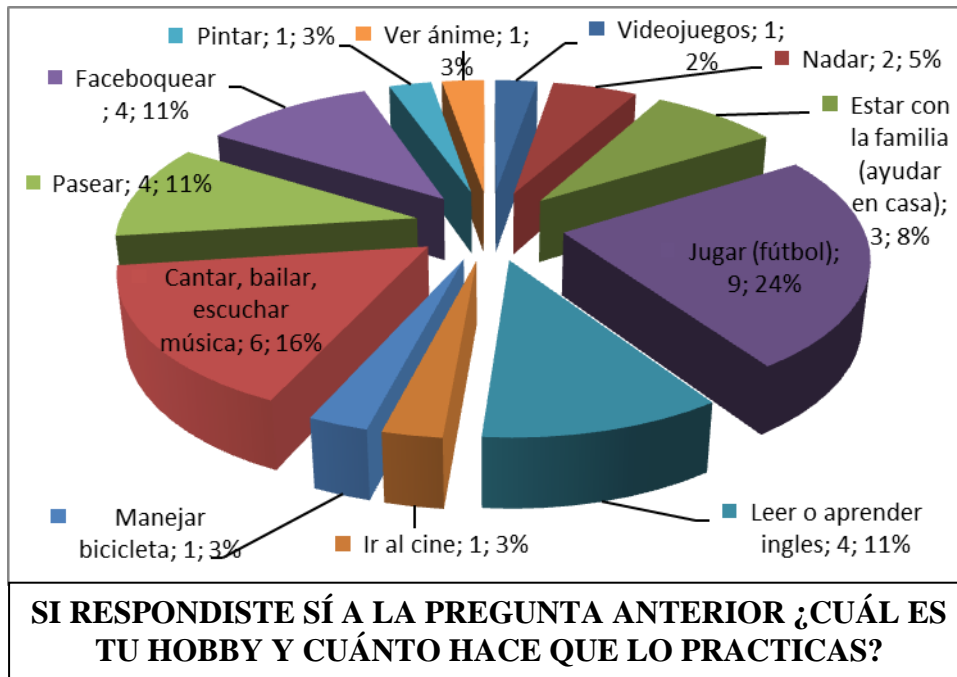
Prosiguiendo con la quinta pregunta que expresa: ¿Qué haces en tu tiempo libre?, los estudiantes responden de la siguiente manera: el 27% afirma que se dedica en su tiempo libre a ver la televisión, un 19% indica que emplea ese tiempo libre para reunirse; ya sea con sus amigos o con sus familiares, un 19% da a conocer que en su tiempo libre realiza distintas actividades deportivas (*jugar fútbol o wally*), un 16% afirma que en su tiempo libre lee libros, revistas o periódicos que encuentran en casa y un 11% expresa que destina ese tiempo para ver alguna película en el cine.

#### 6. ¿TIENES ALGUNA CLASE DE HOBBY?





**7. ¿SI RESPONDISTE SÍ A LA PREGUNTA ANTERIOR: ¿CUÁL ES TU HOBBY Y CUÁNTO HACE QUE LO PRACTICAS?**

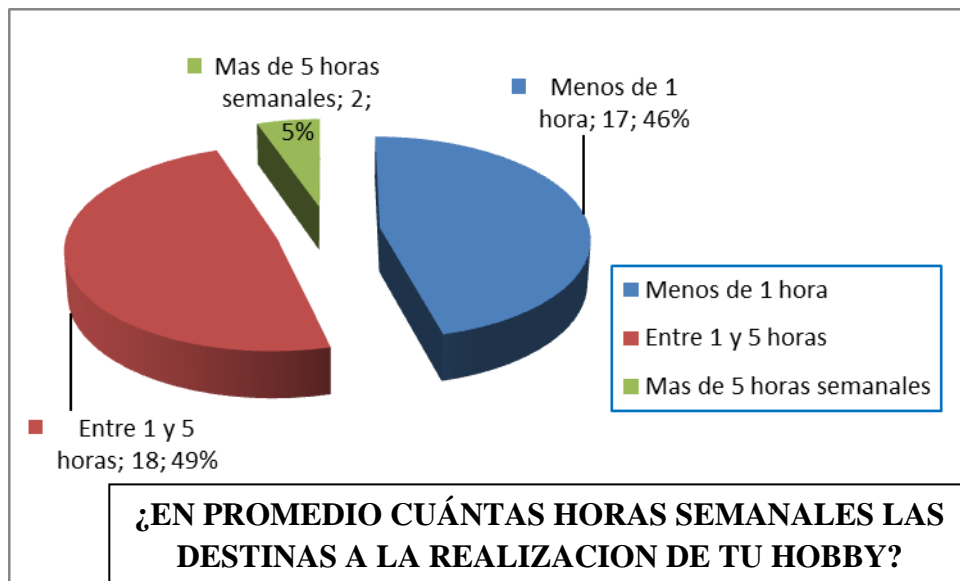


La sexta y séptima pregunta indagan si los estudiantes de 5to. de secundaria tienen algún hobby, pidiéndoles que indiquen cual es; en ese sentido, el 97% de los encuestados afirma que sí tiene algún hobby como entretenimiento y un 3% indica que no. De las personas que señalan que tienen un hobby, el 24% indica que su hobby es jugar al fútbol, el 16% afirma que su hobby es cantar, bailar o escuchar música, un 11% expresa que es comunicarse a través del Facebook con sus amigos, otro 11% dice que su hobby es pasear, un 11% comenta que su hobby es aprender inglés, un 8% afirma que su hobby el estar al lado de su familia, un 3% indica que es ir al cine, otro 3% dice que es manejar la bicicleta, un 3% afirma que su hobby es ver anime, y el 3% restante expresa que su hobby es pintar.



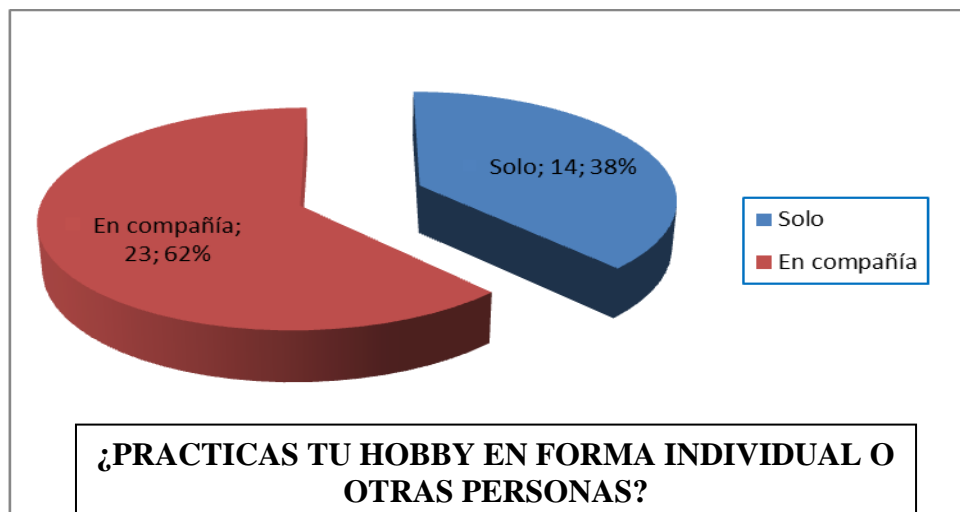


**8. ¿EN PROMEDIO CUÁNTAS HORAS SEMANALES LAS DESTINAS A LA REALIZACION DE TU HOBBY?**



Pasando a la octava pregunta y una vez determinado que hobbies tienen los estudiantes de 5to. de secundaria, se indaga cuántas horas a la semana las destinan para realizar dicho hobby; obteniendo como respuesta que un 49% realiza su hobby entre una a cinco horas como promedio a la semana, un 46% lo practica menos de una hora a la semana y un 5% como promedio semanal lo realiza más de cinco horas.

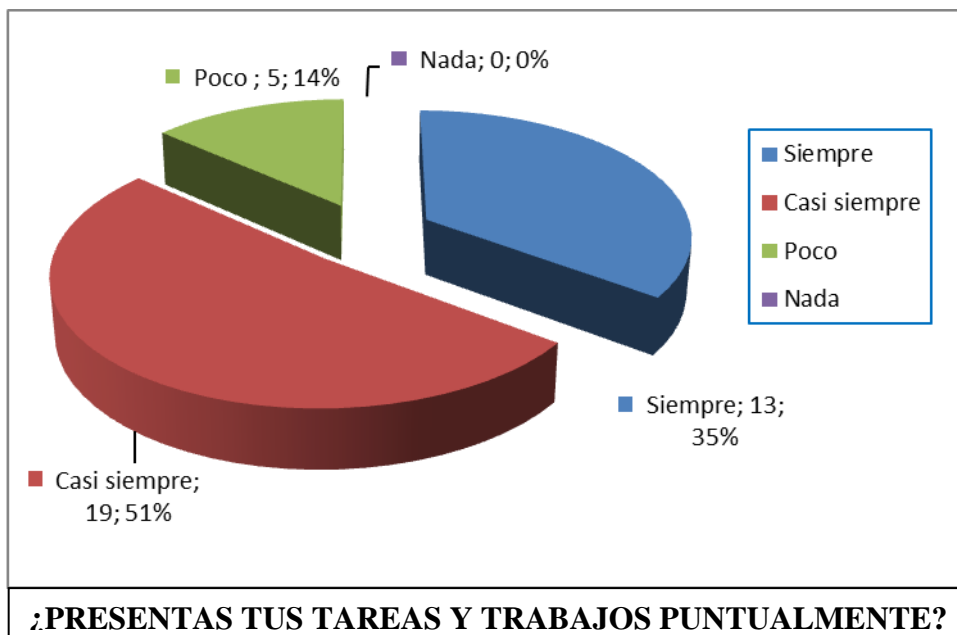
**9. ¿PRACTICAS TU HOBBY EN FORMA INDIVIDUAL O CON OTRAS PERSONAS?**





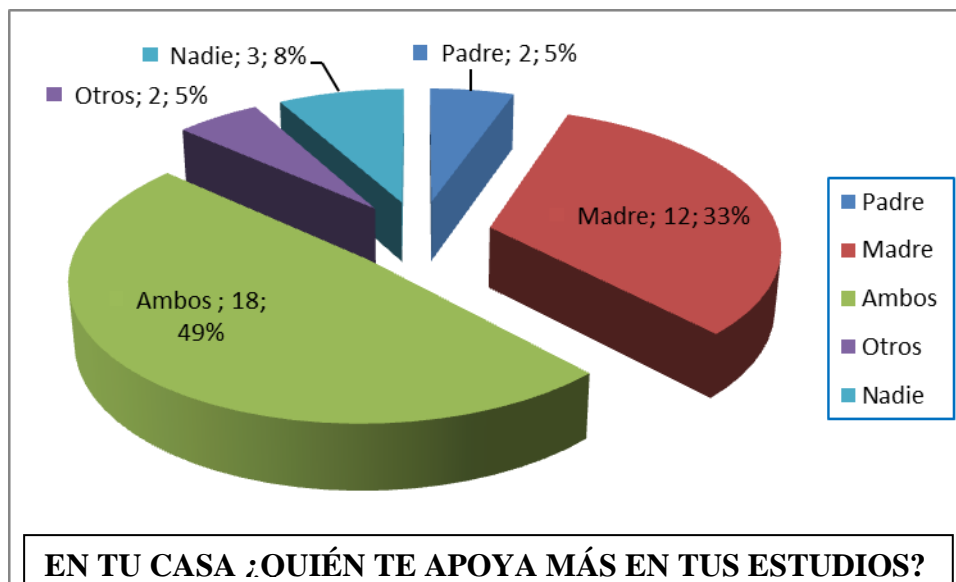
Continuando con la novena pregunta que señala si el hobby que practican los estudiantes lo realizan solos o acompañados, los encuestados indican en un 62% que realizan su hobby acompañados por sus compañeros o familiares y el 38% restante expresan que lo hacen solos.

#### 10. ¿PRESENTAS TUS TAREAS Y TRABAJOS PUNTUALMENTE?



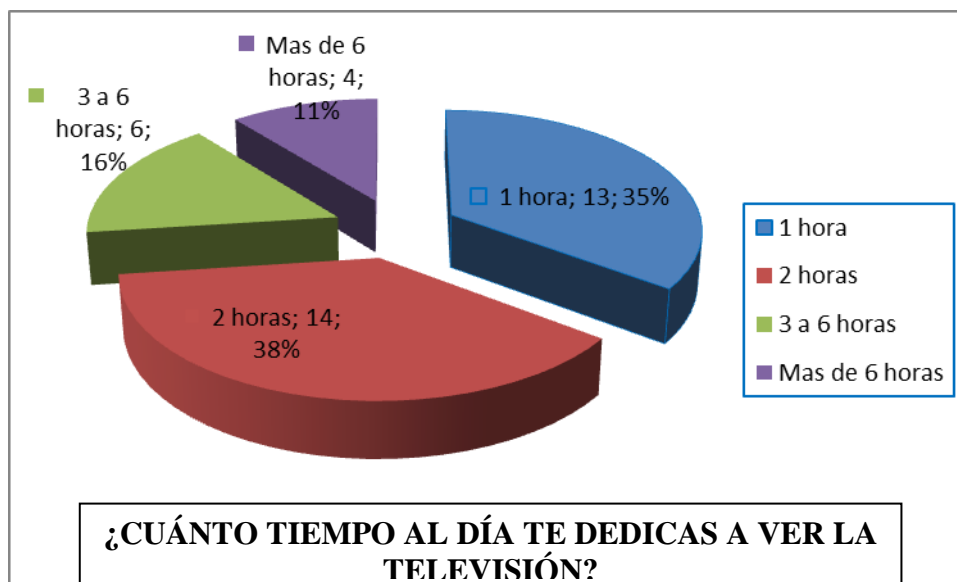
Ahora bien, la décima pregunta indica: ¿presentas tus tareas y trabajos puntualmente?, por lo cual un 51% de los estudiantes señalan que casi siempre presentan sus tareas y trabajos puntualmente, un 35% afirma que siempre lo hacen y un 14% expresa que de vez en cuando presentan sus tareas puntualmente.

#### 11. EN TU CASA ¿QUIÉN TE APOYA MÁS EN TUS ESTUDIOS?



La décima primera pregunta se inclina por indagar acerca del apoyo que recibe el estudiante, por parte de su familia, en sus estudios teniendo como respuesta las siguientes: el 49% indica que ambos padres coadyuvan en respaldarlos en sus actividades escolares, un 32% señala que sus madres los ayudan en sus estudios, un 9% responde que nadie los ayuda en sus tareas y un 5% indica que su padre los apoya en sus estudios.

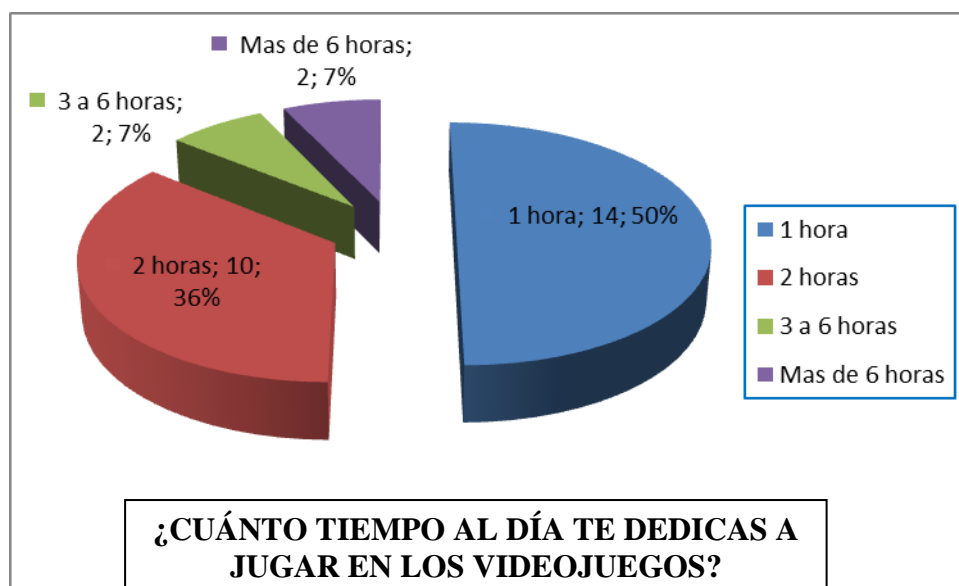
**12. ¿CUÁNTO TIEMPO AL DÍA TE DEDICAS A VER LA TELEVISIÓN?**





La décima segunda pregunta trata de averiguar, cuanto tiempo al día los estudiantes, se dedican a ver la televisión, resultando que un 38% de los encuestados expresan que ven la televisión dos horas al día, un 35% señala que la ve una hora diaria, un 16% de tres a seis horas al día y un 11% ve la televisión más de seis horas diarias.

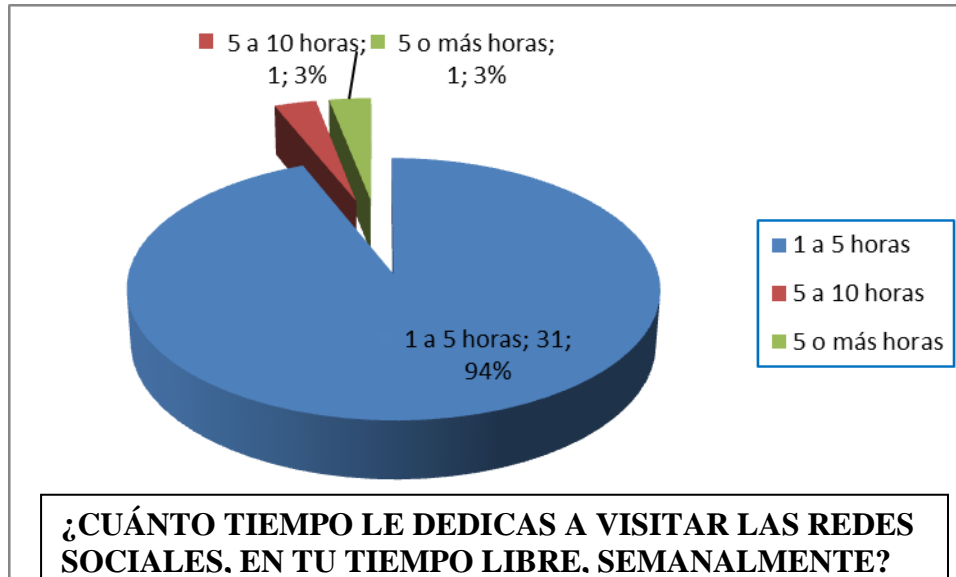
### 13. ¿CUÁNTO TIEMPO AL DÍA TE DEDICAS A JUGAR EN LOS VIDEOJUEGOS?



Ahora bien, tratando de averiguar si los estudiantes le dedican su tiempo a jugar o no en los videojuegos, se les realizó la décimo tercera pregunta, de cuántas horas al día lo hacen; obteniendo como respuesta que del 100%, el 76% acostumbra visitar los videojuegos y el 24% restante no lo hace. Por tanto, de los estudiantes que, si frecuentan los juegos en red, el 50% le dedican una hora al día de su tiempo, un 36% le dedica dos horas de su tiempo y el 14% restante expresa que le destina de entre tres a seis horas diarias a jugar en los juegos en red.

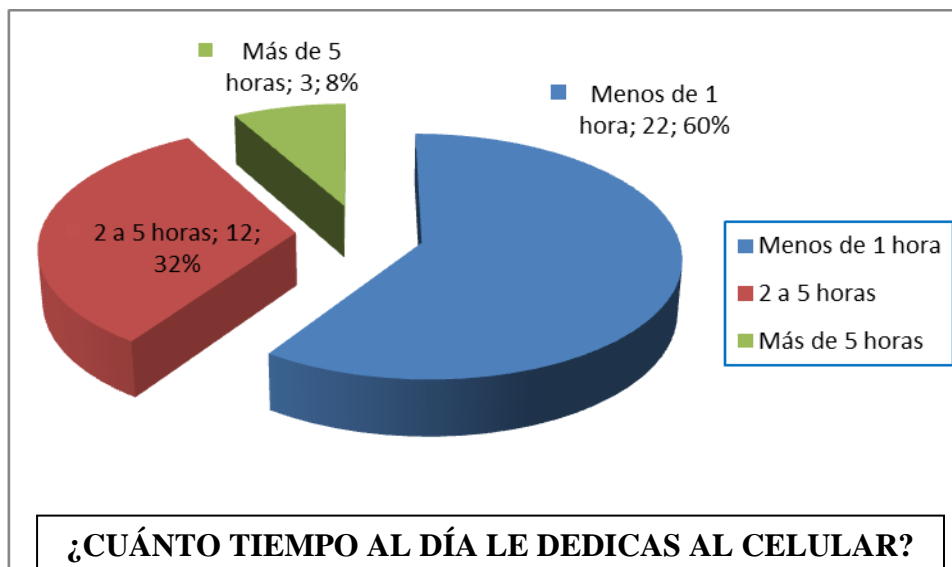


**14. ¿CUÁNTO TIEMPO TE DEDICAS A VISITAR LAS REDES SOCIALES, EN TU TIEMPO LIBRE, SEMANALMENTE?**



Entretanto, escudriñando en alguna de las tics, como lo son las redes sociales se les preguntó: cuántas horas diarias visitan estas, destacando que el 94% de los estudiantes visita las redes sociales de una a cinco horas al día y el 6% restante las visita más de cinco horas diariamente.

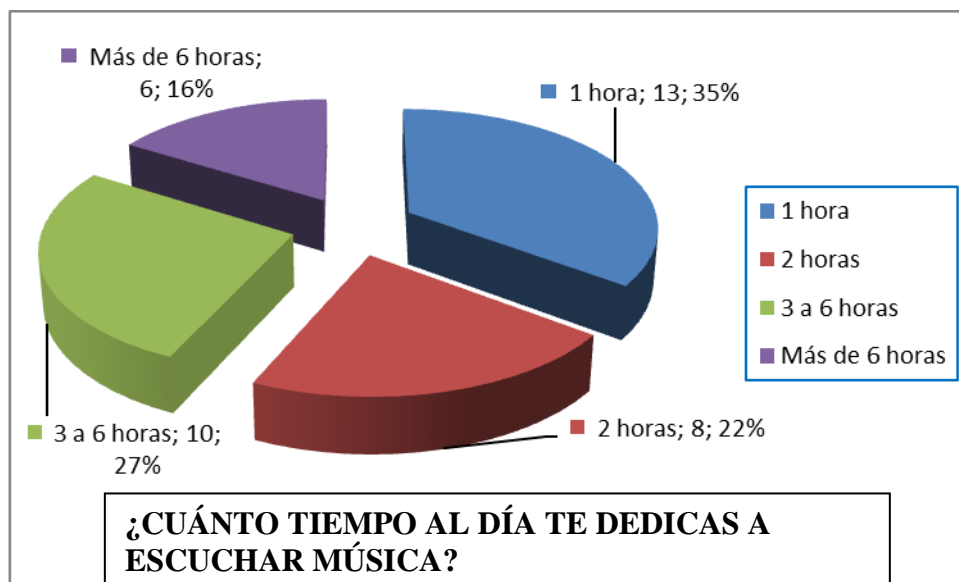
**15. ¿CUÁNTO TIEMPO AL DÍA LE DEDICAS AL CELULAR?**





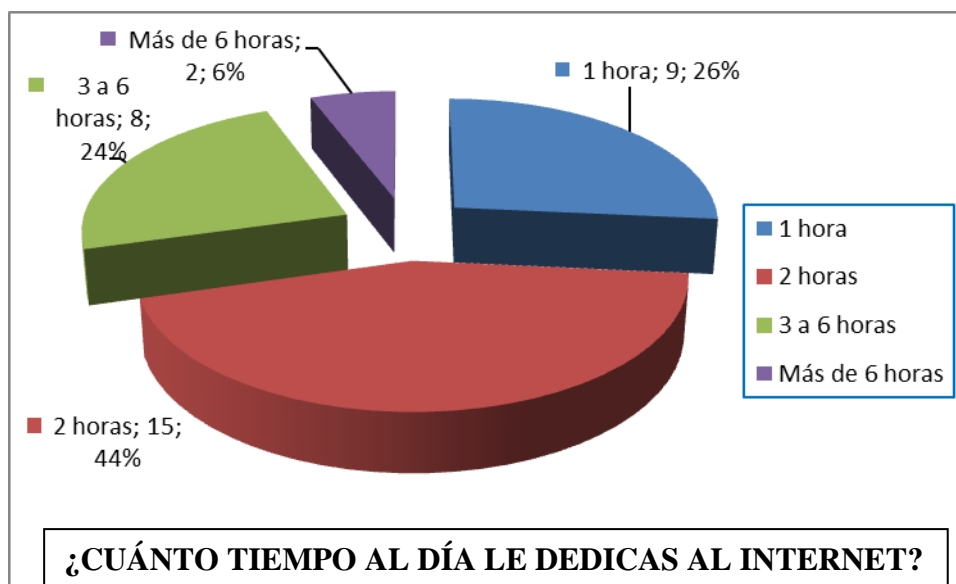
Prosiguiendo con la décimo quinta pregunta que señala: ¿cuánto tiempo al día le dedicas a tu celular?, obteniendo como respuestas que el 60% de los estudiantes expresa que le dedica entre dos a cinco horas diarias al celular, un 32% le dedica menos de una hora diaria al celular, y el 8% restante indica que le destina más de cinco horas al día, a su celular, y por ende a las aplicaciones que tiene dicho medio.

### 16. ¿CUÁNTO TIEMPO AL DÍA TE DEDICAS A ESCUCHAR MÚSICA?



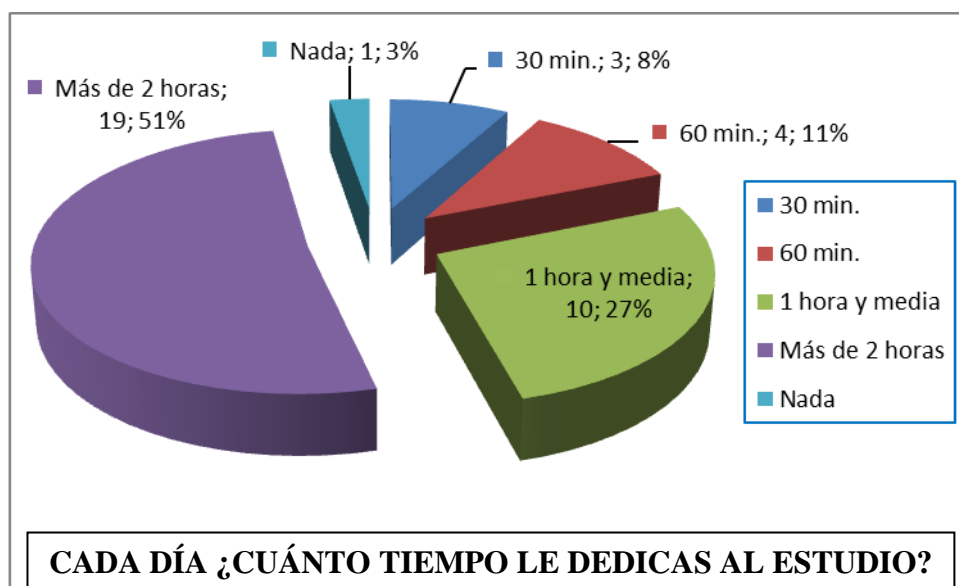
La décimo sexta pregunta investiga, cuánto tiempo al día se dedican a escuchar música, destacando que un 35% lo hace una hora diaria, un 27% escucha música entre tres a seis horas al día, un 22% escucha música dos horas diarias y el 16% restante se deleita escuchando música más de seis horas diarias.

### 17. ¿CUÁNTO TIEMPO AL DÍA LE DEDICAS AL INTERNET?



Profundizando en las redes sociales, la décimo séptima pregunta va referida a esto, indagando cuánto tiempo al día se dedican a navegar en internet y por consecuencia a las redes sociales que lo integran, resaltando que un 44% de los encuestados visitan las distintas páginas de internet dos horas al día, un 26% lo hace una hora al día, un 24% navega en internet entre tres a seis horas diarias y el 6% restante lo hace más de seis horas al día.

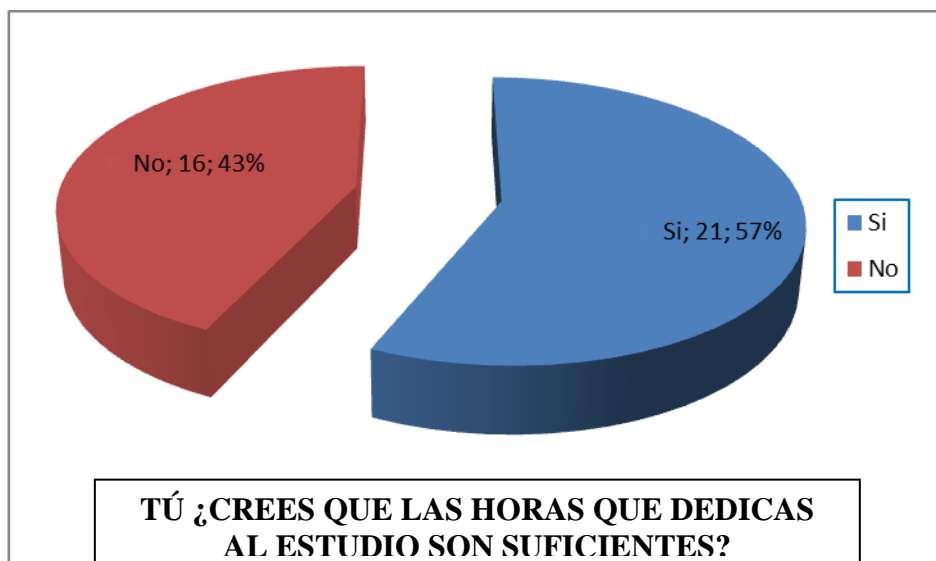
**18. CADA DÍA ¿CUÁNTO TIEMPO LE DEDICAS AL ESTUDIO?**



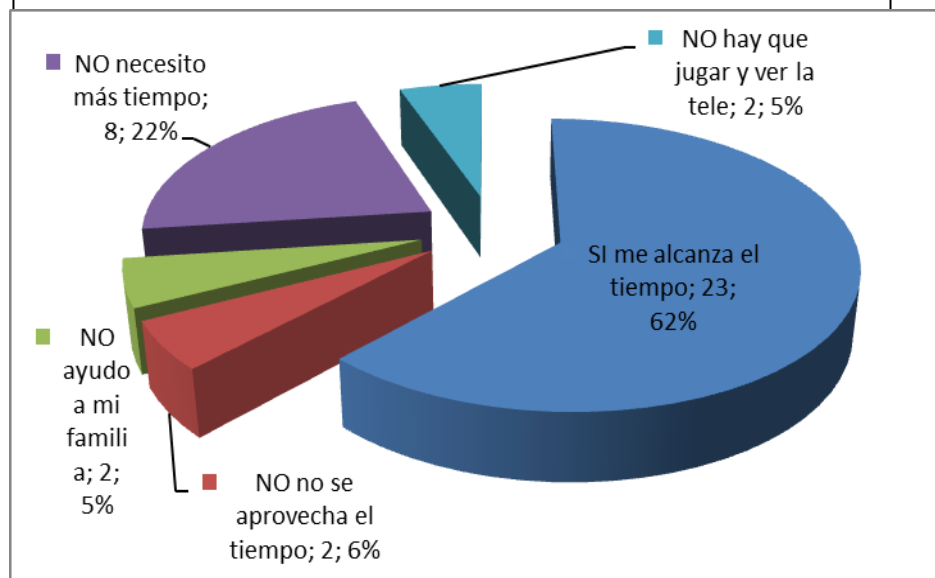


Retomando las actividades escolares, la décimo octava pregunta se centra en saber, cuánto tiempo al día le dedican tiempo al estudio, teniendo como respuesta que el 51% de los estudiantes le destina más de dos horas diarias al estudio, un 27% le destina una hora y media, un 11% le brinda una hora al día y un 8% le proporciona media hora al día de su tiempo al estudio.

**19. TÚ ¿CREES QUE LAS HORAS QUE DEDICAS AL ESTUDIO SON SUFICIENTES?**



**COMPLEMENTO DE LA PREGUNTA N° 19: ¿POR QUÉ?**

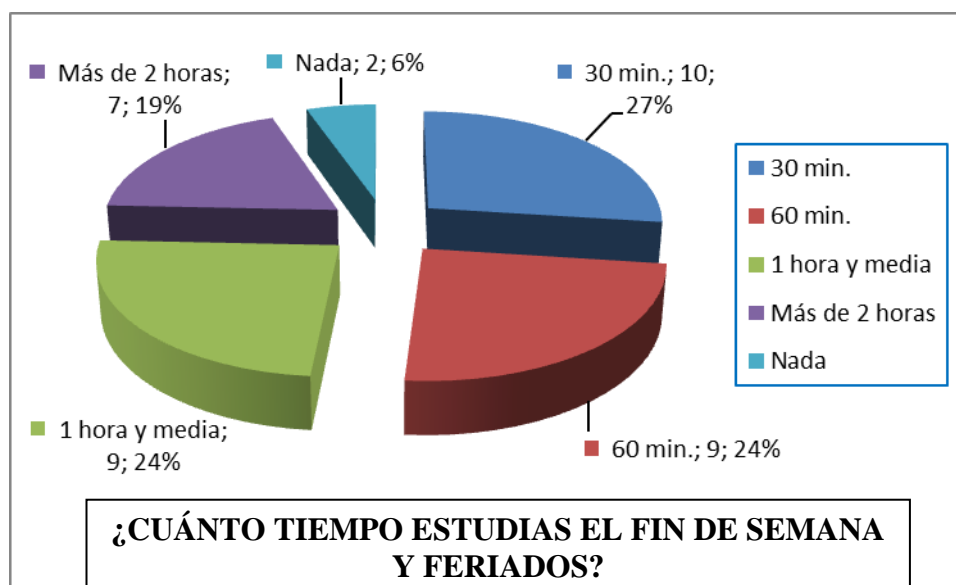






Como complemento de la anterior pregunta, la décimo novena pregunta, cuestiona si las horas que dedican al estudio son suficientes o no; al respecto los estudiantes contestaron en un 57% que si son suficientes las horas destinadas al estudio; ya que indican que el tiempo les alcanza para el estudio y para realizar otras actividades. En tanto, que el 43% de los encuestados expresan que las horas que dedican al estudio no son suficientes por diferentes razones; ya sea que deben realizar otras actividades como: ayudar a la familia, jugar o ver la televisión, tener mucha tarea por hacer, porque el tiempo no les alcanza; esto se debe a que los estudiantes no cuentan con una buena organización de su tiempo y de sus diferentes actividades cotidianas.

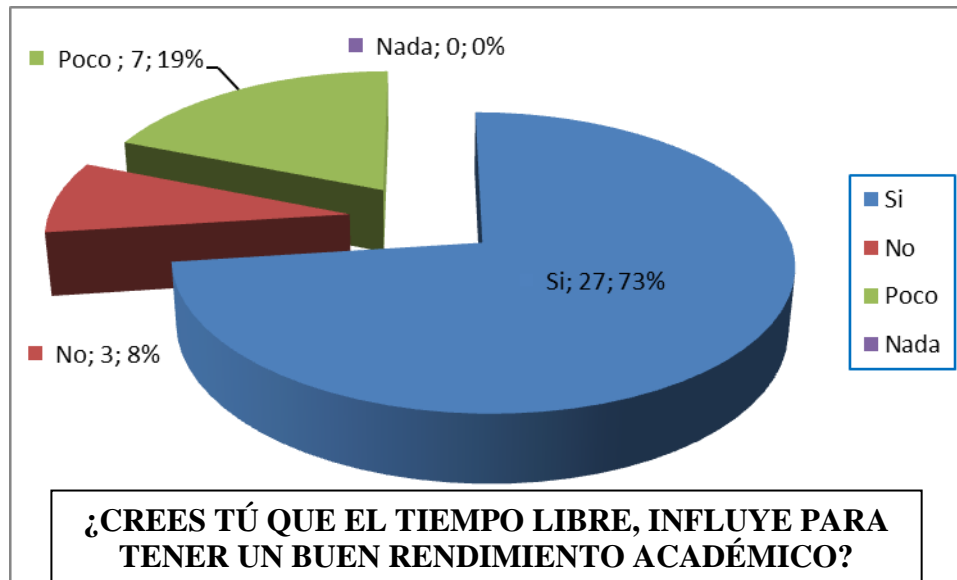
## 20. CUÁNTO TIEMPO ESTUDIAS EL FIN DE SEMANA Y FERIADOS?



Desglosando aún más el tiempo dedicado al estudio, por parte de los estudiantes, la vigésima pregunta intuye en preguntar, cuánto tiempo al día se dedican a estudiar los fines de semana, así como los feriados; resultando que un 27% de los encuestados estudia media hora los fines de semana y feriados, un 24% estudia una hora; otro 24% una hora y media y el 20% restante lo hace más de dos horas.



**21. ¿CREES TÚ QUE EL TIEMPO LIBRE, INFLUYE PARA TENER UN BUEN RENDIMIENTO ACADÉMICO?**



Por último, la vigésima primera pregunta trata de buscar una reflexión en el estudiante indicando si el tiempo libre influye para que tenga un buen rendimiento académico, obteniendo como respuesta que el 73% de los encuestados afirman que si influye el aprovechar el tiempo libre para tener un buen rendimiento académico, un 19% expresa que tiene una influencia mínima en el rendimiento académico y el restante 8% indica que no influye el tiempo libre para un óptimo rendimiento académico.



## 1. CONCLUSIONES

- ✓ Como se evidencia en el desarrollo de la presente investigación y con la aplicación del cuestionario realizado a 37 estudiantes de quinto de secundaria de la Unidad Educativa Adventista “Franz Tamayo”, se concluye que un 50% de los estudiantes, de su tiempo libre, solo le dedican un 16% de ese tiempo para realizar sus trabajos de investigación, leer libros y hacer sus tareas; mientras que el otro 50% no destina tiempo para realizar sus actividades escolares, consignando su tiempo o malgastándolo en las redes sociales (*facebook, messenger, whatsApp*), videojuegos y viendo la televisión, producto de esto es que no tienen un buen promedio en su rendimiento académico. En consecuencia, con los resultados obtenidos sobre la dedicación de su tiempo libre se destaca que los estudiantes de quinto de secundaria dedican muy poco tiempo a las actividades que deben ser fundamentales para un mejor rendimiento académico, lo que sugiere una gran desorganización en la programación semanal y diaria de su tiempo libre.
- ✓ En su mayoría los estudiantes de quinto de secundaria destinan el 94% de su tiempo libre a visitar las redes sociales con un promedio de una a cinco horas diarias, es así que, en este tiempo los estudiantes chatean por el facebook, messenger, whatsapp, además de escuchar música, ver videos o simplemente jugar a los videojuegos, dejando de lado y perdiendo el contacto y la comunicación directa con sus familiares y sus amistades. Cabe destacar que el 60% de las personas que chatean lo hacen a través de su celular y el 40% restante lo hacen a partir de la visita a las salas de internet.
- ✓ Desde el inicio de la investigación hasta el tiempo que duró la misma, se pudo comprobar que el rendimiento académico de los estudiantes de quinto



de secundaria de la Unidad Educativa Adventista “Franz Tamayo”, tiene la característica de ser bajo, debido a la incorrecta organización y administración de su tiempo libre y esto se hace evidente con el centralizador de notas y registro pedagógico de notas obtenido (*Ver anexo N° 4*). El cual expresa que más del 50 % de los estudiantes obtuvieron como promedio de notas 51 puntos; y en base a la entrevista realizada a 20 estudiantes, estos expresan en su totalidad que los bajos promedios se deben a la carente organización y administración de su tiempo; en tal sentido, se confirma la hipótesis de investigación que indica: *El bajo rendimiento académico se debe a la falta de organización del tiempo libre de los estudiantes de quinto de Secundaria de la Unidad Educativa Adventista “Franz Tamayo”, gestión 2015.*



## 2. RECOMENDACIONES

- ✓ Los profesores/as deberían enseñar a los estudiantes a que estos realicen un proyecto de vida y además que aprendan a administrar su tiempo, recalcando que un mayor empeño en el estudio y aprovechando el tiempo libre se puede alcanzar mejores resultados en los estudios.
- ✓ El rendimiento académico es una preocupación continua en autoridades y padres de familia en estas edades, lo que implica una búsqueda continua de herramientas que ayudan a mejorarlo y fortalecerlo, por lo tanto, es necesario proponer como alternativa, actividades que colaboren al mejoramiento del rendimiento académico en vista de su relación directa con las actividades en que emplean los escolares en su tiempo libre.
- ✓ Cuanto mayor sea el tiempo libre de los/las estudiantes y este dedicado a fomentar la producción y la cultura, más elevado será el ritmo de progreso social.
- ✓ Los conocimientos transmitidos por los profesores de la Unidad Educativa Adventista “Franz Tamayo” en clase no incluyen formas o maneras de cómo organizar el tiempo libre de una manera secuencial y sistemática. En ese sentido, se recomienda a los profesores implementar estrategias que contengan instrumentos de organización y administración del tiempo libre.
- ✓ Después de la aplicación del cuestionario, se recogieron varios criterios de los estudiantes, los cuales manifestaron su deseo de que los profesores incluyan estrategias creativas para administrar su tiempo libre, para que esto les sirva para mejorar su rendimiento académico. Y así de esta manera, motivarse y motivar a sus compañeros en todo el proceso educativo.



- ✓ Con referencia a la organización de su tiempo se sugiere trabajar en posteriores investigaciones sobre esta temática; ya que con la aplicación de alguna estrategia se pueda direccionar de una mejor manera el tiempo libre de los estudiantes y su potencial en actividades recreativas, correctas y secuencialmente organizadas.



## **1. PROPUESTA DE ESTRATEGIAS DE APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE**

### **Introducción:**

El juego es el medio adecuado para la integración grupal. En tal sentido, se pretende despertar el interés con la utilización de distintas técnicas grupales que son inclusivas, innovadoras y dinámicas. Además, los juegos dinámicos y grupales se constituyen en un recurso pedagógico útil para el fortalecimiento de valores que aportan a la construcción de una cultura de integración e interacción con el otro.

Por lo tanto, después de leer esta propuesta, se podrá tomar decisiones fundamentadas sobre la elección y el uso de juegos fuera y dentro de clase, beneficiándose con esta herramienta que aporta en diversas áreas para una nueva currícula boliviana, también orientada a la formación en valores, así como la incorporación de metodologías de aprendizaje en actividades extracurriculares.

*Los objetivos que se persigue son:*

- Reconocer los beneficios pedagógicos que conlleva el hacer uso de herramientas lúdicas en procesos de educación en valores.
- Comprender cómo promover y aplicar hábitos de interacción grupal a través de actividades lúdicas.
- Generar procesos de información complementaria después de jugar.

Por lo tanto, la presente propuesta está destinada a la aplicación de las diferentes estrategias en el tiempo libre que dispongan tanto profesores como estudiantes de secundaria, y proporciona diversos procedimientos de cómo desarrollar de manera grupal las técnicas participativas y dinámicas motivacionales que se pueden emplear para aprovechar de mejor manera el tiempo libre. También, dicha



propuesta de estrategias didácticas de aprovechamiento del tiempo libre provee diversos beneficios pedagógicos, promoviendo habilidades cognitivas, el desarrollo de movimientos motores, espaciales, de coordinación y de lateralidad.

Los juegos grupales, al mismo tiempo, fomentarán de manera precisa la colaboración y competitividad, en un entorno muy similar al aprendizaje colaborativo, donde los y las participantes compartirán información y aprenderán de los demás, mejorando sus habilidades sociales.

Desde la experiencia del uso de los juegos educativos, estos pueden tener un impacto emocional en las y los jugadores, mejorando inclusive su nivel de autoestima, con el acompañamiento y supervisión adecuados.

Durante la experiencia del juego, las emociones pasan por la curiosidad, la alegría, la empatía, el enfado, la frustración o el triunfo. Esta sucesión de emociones hace que las y los participantes mantengan el interés en el juego.

Por último, las emociones en los procesos de aprendizaje permiten memorizar procesos, otorgar significados, valorar situaciones y desarrollar un espíritu de compromiso.

*A continuación, se detallan las características de cada estrategia de aprovechamiento del tiempo libre:*

### **1.1. Realizar actividades de manualidades recreativas, para el aprovechamiento del tiempo libre**

Al hacer mención a las manualidades recreativas se habla por ejemplo de talleres de origami, donde los estudiantes desarrollen su psicomotricidad fina a partir del plegado de diversas figuras hechas en papel u hojas de distintos colores. Ahora





bien, esta actividad se la puede articular entre las materias de artes plásticas y visuales y el área de comunicación y lenguajes: pidiendo que los estudiantes primero elaboren figuras de diferentes animales y objetos; segundo, en base a estas figuras produzcan distintos textos narrativos escritos como ser: leyendas, mitos, fábulas, cuentos, novelas, etc. a lo largo de la semana.

## **1.2. Diseñar y ejecutar actividades al aire libre**

Este punto se refiere a realizar diferentes actividades grupales en el patio del colegio, parques o lugares como canchas de fútbol que estén disponibles. La actividad consiste en desarrollar diversas dinámicas recreativas de interacción y participación entre varones y mujeres como ser: *“zip, zap, voy”*, *“telaraña”*, *“el mundo”*, *“ensalada de frutas”*, *“el barco se hunde”* y *“terremoto”*. Actividades que a continuación se describen detalladamente:

### **1.2.1. Técnica: ZIP, ZAP, VOY**

#### **✓ Características**

Se realiza un círculo grande con todos los participantes tomados de la mano. Se les explica que cada participante señala al compañero del lado izquierdo vocalizando la palabra ZIP, uno por uno. Posteriormente, se les explica que pueden cambiar la dirección al sentido contrario, es decir a la derecha, diciendo la palabra ZAP, y luego pueden nuevamente cambiar el sentido mencionando la palabra VOY y apuntando hacia el frente. Esta técnica participativa permite el desarrollo de la motricidad gruesa, del espacio y de la lateralidad.

### **1.2.2. Técnica: ENSALADA DE FRUTAS**

#### **✓ Características**



Se debe asignar el nombre de seis u ocho frutas a los participantes en una serie continua. Ejemplo: *naranja, pera, durazno, uva, plátano, mandarina...* y se debe *empezar nuevamente por naranja, durazno, uva...*

El facilitador dice: **naranja** y todos los que son **naranja** deben moverse de lugar, luego dice **uva**, y todas las **uvas** deben moverse de lugar, así sucesivamente, hasta que en cierto momento dice: **ensalada de frutas** y todos los participantes sean de la fruta que sean deben cambiar de lugar y el último en cambiarse de lugar es la persona que recibe la penitencia.

A partir de esta dinámica se puede organizar diferentes grupos de trabajo; ya sea por frutas, o variar la dinámica con el nombre de colores, flores, animales u otros. Con esta técnica participativa se permite el desarrollo de la motricidad gruesa, de movimiento, del espacio y de la lateralidad.

### 1.2.3. Técnica: TELARAÑA

#### ✓ Características

Se organiza un círculo entre todos los participantes, uno inicia la presentación, se queda con la punta del ovillo y pasa el ovillo a otro y cada uno debe presentarse, expresando su nombre y lo que más le gusta, así se continua hasta devolver el ovillo hasta volverla al primero envolviendo la lana.

Esta técnica se puede utilizar para reforzar un aprendizaje. Ejemplo uno inicia mencionando uno de los derechos de los niños, se continua hasta que todos participen mencionando sus derechos.

También se puede adaptar de acuerdo a las necesidades con los temas que se desee o se requieran (*mencionar cualidades, nombres de animales, de flores, de árboles, etc.*).



#### 1.2.4. Técnica: EL BARCO SE HUNDE

##### ✓ Características

Todos los participantes se desplazan de un lado para otro y el facilitador expresa: *el barco se hunde y solo hay botes para integrantes de 4 personas*. Entonces los participantes se agrupan en grupos de 4 personas y las personas que sobren se hacen acreedores a una penitencia. Nuevamente los participantes se desplazan en todas las direcciones y el facilitador dice: *el barco se hunde y solo hay botes para integrantes de 6 personas*, nuevamente se repite el agrupamiento de 6 personas y los que sobren deben de realizar una penitencia y así sucesivamente.

Esta técnica puede modificarse para conformar grupos de trabajo de acuerdo a la cantidad de estudiantes que sea conveniente para determinado trabajo. Y además con esta técnica participativa se permite el desarrollo de la motricidad gruesa, del espacio y de la lateralidad.

#### 1.2.5. Técnica: TERREMOTO

##### ✓ Características

En esta técnica se conforman grupos de tres personas, y cada grupo se lo ubica en un círculo mayor. En cada grupo de tres personas uno representa la pared externa, otro la pared interna y el del centro representa al inquilino. El facilitador es quien da la orden vocalizando la palabra ***pared externa*** y todos los que representan la ***pared externa*** deben cambiar de lugar. Lo mismo sucede cuando el facilitador dice: ***pared interna*** o ***inquilino***. Ahora bien, cuando el facilitador expresa: ***terremoto*** todos cambian de lugar y las personas que no cambiaron de lugar o se quedaron sin grupo, se hacen acreedores a una penitencia. Por último, con esta técnica se permite el desarrollo de la motricidad gruesa, del espacio y de la lateralidad.



### **1.3. Planificar conjuntamente con los estudiantes juegos y actividades deportivas al aire libre, para desarrollar aprendizajes y revalorizar las tradiciones de antaño; empleando el tiempo de forma creativa y dinámica acorde a la edad de los estudiantes**

En esta parte se hace mención, así como en el día del desafío se hacen diferentes actividades físicas y deportivas, sería adecuado cada fin de semana en el colegio realizar diferentes actividades deportivas como jugar fútbol, fútbol, wally, básquet, danzas rítmicas y juegos grupales; a fin de fortalecer los movimientos físicos y corporales de flexibilidad, lateralidad, espacialidad y equilibrio. Por tanto, con esta técnica se permite el desarrollo de la motricidad gruesa, de movimiento, del espacio y de la lateralidad.

#### **1.3.1. El gato y el ratón**

Se colocan todos los jugadores agarrados de las manos, formando una cadena en círculo. Hay dos participantes que no forman parte de la cadena situándose uno dentro del círculo que hará de “ratón” y el otro se situará fuera que es el que hará de gato.

Ahora bien, el juego consiste en que el gato tiene que agarrar al ratón, éste tiene que escapar pasando por debajo de los brazos de los que forman la cadena. Los que forman la cadena, cuando vaya a pasar el ratón, levantan los brazos para facilitarle el paso y los bajan cuando intente pasar el gato. Mientras se persigue los que forman la cadena cantan una canción. Si los que forman la cadena se separan, los que se hayan soltado, pasarán a ser gato y ratón. Con esta técnica se permite el desarrollo de la motricidad gruesa, de movimiento, del espacio y de la lateralidad.



### **1.3.2. Carrera de tres pies**

Es una carrera en pareja se llama de tres pies, porque el tobillo izquierdo de uno de los corredores se amarra al derecho del otro. Para avanzar deben mover simultáneamente las extremidades amarradas. Gana la primera pareja que cruce la meta. Desarrolla la coordinación y direccionalidad.

### **1.3.3. Los acostalados**

Es un juego muy popular entre los niños de todo el mundo. Para su desarrollo tan solo son necesarios unos cuantos sacos de tela o yute y terreno suficiente para saltar. Para ejecutar la carrera los niños se introducen dentro de los sacos y éstos se atan al pecho o bien se agarran con las manos. Los niños deben desplazarse saltando sin salirse de los sacos ni caerse. Con esta técnica participativa se permite el desarrollo de la motricidad gruesa, del espacio y de la lateralidad.

### **1.3.4. Los encantados**

Es un juego de persecución popular y tradicional infantil que consiste en que la persona que "se queda" tiene que tocar a alguien, mientras los jugadores corren, y esta debe permanecer parada(o) "encantada(o)" hasta que otro jugador lo toque y le quite el estado de encanto.

El jugador que se queda tiene dos deberes, perseguir a los jugadores para encantarlos y cuidar a los ya encantados para que no los desencanten. Con esta técnica se permite el desarrollo de la motricidad gruesa, del espacio y de la lateralidad.



### 1.3.5. Las sillas

Este es un juego tradicional de manera competitiva y que consiste en colocar en círculo un número de sillas igual a los jugadores menos una. Todos los jugadores se desplazan en círculo a un ritmo constante y al compás de la música. Cuando termine la música, los jugadores tienen que ocupar, rápidamente una de las sillas.

El jugador que no encuentre la silla quedará eliminado y se quitará una silla del círculo. Cuando vuelva a sonar la música los jugadores inician otra vez el desplazamiento y así sucesivamente hasta que quede un solo jugador que será el ganador. Por tanto, con esta técnica se permite el desarrollo de la motricidad gruesa, de movimiento, del espacio y de la lateralidad.

### 1.4. Capacitar a los estudiantes frente a la importancia de la recreación como herramienta pedagógica *(El juego como estrategia pedagógica del aprendizaje significativo).*

El juego permite una liberación energética que se reconoce en la alegría que se siente y que se transmite. La alegría, sentimiento muchas veces relegado de los ámbitos de enseñanza, es la expresión del ser que curioso, explora, construye y comparte con otros durante el descubrimiento de la realidad y el despliegue de su propia creatividad.

Cuando se forman grupos de aprendizaje, a través de la actividad lúdica, se puede activar la expresión total del ser. Se comienza desde lo más simple: el deseo de gritar, cantar, moverse, gestualizar, pintar y dibujar; hasta acceder, luego, a niveles de expresión en donde intervengan potencialidades más complejas como la escritura.

*En ese sentido, el autor nos dice:*



*En el desarrollo de los individuos, el juego desempeña un papel central y los niños dedican gran cantidad de su tiempo a esta actividad. El juego es una actividad que desata la potencialidad expresiva del sujeto en todas sus formas. El juego permite el desarrollo de todos los sentidos: vista, olfato, tacto y la audición (Barrera Elena, 2000, pág. 26).*

Por eso decimos que el juego revitaliza y promueve la imaginación, genera en los educandos el desarrollo de la capacidad de investigar y la resolución de situaciones problemáticas propias del aprendizaje creativo. Las imágenes, situaciones y acciones surgidas de la imaginación dependen de las ideas acumuladas por la memoria, al combinar la percepción de la realidad en configuraciones originales.

El juego es el recurso pedagógico que propone a los participantes del grupo llevar este lenguaje a exteriorizaciones expresivas nutridas de imágenes y símbolos. Estas exteriorizaciones individuales y colectivas están orientadas hacia todos los códigos expresivos de los que es capaz el educando.

Las consignas abiertas de los juegos que estimulan la imaginación promueven el pensamiento divergente. Los juegos proponen una actividad lúdica perceptiva a partir de la cual los niños construyen su imagen mental.

El trabajo creador individual y colectivo, la inventiva y el ingenio ayudan a ejercitar la fluidez, la originalidad y la flexibilidad. Son éstas condiciones esenciales para la estimulación de la sensibilización requerida para la captación de las situaciones problemáticas que el hombre requiere para resolver problemas sociales en forma creativa.

En los primeros niveles escolares el juego es una actividad que los niños realizan de una manera natural y con regocijo. Es una especie de ensayo donde se tolera que los niños se equivoquen y corrijan, de esa manera van construyendo sus conocimientos.



El conocimiento del niño y el conocimiento de la naturaleza del juego y de sus posibilidades, permite definir y orientar la acción del educador, en sus grandes líneas y en sus posibilidades particulares. El niño para jugar utiliza casi todos los materiales de que dispone, la renovación de los juegos exige la multiplicidad y el cambio de estos materiales que conservan y abastecen la necesidad de acción y el apetito de conocimiento.

Por tanto, se debe desarrollar diferentes talleres que traten sobre la relevancia del aprovechamiento del tiempo libre para posteriormente emplearlo de manera significativamente, a partir de la elaboración de distintos textos escritos; ya sea en ensayos, poemas, cuentos, canciones, rimas e historias referentes al tiempo libre, la recreación y su mejor empleo.

### **1.5. Apostar decididamente por un concepto activo y positivo del tiempo libre, que favorezca el desarrollo personal y la creatividad de los estudiantes**

Muchas veces los estudiantes optan por asistir en vacaciones a la piscina o a practicar algún arte marcial. Porque no impulsar en los estudiantes la práctica de estas actividades extracurriculares cada fin de semana. Así de esta forma desarrollan la parte física y aprenden una actividad que será de gran ayuda para su futuro personal y también social si hablamos de que al asistir a estos lugares entablará conversaciones y ganará muchos amigos.

También los estudiantes tienen la posibilidad de asistir a clases de oratoria y liderazgo. Dichos talleres ayudarán en el incremento de su autoestima y confianza. De esta manera proporcionarán eficacia y utilidad a su tiempo libre y favorecerán su desarrollo personal, emocional y mental.





### **1.6. Propiciar el trabajo grupal como espacio socio-personal para la relación consigo mismo y con los demás**

Aquí se habla del desarrollo de distintos talleres de orientación vocacional, en donde los estudiantes se interrelacionen intercambiando los distintos puntos de vista que tienen y además, asimilen, comprendan, analicen y reflexionen sobre las distintas carreras con que cuenta la universidad, las escuelas de formación de maestros y los institutos técnicos; para que a partir de ello, tomen una decisión y se inclinen por alguna de las carreras que más les llamó su atención y su interés. Estos talleres también incluyen la autoformación con información de las diversas carreras en fotocopias, test de orientación vocacional y el análisis del campo de acción y mercado laboral de cada carrera.

### **1.7. Promover los valores como la responsabilidad, el respeto y la tolerancia para contribuir al fomento de una convivencia pacífica**

Al hablar de promover valores de convivencia se habla de la implementación de sociodramas o psicodramas y que al final de estos se desarrolle una interacción entre los participantes para fortalecer la confraternización de los diferentes elencos a través de un apthapi, y en base a estas actividades se reflejen los valores y actitudes a asimilar con mensajes de compromiso, responsabilidad, sociabilidad, respeto y tolerancia.

### **1.8. Generar una participación activa por parte de los profesores/as en la preparación y desarrollo de las actividades programadas para el tiempo libre de los/as estudiantes dentro y fuera de la unidad educativa**

Desarrollar distintas visitas a museos (casa de murillo, museo costumbrista, museo de metales preciosos, etc.); lugares históricos (palacio de gobierno,



vicepresidencia del estado plurinacional, asamblea plurinacional, gobierno autónomo municipal de La Paz y otros); instituciones superiores de educación (Universidad Mayor de San Andrés, Escuela Superior de Formación de Maestros “Simón Bolívar”, Warisata escuela ayllu, etc.); fábricas (EMBOL, PIL, QUIPUs); empresas bolivianas (EPSAS, DELAPAZ, YPFB).

### **1.9. Desarrollo de juegos dinámicos y didácticos de mesa para despertar el interés y desarrollo de habilidades cognitivas**

El ajedrez, según estudios científicos desarrolla la capacidad de planificación, análisis y estrategia de los participantes en dicho juego. Es en ese sentido, que se empleará dicho juego para desarrollar estas capacidades y emplear de mejor manera el tiempo libre de los estudiantes. Además, los estudiantes elaborarán juegos didácticos incluyendo sus instrucciones; primero, para estimular su capacidad creativa e imaginativa; segundo, para jugar y evaluar la complejidad del juego diseñado y creado, y más adelante realizar mejoras al juego o dotarle de un nivel de complejidad más elevado.

### **1.10. Distintas manualidades relacionadas a las asignaturas que llevan los estudiantes**

A partir de la recolección de distintos objetos y envases se puede elaborar distintos objetos como floreros a partir de las botellas desechables de plástico y de las latas de refrescos. Así como con gomaeva se pueden realizar distintas tarjetas.

### **1.11. Trabajo en grupo, para propiciar el compañerismo dentro y fuera del aula a través de actividades planificadas y programadas**

Realizar actividades de preservación y cuidado del medio ambiente a partir del plantado de arbolitos y plantas en alrededores del colegio y del barrio. Además de



colaborar con el acopio de envases de plástico y vidrio para reciclarlo y reutilizarlo y otorgarle una utilidad nueva. Al mismo tiempo, concienciar a los compañeros para que no dejen botados envases de golosinas o del desayuno escolar ni basuras en el patio del colegio.

### 1.12. Confección de un horario que administre y organice de mejor manera el tiempo de los estudiantes

Habiendo identificado las actividades de interés y determinar la propiedad que tienen, para posteriormente asignar el tiempo que precisa cada actividad, es útil confeccionar un horario semanal, para abordar diferentes actividades que no tienen horarios definidos, esto significa planificar todas las actividades para iniciar la semana, es decir un horario similar al de la escuela.

El horario elaborado debe contemplar los siete días de la semana con las actividades desde la hora de levantarse hasta la hora de acostarse, no será rígido y robotizado, pero orientará a realizar todas las actividades planificadas y no improvisarlas en el transcurso del día y de la semana; considerando que es para estudiantes en edad escolar.

#### Horario Personal de Actividades para la semana

<b>Hora</b>	<b>Domingo</b>	<b>Lunes</b>	<b>Martes</b>	<b>Miércoles</b>	<b>Jueves</b>	<b>Viernes</b>	<b>Sábado</b>
6:40		Levantarse	Levantarse	Levantarse	Levantarse	Levantarse	
6:45		Aseo per.	Aseo per.	Aseo per.	Aseo per.	Aseo per.	
7:00	Levantarse	Desayuno	Desayuno	Desayuno	Desayuno	Desayuno	Levantarse
7:15	Aseo personal	Salir de casa	Salir de casa	Salir de casa	Salir de casa	Salir de casa	Aseo personal
7:30	Desayuno	Tomar transporte	Tomar transporte	Tomar transporte	Tomar transporte	Tomar transporte	Desayuno
8:00	Salir a trotar	Ingreso a clases	Ingreso a clases	Ingreso a clases	Ingreso a clases	Ingreso a clases	Ver televisión



9:00							
10:30							
12:00							
13:00	Almuerzo						
14:00	Salir de paseo	Almuerzo	Almuerzo	Almuerzo	Almuerzo	Almuerzo	Almuerzo
14:30		Realizar tareas	Realizar tareas	Realizar tareas	Realizar tareas	Realizar tareas	Repasar contenidos de clase
15:00							
16:00							
17:00	Té	Té	Té	Té	Té	Té	Té
18:00	Ir al cine	Internet	Pasear	Descansar en casa	jugar futbol	Actividad recreativa	Pasear o descansar
19:00							
20:00							
21:00							
22:00	Descanso en casa	Descanso en casa	Descanso en casa	Descanso en casa	Descanso en casa	Descanso en casa	Descanso en casa

**Nota.** - Este cuadro puede ser llenado y ampliado para cada actividad.

Este horario es recomendable que sea semanal y mejor si el estudiante lo elabora primero de acuerdo a su realidad, prioridad, posibilidad y pueda medir su fuerza de voluntad y posteriormente complementarlo con las personas con quien vive, para coordinar los horarios en los cuales la familia se encuentra y con todos los integrantes en casa; para salir o realizar actividades en forma conjunta, de esta manera los horarios no se sobrepondrán y tampoco existirán incompatibilidades en las actividades a realizar.



**2. PLAN DE ACTIVIDADES DE APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE**

NIVEL	ACTIVIDAD	OBJETIVO	RESULTADO	APLICACION
1ro. de Secundaria	Manualidades y Taller de origami	Desarrollar la psicomotricidad fina a partir del plegado de diversas figuras hechas en papel de distintos colores.	Producción de distintos textos narrativos escritos como ser: mitos, fábulas y cuentos a partir de la figuras hechas en papel.	Se pide a los estudiantes que elaboren diversas figuras en papel como: animales, flores y elementos de la madre tierra, y a partir de dichas figuras los estudiantes elaborarán distintos textos narrativos en aula.
2do. de Secundaria	Actividades al aire libre y (dinámicas Grupales)	Realizar diferentes actividades grupales en el patio del colegio, parques o lugares como canchas de fútbol que estén disponibles.	Los estudiantes desarrollan sus movimientos corporales, de coordinación, motor, espacialidad y de lateralidad.	Se pide a los estudiantes que se pongan en círculo y a partir de ello se realizan en espacios libres distintas dinámicas de interacción grupal como ser: ZIP, ZAP, VOY, ENSALADA DE FRUTAS, TELARAÑA, EL BARCO SE HUNDE, TERREMOTO.
3ro. de Secundaria	Actividades deportivas al aire libre y juegos tradicionales de antaño	Realizar diferentes actividades deportivas y juegos tradicionales de antaño.	Fortalecimiento de los movimientos físicos y corporales de flexibilidad, lateralidad, espacialidad y	Se desarrolla con los estudiantes juegos y actividades deportivas al aire libre como ser:



			<p>equilibrio. Desarrollo de aprendizajes revalorizando las tradiciones de antaño; empleando el tiempo de forma creativa, dinámica y acorde a la edad de los estudiantes</p>	<p>Jugar fútbol, básquet, wally y revalorizar las tradiciones de antaño como ser:                      El gato y el ratón, carrera de tres pies, los acostados, los encantados, el baile de las sillas.</p>
4to. de Secundaria	<p>Actividades de desarrollo personal y creatividad de los estudiantes</p>	<p>Impulsar en los estudiantes la práctica de actividades extracurriculares cada fin de semana para potenciar la parte física y aprender una nueva actividad que será de gran ayuda para su futuro personal y social.</p>	<p>Dichos talleres ayudan en el incremento de la autoestima y confianza. De esta manera proporcionarán eficacia y utilidad a su tiempo libre y favorecerán su desarrollo personal, emocional y mental.</p>	<p>Los estudiantes asisten en vacaciones a la piscina o a practicar algún arte marcial. Además, toman clases de oratoria y liderazgo para crecer mental y espiritualmente.</p>
5to. de Secundaria	<p>Implementación de sociodramas o psicodramas</p>	<p>Implementar distintos sociodramas o psicodramas para desarrollar la interacción entre los participantes.                       Fortalecer la interacción y confraternización de los diferentes</p>	<p>Fortalecer los valores y actitudes con mensajes de compromiso, responsabilidad, reciprocidad, sociabilidad, respeto y tolerancia.</p>	<p>Para promover valores de convivencia se implementarán distintos sociodramas y psicodramas, y al final de estos se desarrollará la interacción entre los participantes a</p>



		elencos de dramatización.		través de un apthapi.
6to. de Secundaria	Juegos dinámicos y didácticos de mesa	Elaborar distintos juegos didácticos los cuales incluyan las instrucciones, estimulando su capacidad creativa e imaginativa.	Desarrollo de las capacidades cognitivas empleando de mejor manera el tiempo libre de los estudiantes.	Los estudiantes elaborarán juegos didácticos incluyendo sus instrucciones; primero, para estimular su capacidad creativa e imaginativa; segundo, para jugar y evaluar la complejidad del juego diseñado y creado, y más adelante realizar mejoras al juego o dotarle de un nivel de complejidad más elevado.

**Nota.** – Las anteriores actividades no son privativas para un solo nivel o grado de escolaridad, sino que pueden aplicarse de forma rotativa a cada nivel escolar.



### **REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:**

- ✓ ANDER EGG, Ezequiel (1999), Diccionario de Pedagogía, editorial Magisterio del Rio de La Plata, Buenos Aires, Argentina.
- ✓ ANDER EGG, Ezequiel (1996), la planificación Educativa, Conceptos, métodos, estrategias, y técnicas para los educadores, Editorial Magisterio del Rio del Plata, Buenos Aires Argentina.
- ✓ BANDURA, Albert (1969), Modificaciones principales en el aprendizaje, Nueva York.
- ✓ BELLO Andrés, (1958), Gramática de la Lengua Castellana, Quinta Edición, Buenos Aires, Ed. Sopena Argentina S.A.
- ✓ BILBAO la vieja, Humberto (1981), Didáctica General, La Paz Bolivia.
- ✓ BRIONES, Guillermo, La Investigación en el Aula y en la Escuela, Guadalupe Ltda. Colombia 1995.
- ✓ BORDA Ávila y Pinzón de Días, Elizabeth y Beatriz, Rendimiento Académico, Técnicas para estudiar mejor. Colección Aula Abierta Editorial Magisterio Colombia 1997.
- ✓ BOSCATO Graziella, “Estudiantes con clase” Edit., Limusa, México 1995.
- ✓ CALLISAYA Gonzalo, (2008), Diccionario pedagógico, publicaciones YACHAY, La Paz – Bolivia.
- ✓ CASTILLEJO Brull, José Luís (1978), Nuevas Perspectivas en las Ciencias de la Educación, Edit. .Anaya, Madrid.
- ✓ CLEMENTE Jhon, “Dominio del tiempo”, Edit.Garza azul. Madrid 2005.
- ✓ DURKHEIM Emilio (1974), Educación y Sociología, Buenos Aires, Schapire.
- ✓ FREIRE, Paulo (1969), Pedagogía del Oprimido, Ediciones San Santiago.
- ✓ IRIARTE Gregorio, Análisis Crítico de la Realidad, compendio de datos actualizados, Duodécima Edición CEPROMI. Cochabamba Bolivia. 1999.
- ✓ QUESADA Roció, Administrar el tiempo, Editorial Limusa, México, 1998.
- ✓ MOLINA Sergio, Reflexiones sobre el ocio y el tiempo libre, Ed, Limusa, 1998.



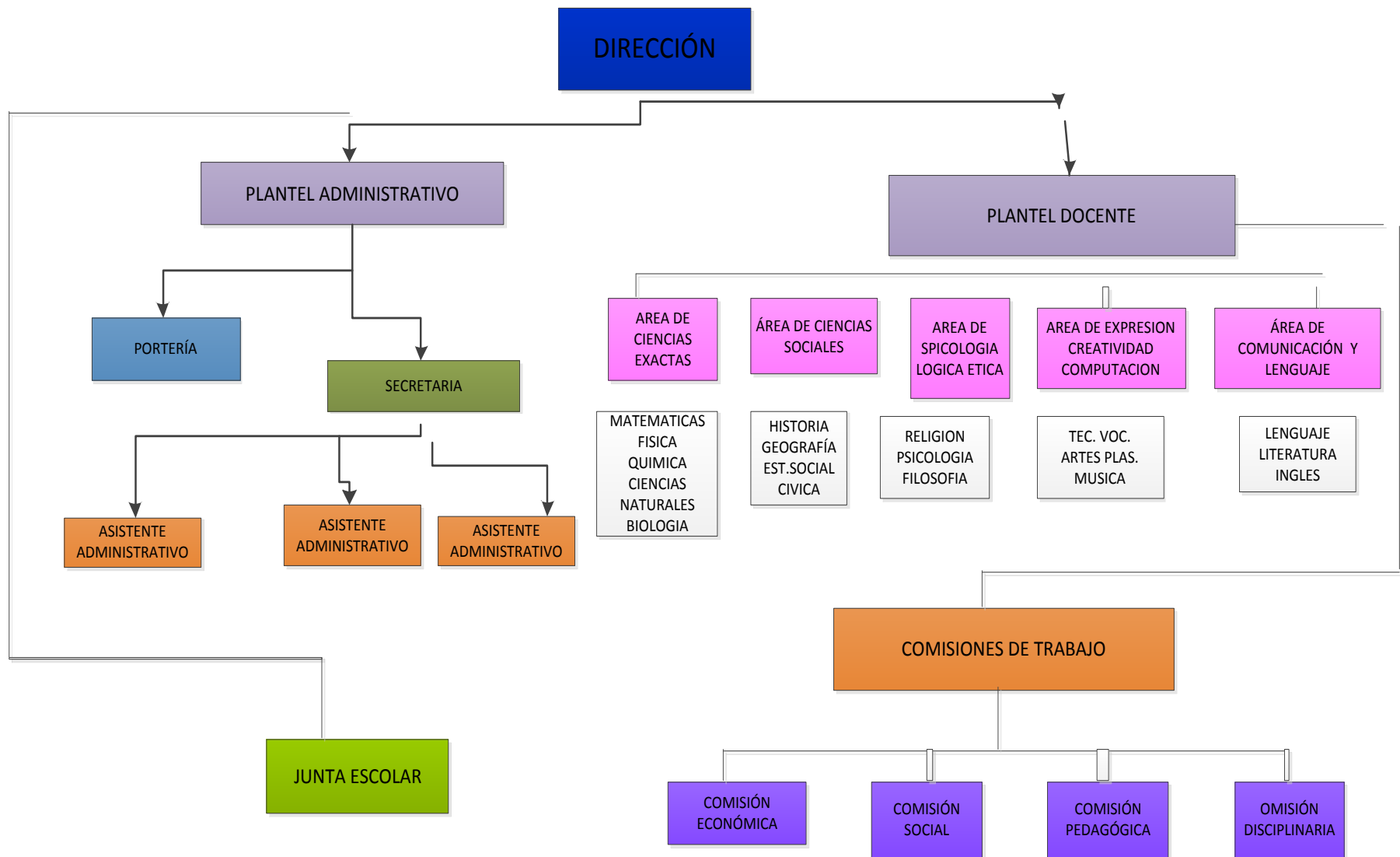


- ✓ RODRIGUEZ Mauro, Administración del tiempo, Ed., Manual Moderno, S.A, de C.V., México, D.F, 1994.
- ✓ ROGERS C.R. (1975), Libertad y Creatividad en la Educación, Ed. Paidós Bs. As.
- ✓ ROUSSEAU, Juan Jacobo (1982), Emilio de la Educación Edit. Pomua S.A., México.
- ✓ SÁNCHEZ Rodríguez, José, (1996). *“Cómo estudiar con ganas” suspender no es cosa de uno*. Editorial CCS. Madrid - España.

**PÁGINAS CONSULTADAS EN INTERNET:**

- ✓ <http://es.scribd.com/doc/15748412/Organizacion-y-Administracion-del-Tiempo-como-habito-de-estudio#scribd>

ANEXOS



## ANEXO N° 2

### CUESTIONARIO

**Te solicito responder con honestidad, el presente cuestionario. Marca con una X en la respuesta que más te parezca.**

Sexo. Hombre ( ) Mujer ( ) Curso..... Edad.....años

1. Vives con: Padre ( ) Madre( ) Ambos( ) Otros.....

2. ¿El tiempo libre es?

a) Tiempo de esparcimiento ( ) b) Tiempo de ocio ( ) c) Tiempo de descanso ( )

3. ¿El tiempo libre debería ser para?

.....

4. ¿Cuántas horas por día le dedicas al ocio?

- a) Ninguna ( )
- b) Menos de dos horas ( )
- c) Entre dos y seis horas ( )
- d) Mas de seis horas ( )

5. ¿Que haces en tu tiempo libre?

- a) Leo un libro, revista o periódico ( )
- b) Me encuentro con amigos o familiares ( )
- c) Salgo de compras ( )
- d) Voy al Cine ( )
- e) Veo televisión ( )
- f) Realizo actividades deportivas ( )
- g) Nada ( )

6. ¿Tienes alguna clase de hobby?

- Si ( )
- No ( )

7. ¿Si respondiste que SI la pregunta anterior, cual es su hobby y cuanto hace que lo practicas?

.....

8. ¿En promedio cuántas horas semanales las destinas a la realización de tu hobby?

- a) Menos de una hora ( )
- b) Entre una y cinco horas ( )
- c) Mas de cinco horas semanales ( )

9. ¿Practicas tu hobby en forma individual o con otras personas?

- a) Solo    
 b) En compañía

10. ¿Presentas tus tareas y trabajos puntualmente?

- a) Siempre  b) Casi siempre  c) Poco  d) Nada

11. En tu casa ¿Quién te apoya más en tus estudios?

- a) Padre  b) Madre  c) Ambos  d) Otros  e) Nadie

12. ¿Cuanto tiempo al día te dedicas a ver la televisión?

- a) 1 hora  b) 2 horas  c) 3 a 6 horas  d) Mas de 6 horas

13. ¿Cuanto tiempo al día te dedicas a jugar en los videojuegos?

- a) 1 hora  b) 2 horas  c) 3 a 6 horas  d) Mas de 6 horas

14. ¿Cuánto tiempo dedicas visitar las redes sociales en tu tiempo libre semanalmente?

- a) De 1 a 5 horas  b) 5 a 10 horas  c) 5 o mas horas

15. ¿Cuanto tiempo al día le dedicas al celular?

- a) menos de 1 hora  b) 2 a 5 horas  c) Mas de 5 horas

16. ¿Cuanto tiempo al día te dedicas a escuchar música?

- a) 1 hora  b) 2 horas  c) 3 a 6 horas  d) Mas de 6 horas

17. ¿Cuanto tiempo al día le dedicas al internet?

- a) 1 hora  b) 2 horas  c) 3 a 6 horas  d) Mas de 6 horas

18. Cada día ¿Cuanto tiempo le dedicas al estudio?

- a) 30 Min  b) 60 Min  c) 1 ½ hora  d) Mas de 2 horas  e) Nada

19. Tu ¿Crees que las horas que dedicas al estudio son suficientes?

Si  No  Porque.....

20. ¿Cuanto tiempo estudias el fin de semana y feriados? Hasta.

- a) 30 Min  b) 60 Min  c) 1 ½ hora  d) Mas de 2 horas  e) Nada

21. ¿Crees tu, que el tiempo libre, influye para tener un buen rendimiento académico?

- Si  No  Poco  Nada

*Muchas Gracias!!!*

**CENTRALIZADOR DE CALIFICACIONES - SEGUNDO BIMESTRE**

CURSO: QUINTO SEC.		ASESORES DE CURSO													
Nº	DATOS PERSONALES	BIOLOGIA- GEOGRAFIA	FISICA- QUIMICA	LENGUA CASTELLANA	LENGUA ORIGINARIA	LENGUA EXTRANJERA	CIENCIAS SOCIALES	EDUCACIÓN FISICA	EDUCACIÓN MUSICAL	ARTES PLASTICAS	PSICOLOGIA	VALORES ESPIRITUALIDAD	MATEMATICAS	TECNICA TECNOLOGICA	PROMEDIO BIMESTRAL
	APELLIDOS Y NOMBRES														
1	MENESES MARIA DE LOS ANGELES	55		54		54	56	51	52	51	55	55	51	51	53
2	VILLARROEL ADRIANA GABRIELA	56		55		51	33	55	59	40	55	52	55	51	51
3	APAZA CHOQUE NATANIEL ALEJANDRO	57		51		55	51	54	39	48	55	55	41	65	52
4	ARGANDOÑA CALLE YESID CAMILO	59		76		63	77	81	83	76	61	59	57	62	69
5	ARISMENDI LAURA MICAELA ZAIDA	55		59		57	51	64	52	58	52	52	51	60	56
6	AYLLON CHURA DEYSI BELEN	67		51		74	55	75	72	74	57	60	56	76	65
7	CALLISAYA VILA YOSEP BEIMAR	52		65		53	62	55	53	54	51	62	52	56	56
8	CAMACHO JURADO MARIA RENE	78		56		51	62	70	59	74	58	52	58	82	64
9	CHAVEZ CORINA LIMBER RENE	67		75		51	52	87	78	64	58	78	51	71	67
10	CHOQUE QUISPE ARACELY	55		52		57	60	60	57	60	53	54	53	51	56
11	CONDE ALIAGA DAMARIS	65		59		66	58	78	56	58	78	64	65	82	66
12	CONDORI COCARITO CALVIN WILLIAMS	55		52		52	59	40	51	48	54	56	53	52	52
13	CORY ALTAMIRANO IVETH ROXANA	68		63		88	71	70	65	62	59	82	57	88	70
14	CORI RODRIGUEZ CAROLINA JAZMIN	58		64		61	67	62	61	72	67	55	52	64	62
15	DURAN LUNA SAMUEL WILLIAMS	51		55		52	55	52	51	55	52	57	58	51	54
16	HUANCA CORTEZ ANA GABRIEL	55		54		49	41	53	51	51	52	69	42	58	52
17	LARICO MARQUEZ VICTOR	52		54		49	35	55	35	65	56	51	52	60	51
18	MACHACA CHUQUIMIA LUIS FERNANDO	64		61		66	60	86	51	76	74	74	64	66	67
19	MAMANI FLORES YULIANA GABRIELA	60		75		65	57	70	51	79	71	84	44	76	67
20	MAMANI QUISPE ANGELICA HELEN	63		61		67	76	62	68	51	76	65	67	63	65
21	MARIACA AGUILAR DAYANA KAREN	54		73		51	65	53	60	53	58	59	72	75	61
22	MARTINEZ CHAMBI KIMBERLY VALERIA	56		59		53	56	54	60	33	52	56	56	32	52
23	PATI MOSCOSO JHONATAN	52		51		58	35	56	35	54	44	55	60	65	51
24	PAZ LIMA JOSE FERNANDO	52		60		55	53	51	60	53	51	51	52	52	54
25	PLATA CHURA LUZ ANGELA	57		81		53	72	60	55	60	57	60	62	57	61
26	PORCEL MULLISACA LUIS ANGEL	56		51		51	51	56	58	40	55	63	51	55	53
27	QUISBERT SORIA MARINA ESTEPHANIE	61		67		60	80	64	64	63	69	58	57	58	64
28	QUISPE LUNA WARA FABIANA	54		51		60	56	56	55	55	52	51	53	54	54
29	QUISPE MAMANI HENRY CARLOS	51		56		52	51	57	51	43	51	66	61	32	52
30	RAMOS RUIZ RONALD	56		51		51	54	58	35	55	60	55	44	60	53
31	RODRIGUEZ ARIÑEZ JHOSELIN	52		55		60	59	91	61	53	60	70	60	84	64
32	RODRIGUEZ ECHALAR NICOL	63		51		54	35	52	51	51	51	51	52	57	52
33	SANTANDER QUIPILDOR SIGRID SOLAIME	51		57		55	51	57	51	52	55	51	53	54	53
34	SUNTURA OLAGUIBEL BEIMAR GABRIEL	71		85		76	59	72	82	60	71	62	52	88	71
35	SUNTURA OLAGUIBEL DENIS ALEJANDRO	58		66		67	57	70	66	61	60	65	56	63	63
36	TICONA KANTUTA YADIRA	51		42		51	36	54	51	51	66	73	35	62	52
37	URQUIZO ALVAREZ ERIKA NAYZETH	75		73		89	65	55	51	62	58	65	69	67	66
<b>PROMEDIO</b>		<b>58</b>		<b>60</b>		<b>59</b>	<b>56</b>	<b>62</b>	<b>56</b>	<b>57</b>	<b>58</b>	<b>61</b>	<b>55</b>	<b>62</b>	<b>59</b>

