

**COMPRENSIÓN DEL OCIO Y USO SALUDABLE DEL TIEMPO LIBRE A  
TRAVÉS DE LOS JUEGOS TRADICIONALES URBANOS EN LA CLASE DE  
EDUCACIÓN FÍSICA**

**BRAYAN DANILO VANEGAS GARCIA**

**2019220076**

**UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL**

**FACULTAD DE EDUCACIÓN FÍSICA**

**PROYECTO CURRICULAR LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA**

**Bogotá, D.C.**

**Mayo 2025 COMPRENSIÓN DEL OCIO Y USO SALUDABLE DEL TIEMPO  
LIBRE A TRAVÉS DE LOS JUEGOS TRADICIONALES URBANOS EN LA CLASE DE  
EDUCACIÓN FÍSICA**

**Proyecto Curricular Particular para optar al título Licenciado en Educación Física**

**BRAYAN DANILO VANEGAS GARCIA**

**CARLOS PIÑA**

**UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL**

**FACULTAD DE EDUCACIÓN FÍSICA**

**PROYECTO CURRICULAR LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA**

**Énfasis en educación formal**

**Bogotá, D.C.**

**Mayo 2025**

## ÍNDICE GENERAL

1.	FUNDAMENTACIÓN CONTEXTUAL	8
1.1.	Antecedentes o estado del arte	8
1.2.	Marco legal	20
1.3.	Macro contexto	24
	1.3.1 El establecimiento de las “pantallas” en la sociedad	25
	1.3.2. El ocio y el tiempo libre si son importantes	31
	1.3.3. Juego urbano tradicional, otra forma de llegar al ocio en el tiempo libre	35
2.	PERSPECTIVA EDUCATIVA	38
2.1.	“Tiempo libre y tiempo de ocio - daño irreparable para el capitalismo”	40
2.2.	Pedagogía del ocio y el tiempo libre	45
3.	DISEÑO DE IMPLEMENTACIÓN	51
3.1.	Justificación:	51
3.2.	Objetivos	53
	3.2.1 General:	53
	3.2.2 Específicos:	53
3.3.	Planeación general	54
3.4.	Contenidos	55
3.5.	Metodología	57
3.6.	Evaluación	58

3.7.	Rol estudiante	58
3.8.	Rol del profesor	59
4.	EJECUCIÓN PILOTO	60
4.1.	Microcontexto	60
4.1.1.	Población	60
4.1.2.	Aspectos educativos	61
4.1.3.	Planta física	62
4.2.	Microdiseño	62
4.2.1.	Cronograma	62
4.2.2.	Plan de clase o sesiones	64
5.	ANÁLISIS DE LA EXPERIENCIA	68
5.1.	Aprendizajes como docente	68
5.2.	Incidencias en el contexto y en las personas	70
5.3.	Incidencias en el diseño	73
5.4.	Recomendaciones	74
6.	REFERENCIAS	76
7.	ANEXOS	78
7.1.	Imágenes:	78

**LISTA DE TABLAS**

1 calendario	58
2 respuestas de los estudiantes	65

**LISTA DE IMÁGENES**

imagen 1 instalaciones	62
imagen 2	67
imagen 3	78
imagen 4	78
imagen 5	79
imagen 6	80
imagen 7	80

## INTRODUCCIÓN

El ocio y el tiempo libre son conceptos que se plantean de distintas formas, pero lo más común que podemos notar de estos términos es su similitud y comparación, desde allí se percibe uno de los primeros puntos de carácter meritorio de él o la docente de educación física, como principal actor@ de cambio y promotor@ de conocimiento en la conceptualización de dichos conceptos.

Para encaminarnos en el ocio es correcto afirmar que se ha interpretado como un conjunto de acciones del ser humano intencionadas y apartadas de las obligaciones comunes establecidas socialmente, como lo son el trabajo, la familia, las prácticas educativas y cotidianas o domésticas. En cambio, el tiempo libre es “aquel tiempo que queda después de realizar un trabajo heterónimo sobre todo en forma de trabajo asalariado, esto después de restar los tiempos de comer ir al trabajo y cuidar tu propio cuerpo” (Weber, 1984) documentación social- revista de estudios sociales y de sociología aplicada.

Teniendo en cuenta lo anterior se abordan las problemáticas, oportunidades y necesidades fundamentales de este proyecto, las cuales son la mala interpretación del ocio, el establecimiento de las pantallas, la fractura social por emergencia sanitaria (COVID 19) el uso insignificante del tiempo libre y el déficit de un óptimo desarrollo corporal y humano, en la sociedad actual se identifican falencias desde un punto determinante en el presente, pero este no puede ser soportado sin una base de hechos históricos los cuales encaminan a dichas dificultades, por lo tanto, se asumirán varios puntos de quiebre a nivel social en cuanto a lo que se busca solucionar

y lo que le compete a la educación física según el programa de la licenciatura y desde allí establecer una postura humanista, disciplinar y pedagógica.

Es evidente la gran circulación de ocupaciones u obligaciones de forma normal en la sociedad, cada vez el crecimiento de la industria y la necesidad personal de accionar frente a una puesta de desarrollo humano con un enfoque hacia el capital es más adquirida y aceptada por el individuo, esto incentivando el crecimiento prematuro de la niñez y la juventud para un propósito monetario o una satisfacción de necesidades propuestas por el contexto y entorno en el cual se convive, de tal forma se percibe la afectación a la verdadera naturaleza humana, las habilidades sociales, las relaciones interpersonales y el crecimiento adecuado de los niños, dejando también de lado el jugar, el salir, el conocer y por ende encapsulando multitudes en las pantallas digitales como excusa o afán de satisfacción personal y así desbordándose hacia la mala interpretación del ocio y el uso poco beneficioso del tiempo libre.

En cuanto al desarrollo óptimo del ser humano, dando referencia al mal uso del ocio se reitera claramente que un tema tan amplio no es posible definirlo entre lo malo y lo bueno, es por ello que resulta pertinente establecer un énfasis más próximo dentro del planteamiento académico. así se recalca que el tiempo libre o el ocio no pueden diferir en un buen o mal uso, pero si se pueden conceptualizar desde un parámetro pedagógico el cual aborde la idea de qué tan pertinente es el significado actual de estos conceptos y cómo el educador (se trabajara término educador sin importar la orientación sexual o el género que le define) físico puede propiciar ciertos espacios, que sean un poco más característicos desde el beneficio corporal y el componente pedagógico como tal.

Es posible también que el abordaje de estos términos pueda ser tratado desde el significado que este tiene en la antigüedad o a tenido a lo largo de la historia, pero no solo conocerlo daría una solución o mínimamente un cambio, pues el momento en el que se encuentra la sociedad debe ser afectado particularmente con las concepciones del contexto actual y evidentemente con las problemáticas que competen, por esta razón se busca reconocer la importancia de los dos términos a nivel histórico pero también conceptualizar para un establecimiento oportuno en la actualidad y desde allí ratificar la influencia pedagógica de una propuesta curricular a partir de conceptos que en ocasiones son tergiversados y mal estructurados, esto sin dejar de lado la influencia que deben tener dichos términos en la educación física y en la misma línea la educación física como influyente principal de estos términos.

El ocio y el tiempo libre son componentes activos en el ser y el actuar humano y es por esto que se busca sostener una interpretación clara y congruente, teniendo en cuenta la importancia que está allí, en el actuar pedagógico de un educador físico y la relevancia que tiene este en la totalidad del ser humano.

## 1. FUNDAMENTACIÓN CONTEXTUAL

### 1.1. Antecedentes o estado del arte

Varias de las propuestas presentadas en las síntesis elegidas como referencias o proyectos que se relacionan a este, difieren en cierta forma la importancia del ocio y el tiempo libre como tal y las necesidades humanas de entablar un acoplamiento respectivo a dicha práctica.

Encaminando los antecedentes es bastante normal recaer en la práctica mínima de lo influyente y a cierto modo lo adaptable o beneficioso para el proyecto, pero por otro lado es bastante valioso iniciar con una contraposición establecida, ya que deriva la interpretación de este y afronta de manera más versátil la problemática actual, así entonces desde lo planteado por José Manuel Pozo en “el ocio y sus problemas” se defiende el hecho principal de ocupación, pues este recae en que el tiempo de ocio es innecesario, el exceso de tiempo libre solo aumenta el consumo de festividades, entretenimiento, comercio y más, (Pozo, 2013) es allí donde se establece una equivocada conceptualización del ocio y un uso poco meritorio del tiempo libre, pues la necesidad de tener o hacer para conseguir ese tan anhelado “tiempo de descanso” nos dirige a la ocupación desmedida o búsqueda de un trabajo para la mera adquisición que propone el sistema y no solo mercantiliza al ser humano, sino que lo dispone a la urgencia del consumo capital, pues es claro que en dicho texto se hace referencia a estos términos como innecesarios, determinando de tal forma que no se debería aprovechar el tiempo en un propósito personal de autorreflexión o colectivamente de relaciones interpersonales e interacciones sociales, si no que se resume en como la practica humana debe ir dirigida al trabajo y a la producción buscando así

una acumulación de capital y un crecimiento industrializado y capitalista, muy alejado del bien individual y colectivo de la sociedad en cuanto a un desarrollo óptimo del ser.

Por ello y muchas más cosas se puede derrumbar el verdadero significado de los dos términos clave de este proyecto, es allí donde se reitera un pilar problemático, pues cabe aclarar que el ocio y el tiempo libre no pueden inferir en prácticas basadas e interpuestas por el entorno, contexto socioeconómico o tecnológico, sino que deben buscar el beneficio al crecimiento de la naturaleza humana en completo acuerdo individual o colectivo.

Por otra parte y para fortalecer la relación que hay entre desarrollo, uso de tiempo libre y ocio encaminamos al actuar humano desde la perspectiva de un autor colombiano, psicólogo graduado de la universidad nacional de Colombia y profesor de dos de las universidades más prestigiosas a nivel nacional (universidad de los Andes y universidad Javeriana) él es el doctor German Rey el cual desde su texto *“cultura y desarrollo humano: unas relaciones que se trasladan”* (Rey, 2022) hace presente el importancia que se tiene de la conformación de capital social, y desde un punto muy específico deriva entre dos conceptos de desarrollo, uno ontológico que se propone a partir de los cambios históricos y otro que se encuentra relacionado con la superación personal, teniendo en cuenta el segundo se logra identificar una “vulgarización” del término, llamándolo así en cierta forma para dar a entender que no puede ser tan superfluo un concepto tan importante como lo es el de desarrollo, pues claramente esto no puede ser lo fundamental y aunque la superación personal sea un tema de mucho esplendor en el ámbito humano debe estar atada a muchas herramientas más para tener una fortaleza estructural y fructífera.

en secuencialidad con lo anteriormente recalado se puede dar un entendimiento más pertinente cuando el autor delimita parámetros establecidos por las jerarquizaciones internacionales y los indicadores impuestos desde una cuantificación que divide los desarrollos y superpone entidades bancarias y organismos de control global ante el bien común, cultural y social.

Por otra parte, y más semejante al hecho principal del propósito de desarrollo no solo colombiano si no también latinoamericano, se interviene en una zona de amplio abordaje pero que contrasta una explicación más concreta de la relación que el capital económico y el humano tienen con el uso o no del tiempo libre y el tiempo de ocio.

Rey centraliza que la cultura no puede estar ajena del desarrollo y lo fundamenta con parámetros claves, en principio lo interpreta como el fracaso del proceso económico alejado de dicha cultura y por consiguiente la falta de historia que se tiene en el desarrollo desde un punto igualmente cultural, es así como se intensifica o se crea a través de estas rupturas un pensamiento, está enfocado a que el crecimiento económico se convierte en una necesidad adoptada por el alto consumo del ser humano, desde allí la apertura al uso del tiempo libre y tiempo de ocio tiende a verse fracturada, pues lo que se preservó en América Latina a partir de este “crecimiento” derrumbó ciertos modelos estructurales básicos culturales y sociales, es así como el autor enmarca una frase sintetizada que da una explicación más próxima a lo planteado, frase dicha por Gabriel García Márquez *“América está hecha con los desperdicios de Europa, cultura y desarrollo humano: unas relaciones que se trasladan”* (Rey, 2022)

De tal manera se establece y se considera que se pudo perder algo de lo más importante a nivel latinoamericano y es esa virtud de creatividad, valor cultural propio, originalidad, amor por las raíces y dignificación de la sociedad colombiana, virtud de creatividad que está netamente atada a el uso de este tiempo libre en conjunción con el ocio, el cual tiene como fuente fundamental la autorreflexión, el cuestionamiento interno individual y colectivo, la generación de propuestas e ideas y las acciones que beneficien el desarrollo, esto desde un ámbito estructurado a partir de la cultura e igualmente perteneciente de entornos enriquecedores que si le competen a la sociedad colombiana desde una propuesta mucho más tradicional y propia en cuanto a una mirada pluriétnica y multicultural.

Son temas directamente entrelazados y determinantes en el ser humano, pero por multiplicidad de interrupciones industrializadas y capitalistas la cultura latinoamericana sigue perteneciendo a los “desperdicios europeos” y afrontando una cantidad de guerras ajenas sin intervenciones valiosas en busca de un cambio o una recuperación de la esencia humana, desde allí German Rey enriquece la propuesta e intensifica las bases que estructuran el cuerpo del texto.

Buscando un acercamiento más neutral en cuanto a el papel del ocio en la educación, uno de los documentos que implica un abordaje desde los focos de estudio de la Universidad Pedagógica Nacional y nos incita a reconocer el termino de ocio y el uso de tiempo libre, como un fundamento clave para el desarrollo del potencial humano es *“sentidos y significados del ocio en la caja de compensación familiar compensar, Diana María Buitrago, Luis Alberto Sicutania”* (Sicutania, 2020) estudio de caso que muestra como el ocio tiende a convertirse en una

adaptación particular del individuo y por ello puede llegar a variar dependiendo la perspectiva del ser, pero por otro lado ratifica el hecho de que es una experiencia netamente humana y significativa, es allí donde se le da una importancia al reconocimiento del término y se deja a consideración que el ocio debe ser tratado de una forma más amplia y concreta, de igual forma darle un valor importante en la educación, desde allí la educación física debe constatar un punto de vista más próximo a el reconocimiento del ocio y el uso pertinente del tiempo libre, no solo por el hecho de ser una vertiente de educación, sino porque en gran parte el desarrollo humano, el cuerpo y la experiencia significativa también son parámetros fundamentales de trabajo en el área de la educación física.

Adaptando más de las posiciones halladas en la búsqueda de dichos temas y términos para el proyecto se retoma una base fundamental como lo es *“El valor del ocio en la sociedad actual”* (Idurre Lazcano, 2016) en el cual se hace una espectacular aclaración en la diferencia de tiempo libre y tiempo de ocio, de esta forma se aborda realmente un concepto más claro e interpretativo, en dicho texto se le da un valor muy significativo a esta práctica y se nutre de definiciones e ideas tales como: (ocio, un derecho humano básico -ocio ámbito de desarrollo y calidad de vida- el consumismo y la mercantilización del ocio- el ocio en las personas jóvenes) por otro lado se presenta el ocio y el tiempo libre en su radical diferenciación, esta recae en que toda persona puede llegar a tener un rango de tiempo el cual puede ser usado de cualquier forma, pero no todo aquel que tenga acceso a este límite temporal puede llegar a ser participe del ocio pues se ratifica que el ocio va más allá del tiempo libre pero que de igual forma este necesita de una brecha temporal para poderse llevar a cabo.

En cuanto al origen de estos términos en dicho texto se enmarca como desde los inicios de la humanidad el ocio ha estado presente pero ha sido cambiante en cuanto al proceso evolutivo y de desarrollo humano, claro está el establecimiento de algo no puede ser el mismo en distintas épocas o hechos históricos, desde allí se nombra como un vértice fundamental de proceso en la historia a la revolución industrial, en la cual se ejerce un funcionamiento comercial y laboral pero también se obtiene un amplio margen de tiempo libre para conformar y establecer nuevas prácticas del ocio, estas enfocadas no a una autorreflexión o un crecimiento individual si no con una mirada más social y comunicativa.

En segundo lugar, se aborda otro acoplamiento histórico el cual recae en la temporada de la guerra fría, desde allí se da el surgimiento de ideologías tales como la sociedad del bienestar, donde prácticamente es irrefutable el hecho de que el ocio es un término indebido y poco importante, pues se le da la veracidad al término en cuanto a los beneficios que este trae para el ser humano, no solo en condiciones de desarrollo corporal si no también en la eficacia de los comportamientos sociales del individuo.

Con respecto a lo anterior el término ocio toma fuerza y en el decreto de 1948 se consolida como derecho humano incorporándose poco a poco en los tratados próximos de los países regidos por el sistema democrático, de esta y muchas otras distinciones se fragmenta el concepto, se deriva e interpreta y por consiguiente se insta la necesidad humana del mismo y su importancia.

De cualquier modo el documento es verídicamente útil para el abordaje de este proyecto en ciertas instancias y puntos de referencia, pues es notable que debiese ser adaptado en este

texto en cuanto a la noción que se tiene allí de ocio y tiempo libre, esta es muy similar y no difiere en aspectos si no que por lo contrario fortalece la idea base que prima en la puesta curricular, enumerando de cierta forma apreciaciones necesarias para una posición de cambio social, puesto que desde esta idea se busca una alteración de parámetros que radican claramente en el ser humano y en la necesidad de este por establecer unas experiencias satisfactorias.

Ahora bien, teniendo en cuenta lo anterior el abordaje íntimo de la educación física al concepto de ocio debe ser perpetuado irrefutablemente, pues se tiene en cuenta la experiencia corporal como un vértice fundamental de los establecimientos curriculares en la facultad de educación física de la universidad pedagógica nacional y por ello el encadenamiento que se brinda entre la experiencia satisfactoria anteriormente nombrada y la experiencia corporal llega a crear una estructura más concreta y pertinente para el proyecto, es así como Lazcano y Madariaga intensifican la importancia del ocio y dejan aclarar de forma más sustancial la necesidad que tiene la educación física de abordar dicho término.

Es meritorio resaltar los procesos de investigación a nivel general, pero en cierta forma la caracterización más cercana nos brinda un acoplamiento mayor, referente al concepto y el tratamiento del mismo, así se trae a colación un contexto más íntimo y allegado.

Partiendo de ello se acumula cierta información importante de un documento planteado por miembros de la Universidad Pedagógica Nacional, de esta forma la idea se estructura y se ve privilegiada con más columnas de sostenimiento a su fundamentación desde (Castro Ballén, 2020) en “Recreación, ocio y sociedad. Procesos de intervención e investigación educativa” la recreación interfiere en la propuesta de momentos lúdicos en distintos contextos, buscando

fomentar la relación con el niño pero desde agentes cambiantes con distintivos de creación y autorreflexión, es así como se propone un desarrollo del ocio y aprovechamiento del tiempo libre en Latinoamérica pero particularmente en Colombia, teniendo como metodología principal la lectura recreativa, allí se ratifica que el proceso puede ser bastante beneficioso en ámbitos de investigación y proyectos a largo plazo, pues el hecho de incentivar en la educación infantil la lectura recreativa con autorreflexión nos establece un parámetro más próximo a un comportamiento netamente centralizado en el desarrollo del niño de forma beneficiosa y no solo ello, si no también fortalecido por la alternancia de actividades que concretan un foco de atención más amplio del estudiante en cuanto a lo que busca y plantea el docente.

Es así que el establecimiento de una acción tan importante como lo es el leer se encamina por una postura más lúdica y pertinente desde el ámbito pedagógico, pero claro está, no desde la lectura clásica interpuesta en las distintas clases y lo ya establecido desde la educación tradicional, sino una lectura por mérito propio humano y con un gusto consensuado, de igual forma estabilizado por los patrones de una composición académico pedagógica distinta y renovada.

Estableciendo un reconocimiento más amplio y en el cual los autores son más interactivos con los términos tiempo libre y ocio es necesario traer a escena los autores “Joffre Dumazedier y Erich Weber, documentación social- revista de estudios sociales y de sociología aplicada” en este texto los autores definen el ocio y el tiempo libre de una forma muy completa y en la cual hay una pertinente adaptación a dichas posturas desde este proyecto como tal, por su importante finalidad e identificación a las necesidades, problemáticas y oportunidades.

ellos conceptualizan los términos y los definen a tal punto de un entendimiento claro y representativo, Dumazedier parte del concepto de ocio como “el conjunto de ocupaciones a las que el individuo puede dedicarse voluntariamente, sea para descansar o divertirse y también para desarrollar su información o formación desinteresada, también habla de la participación social o su libre capacidad creadora” (Weber J. D., 1984) por consiguiente Weber define tres pautas de consideración a partir del tiempo libre “la regeneración, la compensación y la ideación” desde estos vértices el autor influye a considerar una estrategia más óptima en cuanto a una problemática actual propuesta por la digitalización que altera el concepto de tiempo libre y ocio, pues la primera pauta que sostiene Weber denominada regeneración atribuye al momento que se debe tener como ser humano para intensificar esa autorreflexión y ese planteamiento de ideas internas, con la compensación satisfacemos y llenamos esa ausencia de energía que se gasta en el transcurso de nuestras obligaciones cotidianas o en palabras más concretas se realiza una recuperación de energía, ya por último con la ideación formalizamos la creatividad y el establecimiento de las ideas que se plantean, es en este momento donde la idea se vuelve acción y la acción no depende de parámetros reglas o condicionantes contextuales y solo está limitada por la introspección del ser humano como tal (Weber J. D., 1984)

Por ello lo anterior no solo atribuye a una referencia o un antecedente desde la perspectiva de estos autores, sino que como educadores en formación captura la necesidad de establecer nuevos parámetros educativos que llegan a volverse necesarios pero también se ven afectados por generalidades y conceptualizaciones erróneas de dichos términos, es por eso la importancia que se le da a estos autores y textos, ellos clarifican determinablemente un punto de

partida más equilibrado y fundamentan teóricamente lo buscado por el proyecto curricular particular en varios de los aspectos.

Es pertinente aclarar que en cuanto a las variedades de estudios y antecedentes que fortalecen el cuerpo de la puesta curricular, una de las obras más inquietantes y pertenecientes a este proyecto, recae sobre la responsabilidad de un autor que dedicó años al estudio del ocio convirtiéndose casi en una fuente fundamental para entender el mismo y ponerlo en práctica. Este autor es Manuel Cuenca Cabeza y acompañado de posturas, cuestionamientos y aclaraciones, se deja sumergir en la importancia del ocio y las distintas propuestas que emergen de este concepto, para reconfortar las fuentes fundamentales se reconoce su gran obra titulada “Ocio valioso” (Cabeza, 2014) este gran libro que se enmarca desde la amplitud que le da el autor Cuenca Cabeza nos deja ver la pertinencia del ocio y el estudio verídico del mismo desde una postura humana, por otra parte retribuye grandes ideas expuestas por filósofos clásicos y modernos, es claro que enfatizar en cada uno de ellos llevaría un abordaje más preciso, pero también ampliará la determinación del desarrollo del proyecto simplemente en los antecedentes, así que es oportuno resaltar que a lo largo del planteamiento del texto se verán varias intervenciones y acotaciones a partir del “ocio valioso” y que en instancias como estas solo cabe intensificar y reconocer la importancia de este libro para el desarrollo de la propuesta curricular.

Por último, se determina la apertura a una vista desde el trabajo y la importancia que tiene el concepto base en cuanto al desarrollo, una mirada desde el juego en conjunción con el tiempo de ocio y por último la intervención que este tiene con nuevas posturas y opiniones que reconfortan los procesos investigativos.

Por otro lado, es bastante pertinente tener en cuenta ciertos autores que nos remiten a una base más concreta en cuanto al juego tradicional urbano o como tal al término juego, por ello se establece como una medida fundamental la postura de Gustavo Adolfo Moreno Bañol quien es un licenciado en educación física y recreación, con un estudio a profundidad en administración del desarrollo humano y director del programa ciencias del deporte en Pereira con la universidad tecnológica.

Bañol en su apropiación por el sentido y la pertenencia histórica Colombiana nos remite al juego del turmequé como riqueza cultural y social, práctica que por su constancia llega a convertirse y establecerse como un deporte nacional e internacional, es cierto que en este proyecto dicho juego no se ve como principal fuente metodológica para la ejecución y la práctica educativa pero es bastante comfortable lo que nos deja ver el texto más allá de la interpolación del deporte del turmequé, pues en este texto se recalca la importancia del juego como principal creador de pensamientos y herramienta formativa a nivel educativo pero también sociocultural, en este artículo se le da paso a aquella reflexión epistemológica del juego tradicional como tal y a que tan importante se convierte el hecho de recuperar estas experiencias significativas para el país, por otro lado se le da la vivacidad a la práctica del juego llevada a un concepto que lo superpone como un deporte autóctono nacional (Bañol, 2008)

El juego como tal se convierte en uno de los enfoques principales en este documento, es por ello que es pertinente recalcar otro autor que nos ayude a soportar las posturas principales de la idea central, de esta forma se llama a escena a José Manuel Lara Pérez con su intervención sobre: el juego como elemento cultural esencialmente educativo. Los juegos tradicionales, en el

libro “juego y deporte en el ámbito escolar: aspectos curriculares” (Contreras, 2006) autor bastante influyente en cuanto a la importancia del juego y el impacto histórico que este ha tenido, en su aporte nos deja identificar fácilmente como desde distintas investigaciones se contextualiza que el juego y los juguetes han estado desde los principios de la humanidad incluso antes de cristo y es allí donde se reitera la importancia que ha tenido el juego para el desarrollo humano, social, educativo y cultural.

Nos deja ver de otras formas como el juego es prácticamente un instinto humano el cual nos vincula a su práctica y nos incentiva a su realización, después de ello se denota la importancia y el soporte que se puede dar desde este autor como uno de los antecedentes principales, pues él afirma que a medida del paso del tiempo y los avances tecnológicos el uso incrementado y exhaustivo de dispositivos a deformado la importancia del juego popular, dejándolo en una cuerda floja y en un matiz de poca fiabilidad de uso y práctica.

En otra línea de construcción es pertinente hablar de la remarcación que hace Lara sobre la apropiación y la postura de juego desde otro autor, uno que por cierto tiende a ser muy importante en dichas definiciones y conceptualizaciones, de esta forma se propone la ideología de Huizinga el cual considera el juego como una de las acciones humanas propias y voluntarias con ciertos límites de tiempo y espacio pero equivalentes a reglas libremente propuestas y aceptadas por el participante, estas acompañadas de unas emociones y unos sentimientos que dan conciencia de ser algo distinto a lo que se ofrece en la naturalidad de la vida real y corriente (Huizinga, 1972) de esta forma se da una implementación más acertada en cuanto a los antecedentes que nos ayudaran a soportar ciertas críticas y disputas propuesta por este proyecto.

## **1.2. Marco legal**

La Ley 115 de 1994 (Ley General de Educación), de conformidad con el artículo 67 de la Constitución Política, define y desarrolla la organización y la prestación de la educación formal en sus niveles de preescolar, básica (primaria y secundaria) y media, no formal e informal. (ministerio de educación , 1994) es así como esta ley da el primer paso al abordaje y la práctica de dicho proyecto desde lo estipulado como ley general de educación, prevaleciendo la importancia y el carácter de fundamentación en cuanto al desarrollo y los planteamientos legales.

Con el artículo 52 de la Constitución Política se reconoce el derecho de todas las personas a la recreación, la práctica del deporte y el aprovechamiento del tiempo libre, al tiempo que, señala que el deporte y la recreación forman parte de la educación y constituyen gasto público social. Así mismo, establece que el Estado debe fomentar tales actividades y que inspeccionará, vigilará y controlará las organizaciones deportivas y recreativas.

Es desde allí donde se fortalece y prevalece la capacidad de desarrollar dicho proyecto, pues queda claro que para la intervención y el despliegue educativo nacional, uno de los fundamentos principales es el uso del tiempo libre y el cómo se aprovecha este, así se llega a proponer lo importante que es esta característica o acción humana para fundamentar legalmente los procesos educativos, de mano con ello la recreación recubre plenamente el actuar pedagógico en cuanto a la planificación y diversidad de las clases por parte del cuerpo docente, para dar así cumplimiento a dicha ley y a el propósito principal del artículo, el docente de educación física

puede llegar a ocupar uno de los primeros lugares fundamentando la recreación y siendo participe con su didáctica y su carácter lúdico en pro del desarrollo de actividades que faciliten y estructuren el ámbito educativo de una forma más libre y recreativa, complementando de manera más propia el derecho al aprovechamiento del tiempo libre, la práctica del deporte y la recreación.

Por consiguiente, se tiene en cuenta también el “Artículo 52 (ley general de educación) El ejercicio del deporte, sus manifestaciones recreativas, competitivas y autóctonas tienen como función la formación integral de las personas y preservar al igual que desarrollar una mejor salud en el ser humano (<http://www.secretariassenado.gov.co/>) siendo no solo el ámbito educativo general si no también incorporando este proyecto en el contexto de la salud de los niños y jóvenes de la nación.

Para fortalecer el marco legal la ley 181 enero 18 de 1995. por la cual se dictan disposiciones para el fomento del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la Educación Física y se crea el Sistema Nacional del Deporte.

Artículo 1º. Los objetivos generales de la presente ley son el patrocinio, el fomento, la masificación, la divulgación, la planificación, la coordinación, la ejecución y el asesoramiento de la práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre y la promoción de la educación extraescolar de la niñez y la juventud en todos los niveles y estamentos sociales del país, en desarrollo del derecho de todas personas a ejercitar el libre acceso a una formación física y espiritual adecuadas. Así mismo, la implantación y fomento de la educación física para contribuir a la formación integral de

la persona en todas sus edades y facilitarle el cumplimiento eficaz de sus obligaciones como miembro de la sociedad. Es así como este artículo de la mano de la educación física renombra la importancia de nuestra perspectiva docente y ratifica la veracidad y reglamentación pertinente para ser principales participantes en dichas transformaciones e implementaciones educativas (congreso de la república de Colombia)

Por otro lado, nos dice el artículo 5o. Se debe fomentar la creación de espacios que faciliten la actividad física, el deporte y la recreación como hábito de salud y mejoramiento de la calidad de vida y el bienestar social, especialmente en los sectores sociales más necesitados.

Sin dejar a consideración el Capítulo 2 principios fundamentales ley 181 enero 18 de 1995 y Artículo 4°. Derechos sociales. Donde el deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre son elementos fundamentales de la educación y factor básico en la formación integral de la persona, es pertinente recalcar que la acción docente en cuanto a estos tres términos se puede intensificar netamente desde la clase de educación física , pues es allí donde el deporte se pone en práctica y la actividad física se reconoce como vértice principal, la recreación se convierte en un hecho claro a nivel educativo y por ello el tratar dichos aspectos desde una propuesta curricular particular resulta ser bastante adecuada tanto para el cumplimiento de la ley como para el establecimiento correcto de los parámetros de desarrollo y educación.

Para finalizar y como una de las leyes más importantes para este proyecto identificamos la Ley 181 enero 18 de 1995. Título 2. De la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la educación extraescolar. Artículo 5° párrafo 2. El aprovechamiento del tiempo libre. Es el uso constructivo que el ser humano hace de él, en beneficio de su enriquecimiento personal y del

disfrute de la vida en forma individual o colectiva. Tiene como funciones básicas el descanso, la diversión, el complemento de la formación, la socialización, la creatividad, el desarrollo personal, la liberación en el trabajo y la recuperación psicobiológica, desde este punto resulta meritorio establecer que dichas leyes no centralizan de forma concreta en el ocio o el planteamiento central de este término, pero si, dignifican ese uso de tiempo libre relacionado con el concepto y lo instauran desde puntos relevantes como lo son (enriquecimiento personal, complemento de la formación, creatividad, uso constructivo del ser humano, disfrute de la vida en forma individual y colectiva, entre otros) es así como el ocio se deja ver por detrás de estas afirmaciones en cuanto a lo que establecen las leyes pero desde otros aspectos y sin un reconocimiento concreto y literal.

Ya para un reconocimiento concreto del concepto de ocio lo podemos ver como un derecho establecido en la tercera generación del establecimiento de los mismos, este entendido desde los apartados tales como derecho al desarrollo y derecho a la calidad de vida y desde allí el ocio como vértice fundamental interpretado así tras estos apartados se ve dignificado en la tercera generación de los derechos humanos “Herrán Ortiz, 2007; Lázaro, 2006; Cuenca, 2000; Gorbeña, 1997”

### **1.3.Macro contexto**

El enfoque principal del estado de la sociedad, se caracteriza por los vínculos humanos y determinaciones planteadas por el contexto, se convive en un sistema el cual tiene como referencia fundamental el desarrollo individual o colectivo, esto caracterizando el ser humano como una persona con actitudes y aptitudes para suplir sus propias necesidades, pero no solo esto

sino que también hay una capacidad de sobrevivir y convivir consigo mismo y con otros seres humanos en pro de un funcionamiento colectivo, esto se puede plantear desde su cultura, nacionalidad, etnia, grupo social y hasta por ciertos gustos en común con otras personas, allí el ser humano se ratifica como un ser naturalmente social, pues está claro que la capacidad de relacionarse es una de las principales habilidades tanto en hombres como en mujeres, niños, adultos y jóvenes.

Actualmente la sociedad se caracteriza por una evolución tecnológica la cual ha funcionado como herramienta de trabajo, pero también como una fuente principal de interacción social y entretenimiento, desde allí se parte para dar reconocimiento a las problemáticas como lo son la tergiversación del concepto de ocio y tiempo libre, conceptos que divagan entre conductas generalizadas a partir del contexto social y que por dichas significaciones erróneas incrementan la problematización del desconocimiento, por lo tanto se minimizan la gran importancia que tienen estos conceptos en cuanto al desarrollo social, cultural y educativo, de esta forma en la perspectiva docente se cultiva una búsqueda de un desarrollo humano que sea pertinente y óptimo desde la educación física, de igual forma se intenta detectar lo que desliga al ser humano ampliamente de la relación social, las relaciones interpersonales, la autorreflexión y por ende la mala conceptualización de estos tiempos y términos tan fundamentales, es así como se propone uno de los enfoques principales y por ello se plantea un análisis de desarrollo en el cual recae la amplitud concreta y general de la problemática, pactando el inicio desde un hecho histórico.

### ***1.3.1 El establecimiento de las “pantallas” en la sociedad***

Se dividirá en tres partes de acuerdo al transcurso del tiempo y la evolución de estas como tal, en primer lugar la pantalla televisiva llega a nuestro entorno familiar, este siendo uno de los primeros dispositivos electrónicos que condicionan al individuo, pues la pantalla saca a los niños, jóvenes y adultos de un relacionamiento social ya establecido, también de ciertos momentos de interacción, prácticas y juegos o en su defecto de intercambios de pensamientos y discusiones con su entorno, individuos que lo conforman y en algunos casos consigo mismos. por ende, la televisión entra a ser una de las primeras ataduras con las cuales el sujeto reestructura el tiempo libre o tiempo de descanso, saliendo de la diversidad civil y así mismo siendo impulsado al aprisionamiento personal desde un factor deslumbrante como lo es el entretenimiento, la acotación puede llegar a ser superflua en cuanto a una pequeña carencia de antecedentes o soportes teóricos, es así como llega a ser muy importante la contribución que se recalca desde la ONU la cual promueve el uso correcto de la información que se da a conocer a los televidentes y promulga la sana circulación de noticias y programas en pro de un uso benéfico de la televisión en cuanto a uno de los medios más relevantes a nivel global, esta propuesta se establece gracias al crecimiento oportuno de la TV mundial desde el año 1966 (departamento de comunicación- Sandra Lalo 21/11/2022) crecimiento que pacta de forma evidente el aumento sustancial del consumo de las primeras pantallas tecnológicas.

Por otro lado el segundo elemento que llega a capturar la atención no solo del individuo si no de la sociedad como tal, es la computadora, esta máquina o electrodoméstico avanzadamente articulado con ciertos patrones innovadores, abordan la necesidad humana y

ejercen un control en busca de beneficios a ciertas acciones relacionadas con derivaciones avanzadas en la red , establecimiento de comunicación a larga distancia, herramienta de trabajo, juegos en línea, pintar, dibujar y hasta escribir de una manera más sencilla y rápida, esto brindando muchas soluciones “positivas” en momentos de ocio y tiempo libre y por ende adentrando en sus moradas a los niños jóvenes y adultos, desligándolos en cierto caso de la interacción social y las relaciones interpersonales las cuales eran habituales en su cotidianidad.

En principio la adquisición de este electrodoméstico era simplemente un lujo para aquellos que no carecían de problemas económicos, pues solo la población adinerada podía disfrutar de los beneficios de la computadora en la plenitud de su hogar y es allí donde surge una idea y se establecen unos lugares en los barrios colombianos popularmente conocidos como café internet, un lugar con varias computadoras y con buena fluidez de internet al cual asistían muchos individuos a trabajar estudiar o simplemente a hacer uso “del tiempo libre o de ocio” es aún allí donde el ciudadano no carece tanto de esta interacción natural y de las relaciones interpersonales, pues en estos lugares aun así surgían conversaciones, amistades e intercambio de ideas, las cuales enriquecen el análisis colectivo pero también el individual y la autorreflexión pese a las acciones que se distinguían en la persona.

Teniendo en cuenta lo anterior cabe resaltar que no es un secreto para nadie como con el transcurso del tiempo y el auge de la tecnología, se facilitó la compra de estos dispositivos y no solo ello, sino que también se volvió una de las necesidades fundamentales del humano, como una herramienta de trabajo pero también como un lujo distintivo en el ámbito social, pues este dispositivo llega a situarse como un camino nuevo y distinto para la solución de ciertas

particularidades educativas, productivas, laborales, sociales y culturales y por lo tanto se distingue como un recurso nuevo para darle uso a ese tan importante tiempo libre, referente a esto la computadora se convierte en un objeto muy importante en los colombianos y se normaliza la portabilidad de ellos en todos los hogares, con el paso del tiempo también surgen los computadores portátiles, allí es mayor la facilidad de la relación entre el humano y el dispositivo, pues estos se pueden transportar con los individuos y usar en distintos lugares sin necesidad de una conexión eléctrica.

Por último y fundamentalmente de las pantallas más características y deslumbrantes para la sociedad se globaliza el surgimiento de los dispositivos móviles o celulares, estos característicos por su facilidad de uso y de transporte fueron un boom histórico, pues no solo abarcan la facilidad de comunicación de larga distancia por llamada sin la necesidad de cables o desde un lugar específico, sino que también retoman el funcionamiento del internet y de las redes sociales, están establecidas como uno de los principales fundamentos de relación humana.

Pues el teléfono celular en el transcurrir histórico llega a convertirse en una extremidad del individuo, la información personal, los gustos musicales, los contactos sociales y en los últimos años hasta el dinero y cuentas bancarias se acumulan en un pequeño dispositivo, el cual se tiene al alcance y la facilidad de nuestro bolsillo, dicho anteriormente este se convierte en la mejor herramienta para un desarrollo inminente del humano, es así como el dispositivo móvil es algo esencial para la circulación normal en el diario vivir de cada individuo, pues claro está que cada vez la tecnología está más cerca de nosotros. uno de los hechos que fundamenta la noción es la adquisición de dispositivos electrónicos a nivel mundial y específicamente a nivel nacional

son los siguientes datos, pues de acuerdo con los análisis de la firma GFK “Growth from Knowledge” el notorio crecimiento en las ventas de dispositivos o productos electrónicos para el año 2021 fue del 12% categorizando dispositivos móviles con crecimiento en sus ventas de un 12% total y en tabletas digitales y computadores en un 14% si se comparan las cifras establecidas del año 2021 a las recaudadas en el año 2015 se determina que los productos que más incrementaron sus ventas fueron los celulares y computadores triplicando las ventas en el transcurso de esos 7 años (Comercio electrónico en Colombia sigue impulsando y da cifras muy positivas , INFOBAE)

De esta forma se determina un actuar humano más desligado de las relaciones sociales e interpersonales todo a partir del incremento en el uso de dispositivos digitales y se ratifica de formas más sustancial que hay una falencia en el uso del ocio y el tiempo libre de forma pertinente, pues la interpretación y práctica de este converge en muchos casos en la implementación tecnológica en la sociedad, no cabe duda que cada vez es más normal ver a niños y niñas usando un dispositivo móvil y por ende consumiendo lo que brindan las redes sociales, desde allí se denota una mala interpretación de los dos términos centrales de este proyecto, pues se infiere que en muchos casos los adolescentes niños y adultos, interpretan las prácticas de uso tecnológico como la suplantación del tan importante tiempo libre y tiempo de ocio, estas redes y actividades que en general no todo lo que ofrecen es malo pero específicamente si alejan al niño o joven de la interacción humana y el relacionamiento o prácticas como el juego y la autorreflexión se convierten en una problemática, y no solo infieren en un daño social colectivo si no también en un abismo notorio en la modernidad como lo es el

sedentarismo, hablar de este infiere también al conocimiento de datos del mismo, pues por ello se plantea un informe realizado por la OMS(organización mundial de la salud) el cual habla sobre el aumento de problemas de sedentarismo pero específicamente a nivel nacional (Colombia) el aumento es mayor a la media, según lo que plantea la OMS el 27% de los adultos y por otro lado el 81% de los jóvenes no llegan a cumplir los niveles de actividad física que se recomiendan, por ello se estima que en la próxima década aumente el nivel de enfermedades en el país (infobae – Colombia en déficit por falta de actividad física- 22 de octubre de 2022).

De esta forma no se está ratificando que la problemática central del sedentarismo sea el uso indebido de los dispositivos digitales, pero si se deja a consideración que a partir de ciertos datos se puede construir un análisis simple que compare: el aumento de compra de dispositivos y uso de estos, va de la mano con el aumento del sedentarismo, esto simplemente es una consideración que se puede establecer en cierta forma y que induce de manera más concreta a cuestionarnos qué se está haciendo con el tiempo libre y que concepto se tiene sobre el ocio.

Sin dejar de lado la idea principal y denotando también las afirmaciones y datos planteados, recalamos las fechas (2015-2021) por el crecimiento de la venta de estos dispositivos ya que son determinantes y no pueden pasar desapercibidas, pues se identifica un fenómeno social y las ciertas transformaciones que pudo haber generado el antes y el después de la emergencia sanitaria del COVID19.

En relación con lo nombrado anteriormente, se enmarca como la adquisición de dispositivos electrónicos de alguna forma deja de ser solo un proceso de evolución o desarrollo y llega a verse afectado brutalmente por un hecho histórico como lo fue la pandemia, el

aislamiento, el teletrabajo, la disminución de interacciones sociales, la poca relación con el exterior y con otras personas.

En sentido corporal se adopta la necesidad de convivir y relacionarnos a través de los dispositivos móviles, es allí donde se instaura una problemática general, de esta forma se relaciona el avistamiento de un proceso naturalmente humano e histórico con causales problémicas como la emergencia sanitaria, claramente el tejido y el entrelazamiento llega a convertirse en un vértice fundamental, pues que tan utópico puede llegar a ser que el auge tecnológico de la actualidad se vea “afectado” por una emergencia sanitaria que nos limite al uso y la compra inminente de los dispositivos, llegando a una cuestionamiento propio un poco más concreto como lo es ¿Qué tanto le beneficio entonces al consumo, a la digitalización, al capital comercial y al control industrial la emergencia sanitaria? ¿Tal vez un negocio y un control más amplio del ser humano? o por otro lado ¿una vertiente social característica para una ruptura histórica? Dichas cuestiones quedan a la interpretación personal, pero es de esta forma que la contextualización tiende a tomar un poco más de importancia ya sea para el desarrollo de la propuesta o la implementación de la misma y por último enmarcar la riqueza que da correlacionar ideas datos y vertientes históricas en un mismo ámbito sociocultural.

### ***1.3.2. El ocio y el tiempo libre si son importantes***

Después de que se es notoria la problemática y uno de los pilares principales de la mala interpretación del ocio y uso del tiempo libre llegamos a una necesidad de debatir las mejoras que se pueden obtener en la sociedad colombiana a partir de las relaciones interpersonales y la interacción social pero con un pretexto principal como el juego, en este caso netamente con la

intervención de los juegos que se practicaban antes en los barrios colombianos, estos juegos tanto rurales como urbanos que sacaban al niño y al joven de sus cuatro paredes y lo llevaban a la diversión y retroalimentación con demás individuos a partir de su tiempo libre y el buen uso del ocio.

Está bastante alterada la perspectiva social y cultural en el ámbito de crecimiento y desarrollo del ser humano y en este caso el de los jóvenes y los niños, pues si se restablece uno de los parámetros fundamentados por el autor Manuel Cuenca Cabeza, se ratifica como en el juego en el ocio y en el tiempo libre hay un interés personal y una autorreflexión y que no es claramente un tiempo de simple descanso para regenerar energías y por consiguiente seguir arraigado al trabajo duro y las prácticas comunes ya establecidas socialmente (Cabeza, 2014) sino más bien lo que nos deja ver este autor y apoyándose en parámetros planteados también por un de los más reconocidos filósofos Griegos como lo fue Aristóteles, es como el concepto de ocio se establece como aquella búsqueda de la grandeza humana y aquel reconocimiento en sí mismo, lo impactante y necesario de lo anteriormente planteado es que tanto Manuel Cuenca como Aristóteles defienden la necesidad de ocio en una finalidad humanística bastante correspondiente y clarifican un pilar determinante como lo es el fin más grande del hombre el cual es la felicidad (Ética Nicomáquea, introducción, traducción y notas de Marcelo D. Boeri y Gabriela Rossi, 1177 b 18-27) teniendo en cuenta esto y la transversalidad que se propone entre juego, tiempo libre y tiempo de ocio, se reitera como una base fundamental, la concepción del educador físico en cuanto a la felicidad y la diversión que causa el juego en el ser humano y más si se brinda sin condicionamientos ni establecimientos sociales u organismos de control, de esta manera se

fortalece y reitera la transversalidad de los términos, pero también se unifican teniendo en cuenta que las problemáticas que afectan el ocio y el tiempo libre difieren en el control capital, el consumo digital y la actual necesidad humana del excesivo tiempo de trabajo.

Pero no es posible contemplar la problemática sin antes entender y recapitular que es realmente el ocio y el tiempo libre en una diversidad cultural y tiempos pasados, pues hay que tener en cuenta que no solo se busca interpretar los dos términos de una buena forma si no también resignificarlos y contextualizarlos, es claro que los tiempos son cambiantes y en este caso retomar el hecho planteado con años de anterioridad no causará la misma repercusión social.

Uno de los inicios más claros que se le puede dar a una comprensión del ocio como algo naturalmente humano o una necesidad del mismo puede partir desde los griegos, según M. Dolores Mirón Pérez en (Tiempo de mujeres, tiempo de hombres: género, ocio y trabajo en Grecia antigua) ellos indicaban que el tiempo de ocio y el tiempo libre podía ser una de las salidas o la liberación de sus trabajos y planteamientos personales, acudían a este tiempo como si fuese un camino a la sabiduría y mejor vida, pues creían que el hecho de pensarse e imaginarse nuevas cosas a partir de un tiempo libre y sin obligaciones fomentaba su desarrollo humano, pero algo está claro en este proceso histórico, pues los griegos no defendían la postura de que la mujer tuviese cierto tiempo de ocio, este se determinaba solo para los hombres pues ellos eran los que en su momento trabajaban e iban a la guerra y por ende se creían únicos merecedores del mismo, por otro lado la imposición del hombre determinaba que las mujeres no necesitaban tiempo de ocio, pues al estar en sus casas con sus hijos o en su trabajo con compañeras y amigas,

interactuaban de buena forma, el simple hecho de visitar o trabajar en compañía delimitaba el tiempo y lo reestructuraba como un ocio permanente en el género femenino de la antigua Grecia. Teniendo en cuenta que este dictamen resulta ser un poco general, se retomara una postura griega un poco más sustancial, es así como Aristóteles nos clarifica el ideal de ocio desde una perspectiva social e individual que nos muestra como no solo la vida humana en cuanto al contexto cultural debe ir encaminada al trabajo, si no que esta debe estar consensuada por una similitud de importancia al servicio del ocio, ocio que en palabras más específicas Aristóteles lo define como el encontrarse con la felicidad (Ética Nicomáquea, introducción, traducción y notas de Marcelo D. Boeri y Gabriela Rossi, 1177 b 18-27) pero aquella de la cual nos privatizamos en el momento en que el sentido de la vida es netamente el trabajo y su enfoque va dirigido a la búsqueda del capital, pues de cierta forma la única manera de llegar a ese ocio es a partir del placer la diversión y el disfrute, conceptos que se ven claramente malinterpretados en la sociedad actual y desde donde nos invita este gran filósofo a estudiar e investigar o al menos clarificar un poco, en que debemos dedicar nuestro ocio.

Los romanos en cambio basaban sus prácticas de ocio y tiempo libre en la asistencia al circo o al teatro, en la observación de peleas de gladiadores y en otras derivaciones de entretenimiento que realizaban para todo el pueblo, cabe afirmar que a diferencia de los griegos los romanos no interpolan la noción del privilegio político o social para la asistencia a estos eventos, pues ellos ratificaron que cualquiera podía ir y disfrutar de sus tiempos sin importancia de género o clase social.

Y por último para fundamentar un poco más la noción principal, damos paso a la definición en un contexto más allegado, el ocio en Latinoamérica este según la revista POLIS Latinoamericana en su texto (el ocio y la recreación en las sociedades latinoamericanas actuales) hace referencia en varios de sus párrafos y entrevistas a como el ocio es una necesidad humana un hábito y como este se dignifica dependiendo el contexto cultural y la vivencia lúdica, encaminada a la experiencia y el disfrute del individuo a nivel personal pero también colectivo.

Desde allí se centraliza la idea principal y la problemática general evidenciada, pues dando continuidad a la poca conceptualización del tiempo libre y el ocio, se concreta la transversalidad que se puede estructurar desde este proyecto y la clase de educación física con pilares fundamentales de progresión, teniendo en cuenta que es evidente la necesidad de darle buena conceptualización a el ocio y un uso adecuado al tiempo libre aproximándonos a un proceso principal humano, por medio de herramientas claves como la interacción social las relaciones interpersonales y con pretextos tales como los juegos urbanos colombianos, los cuales en el contexto actual se dejaron a un lado por los referentes anteriormente nombrados, así se interpone la amplia necesidad de que la educación física repare, fomente y construya de forma dignificante este proceso humano, claro está en el macro contexto general de la sociedad colombiana y la reestructuración de ciertos aspectos humanos individuales y colectivos esto en pro del desarrollo del potencial humano y como vértice el aprovechamiento del actuar pedagógico y la educación física en la sociedad colombiana.

### ***1.3.3. Juego urbano tradicional, otra forma de llegar al ocio en el tiempo libre***

Es pertinente aclarar en el macro contexto la etapa por la cual cruza el juego actualmente, es bastante característico ya que lo que se busca es incluir en esta época nuevamente ciertos juegos que determinaron etapas y momentos fundamentales en la infancia de los que hoy en día son los adultos de nuestra sociedad colombiana y específicamente de la capital - Bogotá D.C dichos juegos como por ejemplo lo fueron (el yermis, tarrito, stop, ponchados) se caracterizaban por incluir al niño y al joven en una constante interacción social, para contextualizar concretamente se dice que: estas prácticas agrupaban a cierta cantidad de individuos en un espacio en común como lo era el barrio, este perteneciente a una localidad de las muchas que se encuentran en Bogotá, con ello se clarifica que el espacio en común los hacía cercanos no solo por el sitio y la ubicación de sus viviendas sino también porque se reunían de distintas formas llegando casi a una organización concreta, para desde allí y a partir de sus tiempos libres implementar y participar en estos juegos de la mejor forma, de esta manera usaban su descanso para la diversión y el desarrollo de relaciones interpersonales e interacciones sociales, así mismo el generar ideas, reglamentos y parámetros para dichos juegos los llevaba a clarificar pensamientos e intervenir como líderes y trabajar en equipo para un buen desarrollo de este, por lo tanto ese ocio aun sin ser conocido se llevaba a cabo, pues inconscientemente la agrupación de dichas participaciones y pensamientos, establecían fuertes estructuras de desarrollos óptimos a nivel corporal y mental, el salir a jugar no solo era una práctica, si no un sinfín de ideas, diferencias, pensamientos, posturas y más, esto entrelazado con capacidades básicas físicas y cognitivas, encaminando así un constante desarrollo del niño y el joven en totalidad.

Por otra lado cabe resaltar que en la estructuración dinámica de la secuencialidad establecida en este proyecto no podemos determinar ciertos juicios de valor en torno a este macro contexto y por ello es pertinente renombrar posturas de autores que fundamenten teóricamente ciertos abordajes de los temas centrales del PCP , por ello es necesario soportarnos del profesor Gustavo Adolfo Moreno Bañol licenciado en educación física y recreación, con un magister en administración del desarrollo humano y organización, desde la revista (Educación física y deporte n. 27-2, 93-99, 2008” con su aportación en “Juego tradicional colombiano: una expresión lúdica y cultural para el desarrollo humano) claramente él hace un aporte muy beneficioso en cuanto a uno de los juegos más significativos en nuestra sociedad colombiana: el “turmequé o mejor conocido como el “tejo” el cual ha llegado a alcanzar los estándares de un deporte autóctono nacional. desde allí y para entrar más en materia es pertinente aclarar que la acotación del autor en este proyecto no va dirigida netamente a el juego del “turmequé o el tejo” si no a tal postura pedagógica, educativa, social y política que él hace a partir de esta reflexión crítica a la construcción del conocimiento desde el juego, pues es bastante enriquecedor tal abordaje porque dirige su planteamiento hacia como una de las formas más nutritivas y espontáneas de transmitir hábitos, costumbres y formas de socialización es el juego, también la cantidad de diferencias que se presentan en la naturaleza humana y las comunidades a las que se pertenece, pues desde allí la implementación del juego nos caracteriza y es donde se le da relación con el entorno social cultural económico y político. Por otro lado Bañol determina a la sociedad colombiana como un escenario pluricultural, lo cual hace muy atractivas las manifestaciones humanas y lúdicas y el intercambio de estas en lo largo del proceso histórico,

pues resalta el juego como dicha diversidad de tradiciones entre comunidades negras, indígenas, mestizas y blancas, pero también conoce la realidad actual y asume dicho establecimiento de los medios masivos y las tendencias globalizadas en la sociedad colombiana, estas realidades se comportan como principales influencias de las rupturas en cuanto a las transmisiones culturales de generación en generación, esto se ratifica como una problemática pues desde allí el tiempo libre se usa para el consumo de redes sociales y el tiempo de ocio y la autorreflexión en cuanto al bienestar propio y del otro no se ubican en la actualidad, para solución a dicha problemática Bañol recalca como el sistema educativo se ha enfocado en establecer el juego como una estrategia pedagógica para mejorar procesos de aprendizaje y de enseñanza, pero es bastante evidente que esta virtud a nivel nacional y más específicamente a nivel distrital no se establece de forma concreta, por ello lo que se busca exhaustivamente en este proyecto es influenciar a los niños, jóvenes y adultos a partir de estos juegos tradicionales urbanos a que se apropien y conceptualicen de los términos tiempo libre y ocio de una forma distinta a la que la sociedad de consumo nos muestra y que mejor forma de hacerlo si no es desde estos juegos tan importantes e influyentes tanto en la historia y la cultura como en el óptimo desarrollo humano.

## **2. PERSPECTIVA EDUCATIVA**

Cabe resaltar que la praxis en la universidad pedagógica nacional deriva de un enfoque autorreflexivo, pues la noción que abarca gran parte del currículo educativo infiere en el crecimiento personal y la capacidad de enseñar de la mejor forma los saberes previamente adquiridos, esta idea surge de la necesidad y el gusto por la educación en totalidad, pues los

saberes se deben brindar a cualquier persona de forma adecuada y con principios característicos de una buena pedagogía, también cabe aclarar que todos tienen el derecho a una educación digna y de calidad, por ello la perspectiva educativa, de no solo este, sino de todos los proyectos de grado va enfocada a una construcción social óptima y un desarrollo pleno del potencial humano, en este caso particularmente las sanas relaciones interpersonales e interacciones sociales son un fundamento básico para dichos conceptos anteriormente nombrados (construcción social, desarrollo del potencial humano) pero estos al estar implícitos en el humano deben ser interpretados de manera correcta, por ello la intervención desde el juego urbano es el principal pretexto, acompañado de las enseñanzas en la clase de educación física, estas dirigidas a la conceptualización del tiempo libre y el ocio. Por otro lado se busca recalcar como la actualidad se ve fracturada por ciertos factores de entretenimiento y pronta necesidad de consumo, es allí donde la conceptualización y resignificación del ocio y el tiempo libre busca detonar el “enjaulamiento selectivo” este término se forja desde un pensamiento propio el cual denota como los humanos prefieren en muchas de las ocasiones, aprisionarse en las redes sociales, el uso de la tecnología, el consumo intensivo y muchas más acciones establecidas por la sociedad moderna y capitalista, en cambio de disfrutar de acciones más humanas como lo son el juego, la interacción social netamente corpórea, las relaciones interpersonales e intercambio de pensamientos, cualidades, ideologías, gustos, y hasta emociones en algunos casos, con esto se sintetiza que el pensamiento de no solo niños sino también de jóvenes y adultos está errando en ciertos aspectos, pues el concepto de ocio y tiempo libre es poco claro en su totalidad y en ocasiones es malinterpretado, también cabe resaltar que no muchos de los menores que se encuentran en las

distintas instituciones a nivel distrital y nacional saben de la existencia de estos términos o en su defecto como tal a que refiere dicho concepto, como base para argumentar el cómo se evidencio esta problemática, tenemos el comunicado de “Uncoli, unión de colegios internacionales” que en este caso nos deja ver como el uso desmesurado de los dispositivos está impactando en la salud mental de los estudiantes y afectando de forma directa a la interacción social, las actividades corporales y el desarrollo optimo del individuo, ya no simplemente en los espacios de tiempo libre si no también en los espacios educativos, es por eso que se busca conceptualizar y propiciar espacios de uso más pertinentes de tiempo libre y ocio. por concordancia la identificación de la problemática es evidente y es desde allí que en la licenciatura de educación física de la UPN (Universidad Pedagógica Nacional) surge un ideal de hombre claramente naturalizado por su corporalidad, con esto se pueden identificar tres pilares fuertes en esta construcción de ser humano, el primero la relación interpersonal como fundamento de un individuo capaz de aceptar y comprender realidades de los otros y su contexto, enfocado a un beneficio tanto personal e individual, lo segundo la interacción social como desarrollo natural de la sociedad en pro del acoplamiento dignificante al entorno y por último el juego como metodología principal enriquecida de lúdica y por tanto variando su práctica y los cambios de actuar humanos en la búsqueda de un ser corporalmente próspero y virtuoso, con dichas capacidades sociales de relación interpersonal y sosteniendo la satisfacción corpórea del juego como eje transversal de un buen uso del tiempo libre y el ocio, desde una resignificación y conceptualización de dichos términos.

## **2.1. “Tiempo libre y tiempo de ocio - daño irreparable para el capitalismo”**

Uno de los caracteres principales del ideal de humano que busca este proyecto y con base en la perspectiva educativa difiere en: promover en las personas aquellas capacidades o cualidades de intervenir en su proceso de formación tal y como lo desee, pero sin dejar de lado lo que está a su alrededor, es decir, formarse con el entendimiento de que su desarrollo depende de sí mismo, esto sin pasar por encima de nadie y concretando que lo individual interfiere en lo colectivo, para tal caso que desde sus acciones pueda generar su potencial humano y así mismo impulsar el de los demás, por ello es bastante importante recalcar que pasa en el contexto y es desde allí que el capitalismo irrumpe como el principal precursor de “desarrollo humano” para ello se trae a colación a Zygmunt Bauman, él cual fue un filósofo y sociólogo polaco-británico que tiene como referencia varios textos sobre la modernidad la globalización y el consumo, desde este autor se trae a referencia algo muy fundamental para dicho proyecto lo cual es (el afán del vivir de los seres humanos en esta época) pues para nadie es un secreto que el crecimiento del consumo cada vez es mayor y que la realidad de los niños y jóvenes se basa en lo que venden las redes sociales, así mismo la necesidad de crecer para adquirir rápidamente ciertos lujos y objetos materiales se vuelve en una fantasía global, pero con el tiempo esto se ratifica como un hecho real de la sociedad capitalista, pues todos quieren estudiar apresuradamente, terminar una carrera universitaria para posteriormente depender de algún trabajo que brinde una buena estabilidad económica o en ciertos casos ven obsoleta la postura educativa pues buscan conseguir dinero fácil, rápido y así alcanzan dichas “metas” impuestas por el contexto social, esto de cierta forma es un análisis personal que se hace a partir de una observación de la realidad y aunque puede llegar a interpretarse como un juicio de valor no lo es, ya que se reitera que es una postura

personal y una consideración a partir de la cotidianeidad y percepción individual del autor.

Continuando con lo anterior estas “metas” por lo general son o se convierten en objetos, que desligan claramente los beneficios para el desarrollo real del ser humano, aunque no se puede hablar de un desarrollo óptimo sin antes tener una base teórica y una postura más próxima e influyente para este proyecto, por ello es pertinente traer a colación a la autora María Cecilia Munera magíster en cooperación al desarrollo de la universidad Libre de Bruselas y profesora titular de la Universidad Nacional de Colombia la cual en su texto (Resignificar el Desarrollo) nos propone una postura bastante crítica pero también verídica sobre el desarrollo humano y es desde allí que se retoma la idea fundamental de esta “tiempo libre y tiempo de ocio - daño irreparable para el capitalismo” pues la autora nos deja ver características muy concretas en cuanto a un propósito alejado de este planteamiento social de consumo, Munera comprende el desarrollo como una construcción sociocultural múltiple histórica y territorialmente determinada, esto a groso modo y entrelazándolo con la perspectiva educativa del proyecto, cultiva la diversidad cultural como la verdadera riqueza y no el consumismo o el capital económico, también ratifica la necesidad del ser humano en crecer a partir de modelos históricos y tradicionales y es allí donde el juego urbano recae sobre el planteamiento que se puede abordar curricularmente, Munera también afirma que la economía debe ir en la misma posición del cuidado ecológico, pues el desarrollo que se ha planteado solo beneficia al ser humano y daña el hábitat en cuanto a que son las riquezas naturales las que se comercializan, lo cual es erróneo pues según el texto los intercambios no necesariamente deben ser monetarios y de consumo, si no que deben ser intercambios de las relaciones armónicas humanas y naturales.

Con la presente idea se muestra un pilar fundamental de la perspectiva que se busca abordar en este proyecto en cuanto a una dignificación de un desarrollo humano óptimo, el cual consiste principalmente en equilibrar el consumo desmedido de mercancías a través de los medios tecnológicos y enfocar el crecimiento del ser humano hacia un parámetro más corporal y autorreflexivo, por medio de una herramienta tan vital como lo es el juego y a partir de un espacio tan cercano al individuo como lo es la clase de educación física, allí el ocio y el tiempo libre entran a ocupar un puesto más relevante y a brindar otras rutas para el uso de estos momentos que tienen tanta importancia para el ser humano, por otro lado y siguiendo en la línea de la digitalización y el consumo, se muestra como lo que venden las redes sociales no solo es algo material, pues también determinan estereotipos y cientos de tendencias dispuestas a complacer a la civilización actual con un trasfondo que varía entre las características que determinan en realidad lo que quiere o busca una sociedad capitalista, que es principalmente y en forma de crítica “esclavizar cada vez más al ser humano” por otro lado y basándose en lo fundamental de este proyecto se dispone a recalcar que en los tiempos libres y de ocio el uso excesivo de los dispositivos móviles, computadoras y televisores se convierte en la mejor forma de aprovechamiento para el ser humano, dejando de lado la actividad netamente corpórea y por ende las relaciones interpersonales y las interacciones sociales frente a frente, desde lo planteado por Bauman en la (modernidad líquida, 1999:2003) a manera de interpretación personal, se recalca a un ser consumista aferrado a la esclavitud del capital y desligando así al humano de un pensamiento autorreflexivo, pues en estos tiempos no se domina el buen uso de la tecnología, por lo contrario, esta induce al humano a consumir y viralizar, dejando a un lado su función real la

cual es ser una herramienta de trabajo estudio y comunicación, para así convertirse en un pasatiempo de necesidad humana. Es por ello que el enfoque educativo de este proyecto recae en implementar y retomar el juego tradicional urbano como una de las principales formas de intervención en el actuar del niño y el joven, buscando construir una perspectiva educativa a partir de la implementación en los colegios e instituciones. Como base principal del proyecto es hacer que desde estos juegos se empiece a socializar, conceptualizar y propiciar ese tiempo libre y de ocio que los estudiantes no aprovechan de forma clara y sensata, a partir de lo que se plantea, esta puesta se convierte en una necesidad y es así como el ideal de ser humano puede ser cambiante en aspectos muy concretos, pues el hecho de saber y utilizar correctamente estos tiempos necesarios para el humano, interfiere en la estructuración de los pensamientos futuros, pues el juego como medio principal de relación e interacción social, no solo creara vínculos humanos en este ideal de hombre si no también surgirán nuevas ideas tanto individuales como colectivas para un pro en el desarrollo del potencial humano, llegando así a estipular un ideal de personas capaces de reconocer y diferenciar entre lo necesario y lo correcto para sí mismo y sus cercanos o por otra parte lo beneficioso para la sociedad capitalista dirigida netamente a una esclavitud corpórea y mental, ya que como anteriormente se puede resaltar con el autor Bauman: estamos llenos de consumos líquidos e instantáneos, en cierto caso la solidez o el disfrute de una risa un abrazo y una conversación ya no es relevante, en la misma línea el hecho de compartir un juego con personas cercanas o familia no es para nada interesante y este afán deshumaniza en total la sociedad, otra problemática se identifica desde el buscar tener para adquirir, esto reitera la contraposición y el vínculo al capitalismo que solo nos aleja de la esencia humana y nos

encamina a convertirnos en mano de obra barata y máquinas de consumo, problemáticas que son características por un déficit educativo, y no solo en el sentido académico tradicional si no desde vertientes particulares como la educación en la familia, los currículos poco innovadores, la falta de vocación por el docente, los constructos sociales, la polarización del conocimiento en búsqueda de un control común sociocultural entre otras, para finalizar y como concepto claro el ideal de ser humano parte de estos tiempos libres y del ocio, de esta autorreflexión y del aprovechamiento al poco tiempo que nos queda de la mejor forma, y ¿quién más para dar solución a una problemática humana, corpórea y social? Le es pertinente a la educación física con ayuda del futuro docente capacitado para forjar y construir de una mejor forma esta estructura social, así las necesidades sean diversas en el constructo humano, se reconoce la acción docente como una de las más importantes y transformadoras, por ello la proyección curricular debe diferir de propuestas semejantes y claramente fundamentadas en pro del proceso educativo humano.

## **2.2. Pedagogía del ocio y el tiempo libre**

siendo correspondiente el actuar pedagógico es muy importante establecer los parámetros educativos que se pueden tener en este proyecto desde el juego tradicional para una finalidad entablada por el uso del tiempo libre el ocio su conceptualización y de la misma forma la apropiación de dichos términos en la sociedad actual y específicamente en el lugar de intervención donde se desarrolle este PCP es por ello que se fundamenta la idea principal en cuanto a la perspectiva educativa desde un texto coordinado por (José Carlos Otero López (ed.): La pedagogía del ocio: nuevos desafíos, 2009) en el cual intervienen varias posturas de distintos

autores los cuales debaten y a su vez establecen la importancia del ocio en el aprovechamiento del tiempo libre, se reproduce una justificación en cuanto a las necesidades propias actuales del ser humano y allí el hecho de reflexionar sobre nuevas oportunidades y formas de dinamizar la realidad en cuanto a dichos términos, pues son principales pilares en la búsqueda del bienestar social y en el favorecimiento de la integración cultural, es así como se entrelazan las ideas próximas de estos autores con la capacidad adaptativa de este proyecto en el ámbito educativo, siendo concisos cabe resaltar la importancia que se le da a las actividades a fines del humano como un ser social cultural y ecológicamente armónico, actividades tales como campamentos naturales y metropolitanos, juegos en su diversidad de modalidades entre ellos: urbanos, populares, tradicionales, predeportivos de simulación y muchos más, baile como metodología de aprendizaje, técnicas básicas manuales y actividades artísticas. Es muy importante resaltar que para el pensamiento enmarcado en el texto se derivan ideas centrales puestas en escena por el instituto de estudios de ocio de la universidad de Deusto los cuales afirma que en cuanto a los derechos humanos y el desarrollo integral de la persona el ocio se fundamenta como carácter vital del ser y como una experiencia compleja autotélica y personal, esté dando un gran componente de distinción para la sociedad, interviniendo no solo en un carácter individual si no también en su contexto visto desde la educación el trabajo y la salud, convirtiéndose en un derecho básico irrefutable e invulnerable sin importar la distinción de raza, género, creencias y más, es desde allí como el ocio brinda la gran importancia que ratifica la veracidad de esta perspectiva educativa y fundamenta el aprovechamiento del tiempo libre no solo en su particularidad si no articulándose con la educación e interactuando como una necesidad para el

currículo y el desempeño de las instituciones educativas, esto visto desde lo formal, pero desde lo informal restablece la necesidad del ser humano de afianzar estos términos y usarlos de la forma más óptima en cuanto a un bienestar humano. Desde la perspectiva tradicional del ocio se tienen ciertas diferencias de comprensión, por ello cuando se plantea que el termino es algo con poco significado en cuanto a la vida humana se está cometiendo un error, error palpable desde el planteamiento de la industria y la necesidad de ocupaciones varias no solo en adolescentes si no en niños y adultos, es allí donde se le da forma a el contexto general del tiempo libre y el ocio, pues se busca intervenir en lo que se muestra en el presente como la satisfacción y uso de estos tiempos de forma equivocada, estos términos actualmente se asemejan a un carácter capitalista y de interés empresarial todo por el inevitable consumo y la necesidad descabellada del uso de tecnologías y redes como excusa de satisfacción y descanso del ser humano, convirtiéndose así en términos mal interpretados y a su vez estando en contraposición al verdadero significado del tiempo libre y el ocio, pues lo que en ultimas promueve el uso constante de la tecnología es la saturación de los pensamientos individuales y el acercamiento al colapsado medio de consumo, así la era digital se deja de imponer como una herramienta facilitadora de creación avances y desarrollo humano, para convertirse en un modelo de control y satisfacción ficticia del ser.

Es importante también que, si en la perspectiva del docente hay una atracción fina por el tiempo libre y el ocio, este debe conocer la diferencia y la importancia de la misma en cuanto al entablamiento de los dos términos, es allí como el tiempo de ocio se convierte en una frase usada en distintos casos y en su mayoría de forma equivocada, para ello se recurre a lo planteado por Manuel Cuenca Cabeza en las perspectivas actuales de la pedagogía del ocio y el tiempo libre,

pues nos da parámetros fundamentales para explicar principalmente como el tiempo libre llega a ser un establecimiento general medible, comparable y objetivo del cual el ser humano puede hacer uso y plantear una finalidad correspondiente lo que diferencia al ocio, puesto que este no sale de la medición temporal ya que sin ello no se podría conocer, pero lo que le da significación al termino de ocio es la vivencia natural propia e individual del ser humano desde un vértice subjetivo y es allí donde se dificulta medir el ocio desde una vertiente temporal, para mayor entendimiento la capacidad humana de recordar, preparar, imaginar, desear y completar finalidades sin un condicionante contextual temporal y reglamentario sería el tiempo de ocio, esto pasa cuando los términos se unen y divulgan el uso benéfico que se le puede dar al tiempo libre, desde allí se estructura de manera sensata el ocio y se le da un inicio de experiencia completa al ser humano con un sentido y recapitulación de un desarrollo y una finalidad establecida netamente por la autorreflexión y la comprensión de sí mismo y su entorno.

Desde (la pedagogía del ocio: nuevos desafíos, José Carlos Otero López, 2009) y basándonos principalmente en el postulado de Manuel Cuenca Cabeza (perspectivas actuales de la pedagogía del ocio y el tiempo libre) es posible entrelazar y ajustar de forma más determinante lo que se busca desde la perspectiva pedagógica de la puesta curricular y el vínculo y afianzamiento que se establece desde el texto anteriormente citado, es así como el (promover un ocio experiencial, Manuel Cuenca Cabeza, capítulo 2) es la idea principal que ayudara a sostener con ocho parámetros esenciales el proceder educativo y la pertenencia que el ocio tiene para una postura planteada claramente desde la educación física. Como característica principal cuando se habla de un ocio experiencial ya se reitera la afinidad con el fundamento curricular pactado en la

Universidad Pedagógica Nacional, esto haciendo referencia a que uno de los vértices que fundamentan el proceso educativo de la institución es la experiencia corporal, es allí donde el ocio se convierte en un determinante foco de investigación y por ende un terreno virgen de observación, análisis y cuestionamiento, pues no solo es un tema relevante, sino que la experiencia corporal también tiende a derrumbarse en ciertos postulados por la falta de entendimiento o vértices que la abordan y que a la final no concretan un concepto pertinente y bien estructurado para obtener una idea más clara de lo que realmente es nuestro objeto de estudio, por ello una propuesta desde la importancia del ocio en la experiencia corporal reconforta en algo mínimo lo paradigmático que llega a convertirse y no está de más aclarar que en este desarrollo escritural no hay forma de abordar en totalidad la perspectiva de este objeto de estudio que nos edifica, pero si cabe resaltar que se pueden impulsar pequeñas ideas y acomodar algunas piezas para llegar a conseguir una estructura más completa en este contexto de la experiencia corporal, a continuación se entrelazara el análisis personal con la interpretación del texto la pedagogía del ocio, específicamente desde el apartado de Manuel Cuenca Cabeza y sus ocho implicaciones para entender el término.

En el primer parámetro encontramos la persona ligada al reconocimiento propio desde el ocio, ya que este resulta convirtiéndose en una experiencia única, significativa y natural del ser, allí la educación física incorpora el desarrollo humano a través de la importancia que se tiene desde las experiencias corporales.

Como segundo parámetro, identificamos el sentido que se le da a la experiencia de ocio como experiencia corporal, está establecida por la satisfacción que se identifica al realizar una

actividad sin un condicionamiento externo y en cambio fortalecido simplemente por el gusto y placer que esta genera, allí como base principal recalcamos el juego no solo como herramienta fundamental de aprendizaje si no como conductora principal de diversión felicidad y gusto.

El tercer parámetro, está regido por la problemática que se entabla en este proyecto desde el consumo, allí se puede observar como el término del ocio se está viendo tergiversado a través de planteamientos banales adoptados por el capitalismo, el cual recurre a encubrir el concepto real del ocio tras una nube de humo generada por la adquisición de objetos materiales, el gasto desmesurado de dinero y el consumo excesivo de tendencias digitales. Por ello la educación física fundamenta la necesidad de establecer una conceptualización clara de ocio brindando unos espacios diferentes y un poco más pertinentes en cuanto al desarrollo del potencial humano.

Teniendo en cuenta el cuarto parámetro, se amplía un poco el campo de estudio al establecer que el descanso conlleva a un propósito de favorecimiento saludable, identificando que el salir de la rutina es muy importante para el bienestar humano en estos tiempos tan saturados de información y consumo.

Para el quinto parámetro y aunque todos los anteriormente enumerados tengan una propuesta humanística, este es el que más se acopla desde esta perspectiva, pues infiere en la importancia que tienen los recuerdos en las personas, estos establecidos desde una mirada de las experiencias corporales que enriquecen a el ser humano y lo fortalecen a medida de una reestructuración interna a partir de estas vivencias, el disfrutar de ellas y asimilarlas como un impulso para el desarrollo humano.

En el sexto parámetro la clave es concreta y corta, nos deja ver como la vida depende en cierta forma de los aprendizajes adquiridos, pero muestra que la enseñanza del ocio va más allá de un aprendizaje brindado o adquirido en una cierta edad y por lo contrario nos ratifica que la enseñanza de este puede establecerse en cualquier grado de madurez.

Como séptimo parámetro se modifica minuciosamente el significado de la experiencia corporal y se busca razonar qué tan pertinente o no, enriquecedora o no, favorecedora o no fue la vivencia como tal, por consiguiente, se construye una conclusión y sea o no positiva la respuesta en cuanto a la experiencia esta no va a dejar de ser significativa.

El último parámetro se rige básicamente por el ocio desde su compuesto más esencial y dignifica la fortaleza humana de lograr disfrutar de algo por simple gusto sin un condicionamiento externo, así el reconocer el concepto de ocio y la importancia de este en el tiempo libre de cada ser humano se convierte en un fundamento clave para la educación física, esto en pro de hacerlo visible y brindarle la importancia necesaria, pues no solo es una contemplación humana y un rasgo natural si no que el tiempo de ocio es una experiencia corporal significativa y a partir de ello la virtud de la perspectiva pedagógica se forja en entender de forma pertinente que tan importante llega a ser esto para la educación física.

### **3. DISEÑO DE IMPLEMENTACIÓN**

#### **3.1. Justificación:**

Este proyecto se sostiene partiendo de una estructura planteada desde tres vértices fundamentales (problemática, necesidad y oportunidad) en primer lugar definiremos el sentido

problémico del proyecto, el cual difiere de una controversia y una búsqueda por solucionar ciertos aspectos a medida de los usos correctos de las tecnologías en relación con el tiempo libre y el ocio desde su conceptualización y resignificación. es correcto afirmar que en la actualidad las problemáticas presentadas por la tecnología son varias, como el ingreso constante a paginas no autorizadas para menores, el cyberbullying, la adicción a las redes sociales, estigmatización, consumo y producción de los cuerpos estéticos, polémicas y tendencias decadentes a nivel humano y muchas más acciones que derivan de su uso, a partir de ello una de las más importantes y la plenamente reflejada en este proyecto es el uso del tiempo libre y el ocio en relación con la tecnología, pues desde allí es notable como el uso de dichos tiempos ha venido cambiando a lo largo de la historia y de esta forma el consumo y la aceleración de tiempo a medida de espacio e interacción tecnológica carcome la niñez y la juventud de forma muy rápida, identificando plenamente una problemática actual y muy pertinente a tratar tanto desde la pedagogía como desde la educación física, por otro lado y después de identificar una problemática queda claro que a partir de una correcta perspectiva educativa aparece una necesidad de cambio social y que a nosotros como futuros docentes nos compete abordarla de forma absoluta, es por ello que el siguiente pilar trasciende desde la necesidad no solo del estudiante si no también del educador para incentivar y proponer cierto cambio que concrete esa necesidad de salir del aprisionamiento tecnológico y consumista al cual se ve sometido, todo desde un punto clave lo cual es la conceptualización del ocio y que a partir de los juegos urbanos tradicionales se proporcionen otros caminos más pertinentes para el uso del tiempo libre, buscando acoplar de forma más sensata las tecnologías como herramientas y no como medios de

consumo. Y por último pero no menos importante es la oportunidad que tenemos nosotros como docentes y desde la plenitud de una postura pedagógica clara para intervenir en la sociedad, pues el trabajo de futuros docentes es la forma más característica de cambio, la capacidad de construir y forjar pensamientos claros está en las manos del educador, este es uno de los fundamentos claves de cambio social pues la educación varia bastante de cómo se propone y se brinda al estudiante, así que no hay mejor oportunidad que a partir de un hecho tan concreto como lo es el juego en los colegios y desde allí como se pueda conceptualizar el ocio y dar otras formas para el uso del tiempo libre enfocándonos en un cambio social.

### **3.2. Objetivos**

#### ***3.2.1 General:***

Promover la comprensión del concepto de ocio en niños y jóvenes mediante la implementación de los juegos tradicionales urbanos en las clases de educación física, orientando el uso del tiempo libre hacia prácticas lúdicas, favoreciendo así la interacción social y disminuyendo el consumo excesivo de redes sociales y dispositivos tecnológicos, potenciando entonces la creatividad, la resolución de problemas, la generación de estrategias y la adaptación grupal.

#### ***3.2.2 Específicos:***

- 1) Implementar con los estudiantes actividades mediadas por los juegos tradicionales urbanos como parte de las clases de educación física.

- 2) Fomentar en los estudiantes el reconocimiento de los juegos tradicionales urbanos como alternativa de diversión y uso saludable del tiempo libre.
- 3) Generar espacios de diálogo reflexivo con los estudiantes sobre el concepto de ocio a partir de su experiencia.
- 4) Proporcionar a los estudiantes información conceptual sobre el ocio, su importancia y su diferencia con el tiempo libre.

### **3.3. Planeación general**

Se pretende establecer tres momentos en cuanto al desarrollo del proyecto, en primera instancia este se llevará a cabo en una institución educativa donde se buscará un curso en específico en el cual se pueda poner en práctica la metodología planteada por el futuro docente, así se busca establecer cierto patrón en cuanto a las planeaciones dependiendo el número de sesiones concretas a las que se puedan asistir e intervenir. en segunda instancia se brindaran los parámetros de cada sesión, la primera y última sesión estarán establecidas por encuestas a los estudiantes las cuales nos den un acercamiento más completo hacia dicha conceptualización del tiempo libre y el ocio, estas encuestas elaboradas en el plan de articulación al proyecto irán de la mano con las sesiones de practica las cuales contaran con una participación activa de los estudiantes y el docente en formación en dichos juegos tradicionales urbanos como el principal pretexto de búsqueda a solución de la problemática central, las sesiones tendrán el saludo inicial, la interacción, participación e intervención correspondiente y por último ejercicios de

reconocimiento de los conceptos a partir de juegos y creaciones dirigidas ya sea por el docente o por los mismos estudiantes, en cuanto al desarrollo en la clase también se tendrán en cuenta aspectos de relaciones interpersonales e interacciones sociales, de allí se pueden derivar instrumentos de recolección de datos y retroalimentación como la lluvia de ideas y las encuestas, por último se tendrá en cuenta los procesos participativos, la adaptación del grupo, el interés por el tema y desde allí se determinará el procedimiento evaluativo.

### **3.4. Contenidos**

A los estudiantes se les busca enseñar el concepto más cercano y acorde de ocio y tiempo libre desde una perspectiva de la educación física, a parte del concepto es pertinente darle una interpretación adecuada en cuanto al uso de dichos tiempos y la importancia que tienen estos para el desarrollo humano, esto con la finalidad de establecer una oportunidad curricular innovadora y beneficiosa para el estudiantado. Entre lo específico se busca enseñar:

Significado de tiempo de ocio y tiempo libre desde una perspectiva propia, está apoyada desde los estudios y autores que dan cuerpo a él PCP, con un fuerte apoyo en el pensamiento de Manuel Cuenca Cabeza en “ocio valioso” :el tiempo de ocio en primera instancia llega a ser un concepto bastante difícil de comprender, pues se dice en cierta forma que este depende de la particularidad del individuo o en cierto caso su perspectiva, para darle una estructura más concreta debemos resaltar que el tiempo de ocio es dependiente del tiempo libre y por ello este término también debe ser conceptualizado, es así como el tiempo libre hace referencia a una

brecha espaciotemporal en la cual el ser humano se encuentra en una libertad de actuar entre lo permitido y establecido social, cultural, política y educativamente, este momento puede ser usado para descansar, divertirse, leer, escribir o cualquier otra practica humana sin un condicionamiento externo, como el trabajo, el estudio o los quehaceres domésticos, es allí donde el ocio toma fuerza y aparece siendo esa necesidad humana con funcionalidad en el desarrollo interno, personal pero también colectivo y se puede ratificar desde distintas posturas, para los griegos es la contemplación del ser, esa acción con una finalidad autotélica(con fin en sí mismo) que nos hace descubrir, imaginar, pensar he idear desde la libertad temporal la soledad y la búsqueda de la felicidad, para los romanos es la diversión el descanso y la relajación que es necesaria en el desarrollo natural del humano y que da fuerza para la continuidad del día a día, para los asiáticos llega a convertirse entonces en este momento de meditación, análisis interno y reconocimiento de sí mismo, pero que tan controversial es dicho concepto pues todas las definiciones se entrelazan y tienen cosas en común, por ello el tiempo de ocio es ese tiempo que se tiene en soledad o compañía, el cual está libre de condicionamientos y estructuras políticas, capitalistas o correctivas, es el tiempo en el que se es feliz se imagina y se crea, es el tiempo en el cual se puede jugar y divertirse, en el cual la participación de nuestro pensamiento desencadena los cientos de ataduras que impone la sociedad, es en el ocio donde se discuten los temas más importantes para la humanidad, pero no en un salón de clase o en un auditorio, si no allí en ese espacio libre de ataduras con tus compañeros y amigos, condicionados nada más que por sonrisas y carcajadas, o también allá en la soledad del ser, en la particularidad, en la importancia de escucharse a sí mismo y la cual se ha perdido por la cantidad de desinformación

digital y consumo tecnológico. eso es el ocio, esas acciones que el ser humano realiza por voluntad propia acompañadas de placer, gusto y satisfacción, experiencias corporales, humanas y significativas, imaginar, crear, jugar, divertirse, dialogar, escuchar, hacer música o arte, conocer al otro y conocerme, apreciar la naturaleza, degustar la cultura, enamorarse de la vida, que tan necesario es el ocio y que tan alejado esta de ser educado o al menos conceptualizado, desde la educación física, se le apuesta a la necesidad de intervenir con toda su riqueza lúdica, práxica y didáctica, en el proceso de desarrollo del potencial humano a partir del ocio.

La importancia del uso pertinente de estos tiempos desde una perspectiva de la educación física

Juegos tradicionales urbanos (yermis, tarrito, stop, piquis o canicas)

Alternativas distintas para el uso del tiempo libre

### **3.5. Metodología**

La metodología en principio se establece con la diversificación de las clases de educación física, conducidas por el juego tradicional urbano como principal herramienta en la práctica educativa, una de las estrategias fundamentales se centra en captar la atención del estudiante a través del juego, pues es correcto afirmar que la fortaleza del educador físico se encuentra en el dinamismo, diversión y diferenciación en cuanto al desarrollo de su clase, por ello una herramienta como el juego la cual llega a vincular y articular de forma concreta no solo el foco de atención estudiantil si no también su práctica fluida, nutrirá de mejor forma las bases fundamentales de la puesta curricular y su finalidad. Por otro lado se tendrá en cuenta la didáctica del juego en cuanto a la fortaleza que este tiene para brindar conocimientos y establecer

unos modelos de aprendizaje más fructíferos, es pertinente recalcar que no solo depende del futuro docente el desarrollo concreto de las actividades, si no por supuesto de sus estudiantes también y es allí donde la lúdica integrará de forma más concreta la diversión, la imaginación, la creación, el entretenimiento y claramente el ocio como vértice fundamental de la puesta curricular.

### **3.6. Evaluación**

La evaluación se establecerá dependiendo a las encuestas realizadas y la participación del estudiante autónomamente en los juegos establecidos, esta tendrá como propósito proporcionar al estudiante un gusto por realizar, participar de dichas actividades y también reconocer las capacidades básicas de cada uno de ellos. Específicamente se brindará un porcentaje del 100% el cual estará dividido en: 30% encuestas 70% participación en las prácticas (juegos tradicionales urbanos)

Encuesta:

¿Qué haces en tu tiempo libre?

¿Qué es para ti, tiempo de ocio?

Esta encuesta se realizará la primera y última sesión y ayudará a determinar si hay o no un afianzamiento del tema, una variación en el uso del tiempo libre o un desarrollo próximo de la conceptualización, por otro lado, se evaluará a partir del proceso de observación del profesor, la dinámica de la clase y la disposición de los estudiantes. Se clarifica que la evaluación busca no

ser tan correctiva y ratifica una relación más horizontal con los niños o jóvenes lo cual garantiza y fortalece el desarrollo del estudiante no desde los resultados, si no desde su proceso, afianzamiento y adaptabilidad.

### **3.7. Rol estudiante**

Se busca en el estudiante crear un afianzamiento a partir de estos juegos tradicionales urbanos articulados con una óptima interacción social y un buen desarrollo en cuanto a las relaciones interpersonales en el grupo como tal, el rol del estudiante se caracterizará por la participación y la asimilación a su naturaleza humana, cultura y tradición, esto enfocado al conocimiento más óptimo y el planteamiento propio del uso de su tiempo libre y ocio de distintas y mejores formas teniendo en cuenta una perspectiva desarrollada desde la educación física, intentando así desligar al estudiante de la digitalización, el consumo excesivo de redes sociales y las tendencias, implementando el juego como otro camino que a consideración propia puede llegar a ser más pertinente en cuanto al desarrollo corporal social y cultural del ser humano.

### **3.8. Rol del profesor**

El rol del profesor se caracterizara por la relación e interacción optima con el estudiante y el contexto social en donde este ubicado, desde allí y con un previo reconocimiento se busca crear en los jóvenes, niños y adultos distintas necesidades de participación a partir de la diversión que promete el juego, el fanatismo por sonreír, compartir, promover y disfrutar se convierten en las herramientas más fuertes del docente, las cuales llegan a ser usadas con gran facilidad teniendo en cuenta el propósito y la finalidad del juego tradicional urbano como tal, este mostrando caminos diferentes para darle uso al tiempo libre y por consiguiente conceptualizar

desde allí el tiempo de ocio, el rol docente desde la educación física se postula como uno de los más importantes en la educación, pues este docente es el único que en la mayoría de casos no carece de espacios liberadores para los estudiantes, la clase de educación física así se convierte en este momento en una oportunidad para captar el foco de atención del estudiante a partir de la diversión o la competencia sin la necesidad de que este atado a un pupitre y encerrado en lo netamente académico, en cuanto a la postura más próxima el rol del educador físico se convierte en un promotor de la riqueza de las capacidades físicas y cognitivas de los estudiantes, en este caso dando mayor relevancia a la aclaración del concepto de tiempo libre y ocio, desde una fractura social teniendo en cuenta que el contexto actual esta sostenido por la era de la digitalización a nivel social y cultural. es así como el docente llega a convertirse de cierta forma en un vértice de acción con unas características múltiples para una interpolación de estrategias educativas de más alta calidad y dirigidas al desarrollo óptimo del potencial humano, no solo desde su postura personal si no también desde su correcto actuar educativo, pedagógico, humano y disciplinar.

## **4. EJECUCIÓN PILOTO**

### **4.1. Microcontexto**

El microcontexto principalmente está enfocado en una institución educativa distrital llamada “IED Juana Escobar” se afianza el propósito de establecer la puesta curricular en un colegio por la cantidad de problemáticas, oportunidades y necesidades que se pueden llegar a presentar tanto en el futuro docente como el estudiante, en este caso se integran las

actividades con estudiantes de quinto grado los cuales se encuentran entre los nueve y once años de edad.

#### ***4.1.1. Población***

La población con la que se pone en marcha la puesta curricular son niños de quinto grado de la Institución Educativa Distrital Juana Escobar, esta institución se encuentra ubicada en la localidad de san Cristóbal sur y cuenta con tres sedes (A, B, C) la práctica se llevara a cabo en la sede A y más específicamente en la dirección carrera 15 A Este No. 27<sup>a</sup> - 16 Sur Barrio San Rafael, en la cual se ofrece una educación preescolar, básica y media, por otro lado, el nivel socio económico de los estudiantes de esta institución oscila entre el estrato 1 y 2 pues las viviendas aledañas en las cuales habitan los estudiantes se encuentran fabricadas prácticamente sobre la montaña al igual que la infraestructura de la institución.

#### ***4.1.2. Aspectos educativos***

El PEI de la institución se ve regido por dos vértices fundamentales para el desarrollo humano, el primero es la formación integral y excelencia como frase central en cuanto al proceso educativo o en si lo que se busca lograr en los estudiantes y lo segundo es su herramienta, la cual articula al estudiante como centro del proceso formativo y desde acá nos deja evidenciar la finalidad tan próxima a una educación más horizontal y enriquecedora para al estudiante, esto conlleva a unos propósitos muy concretos pero sin dejar de lado el aspecto humano como fuente fundamental de la educación. En cuanto a la visión de la institución se ratifican características muy complejas, pero bastante reconfortantes y en este caso la

autonomía, la crítica y la autorreflexión son cualidades que busca estimular la percepción educativa. En cuanto a su misión buscan promover la afectividad, la democracia, y los valores para un desarrollo íntegro con un compromiso clave en cuanto al cuidado del medio ambiente y la transformación de su contexto.

#### ***4.1.3. Planta física***



imagen 1 instalaciones

## **4.2. Microdiseño**

### ***4.2.1. Cronograma***

El cronograma a groso modo se mostrara a continuación y en este se buscara realizar de forma concreta todas las sesiones sin excepción, el planteamiento de que en cada clase se debe jugar es una de las estrategias para llevar la educación física más allá de la perspectiva deportiva y crear en el estudiante un foco atencional y un gusto por el desarrollo de la misma, aparte de su integración en cuanto a lo cultural de los juegos tradicionales urbanos y por

supuesto el establecimiento de nuevos caminos para el uso del tiempo libre y el ocio un poco más pertinentes desde un desarrollo humano más óptimo.

Fecha	Tema específico	Tema general
Miércoles / 19 / marzo	Apropiación e interacción con los estudiantes  Juego tradicional urbano (yermis)	Conceptualización del tiempo libre y el ocio
Miércoles / 26 / marzo	Juego tradicional urbano (yermis)	Conceptualización del tiempo libre y el ocio
Miércoles / 2 / abril	Juego tradicional urbano (stop)	Conceptualización del tiempo libre y el ocio
Miércoles / 9 / abril	Juego tradicional urbano (stop)	Conceptualización del tiempo libre y el ocio
Miércoles / 16 / abril	Juego tradicional urbano (tarrito)	Conceptualización del tiempo libre y el ocio

abril	Miércoles / 23 /	Juego tradicional urbano (tarrito)	Conceptualización del tiempo libre y el ocio
abril	Miércoles / 30 /	Juego tradicional urbano propuesto por los estudiantes	Conceptualización del tiempo libre y el ocio
mayo	Miércoles / 7 /	Retroalimentación de las sesiones, conversatorio y compartir.	Conceptualización del tiempo libre y el ocio

1 calendario

#### 4.2.2. Plan de clase o sesiones

En este punto se establece de forma más específica cómo se llevará a cabo cada sesión, teniendo en cuenta tiempos, temas, evaluación, materiales y más. En el siguiente ejemplo se podrá apreciar de forma más concreta lo que en anteriormente en el cronograma puede convertirse en una duda.

**Espacio académico: Clase Educación Física**

**Profesor: Danilo Vanegas (IED Juana Escobar)**

**Hora de la sesión: 2:30 – 3:30 PM**

1. **Saludo**, confirmación asistencia
2. **TEMA general:** conceptualización del ocio y el tiempo libre

3. Objetivo de clase: fomentar la participación activa de los estudiantes, la interacción, la diversión y la imaginación a partir de las practicas establecidas por el docente, en este caso desde los juegos tradicionales urbanos, como principal herramienta de enseñanza y aprendizaje

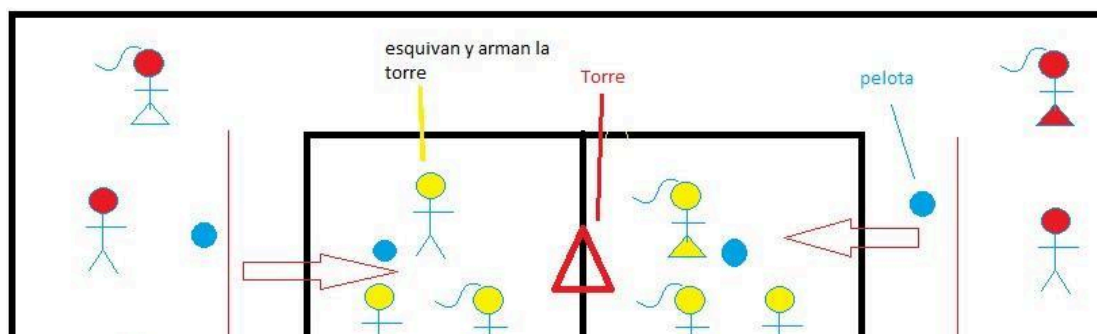
4. **Sustento Teórico: Huizinga, 1987:15 “se juega en tiempo de ocio”**

5. **Calentamiento: (15 minutos)** el calentamiento tendrá como base fundamental una interacción entre estudiantes a partir de un juego rompehielos denominado como: el gato y el ratón (en este juego se ratifica el trabajo en equipo y el compañerismo, pero de igual forma el desarrollo cognitivo y motriz a nivel individual)

este juego se desarrolla de forma muy sencilla, los estudiantes deberán hacer una circunferencia tomados de las manos, por consiguiente dos estudiantes serán elegidos para ser partícipes principales del juego (los participantes principales irán variando a lo largo del desarrollo de la actividad) teniendo en cuenta los estudiantes elegidos uno deberá ser el “gato” y el otro el “ratón” la finalidad del juego consiste en que el gato atrape al ratón en el menor tiempo posible o en su defecto que simplemente pueda conseguir atraparlo, es allí donde los demás estudiantes que realizan la circunferencia tendrán la oportunidad de ayudar al “ratón” para que el “gato” no pueda alcanzarlo, pues el “ratón” tiene la posibilidad de entrar y salir de la circunferencia creada por sus compañeros a su complacencia, por lo contrario el “gato” se verá interferido por los mismos compañeros pues estos tendrán que dificultar de alguna forma su ingreso y salida de la circunferencia para que el “ratón” pueda llegar a salvarse.

6. **Parte central de la clase: (actividades 35 minutos)**

- La parte central de la clase estará netamente dirigida al reconocimiento de los juegos tradicionales urbanos (Bogotanos) y la participación activa de los estudiantes, en este caso el juego a realizar es conocido tradicionalmente como “yermis” este juego consiste en formar equipos de igualdad numérica, al tener dichos equipos uno debe defender la “torre” (una torre creada por tapas de gaseosa- por conos – por zapatos ... o a decisión colectiva cualquier material) y el otro debe intentar derribarla, el equipo que cuida la torre estará en la mitad del campo y el que la debe derrumbar se dividirá en dos y retoma posiciones a cada extremo del terreno de juego, las reglas son simples, el equipo que busca derrumbar la torre tiene como herramienta principal una pelota de caucho o de cualquier material suave, con esta pelota se buscara “ponchar” (darle con la pelota en cualquier parte del cuerpo al otro) a cualquiera de los participantes del equipo defensor o por defecto derrumbar el proceso de creación de la torre, al “ponchar” al contrincante este quedara eliminado del juego y si su equipo pierde todos los participantes pues es claro que no podrá armar su torre y conseguir el objetivo, mientras tanto el equipo defensor debe armar la torre sin dejarse ponchar y teniendo como única herramienta su cuerpo. gana el equipo defensor si arma la torre por completo o gana el equipo atacante si logra eliminar a todos sus contrincantes antes de que lleguen a armar la torre. El juego se realizará con la variación de equipos que se logren conformar y se buscará propuestas participativas de los estudiantes en cuanto a variantes del juego o determinación de reglamentos (para facilitar el entendimiento revisar la ilustración numero 1)



### **7. Parte final: (10 minutos)**

Se finaliza la sesión en cuanto a la culminación del juego y se tendrá un tiempo determinado para una conversación y una retroalimentación a partir de la actividad, se realizaran preguntas simples a los participantes en cuanto al tema general del tiempo libre y el ocio y se articulará con el juego y con la experiencia que se tuvo en clase, será una conversación horizontal en cuanto estudiante - docente para ratificar la enseñanza y el aprendizaje de una forma consensuada y en cierto caso mutua.

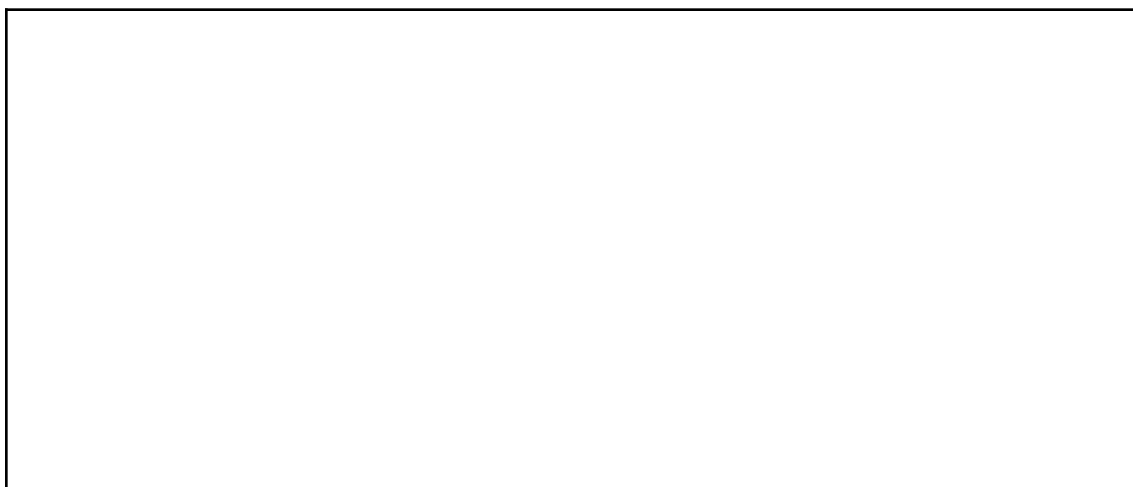
---

### **8. Material de clase**

Cancha o espacio demarcado - Pelota (de material suave) Cualquier objeto pertinente para armar la torre

### **9. Evaluación**

La evaluación será a partir de la observación en la participación, el acoplamiento, la actitud del estudiante y la buena disposición, esto en el desarrollo de los juegos tradicionales urbanos



## **5. ANÁLISIS DE LA EXPERIENCIA**

### **5.1. Aprendizajes como docente**

Siendo principal observador a lo largo del proceso de practica y teniendo en cuenta los parámetros que planteé en el PCP desde un inicio, considero que ningún aprendizaje puede tener mayor relevancia que el otro, pues logro evidenciar que cada acción humana puede ser vértice fundamental de una acción educativa y que por ello no solo el aprendizaje si no también la enseñanza están en constante cambio y participación, es así como adquiero de cierta forma la capacidad de analizar a fondo cada situación que estuviese a mi alcance y adoptar mis parámetros profesionales desde una postura muy horizontal con los estudiantes, esto en gran parte pudo contribuir a que de forma muy discreta me pudiera ganar la confianza de ellos y que las metodologías que planteara poco a poco fueran convirtiéndose en algo no solo agradable sino también de su interés y también en un eje importante para su participación y una adaptación al tema (juego) a medida del paso de las sesiones me di cuenta lo modificables que pueden ser los

pensamientos de los estudiantes, pues al principio se tornó muy tediosa la participación, e incluso llegar a obtener la atención de ellos, pero en el desarrollo de cada practica y a medida de que se particularizaban las actitudes de cada uno de ellos tuve la fortuna de entenderlos y de poder mostrarles como la educación no es una imposición, si no que más bien es esa virtud humana de equilibrar lo que me gusta hacer con lo que es relevante a nivel sociocultural, me di cuenta que el juego es una herramienta fundamental y aprendí que enseñar jugando crea experiencias corporales y humanas muy significativas, aprendí también que no puedo generalizar las practicas pues lo esencial de los seres humanos es que somos todos distintos, pude aprender también que no todos sabemos que es tiempo libre y que no todos conocemos el tiempo de ocio, pero que aun sin saberlo disfrutamos de estos, aprendí que la educación física es un vértice fundamental para el desarrollo del ser humano y que la variedad y riqueza que ésta tiene para construirlo no está siendo bien expresada, pues algunos de ellos la veían como un castigo y otros como algo sin relevancia, algo que fue cambiando no en su totalidad pero sí en pequeños fragmentos y momentos los cuales pude experimentar, pues en las últimas clases no recibía desinterés o poca participación, sino que llegue al punto de recibir sonrisas, abrazos y muestras de alegría ahí, aprendí que la satisfacción del ser docente no está en los resultados si no en la dificultad de los procesos que nos llevan a conseguirlos.

Por otra parte me gustaría recalcar la importancia de dicho proyecto y su alcance pedagógico el cual busca enriquecer la educación física como espacio de formación integral, ofreciendo a los niños y jóvenes experiencias lúdicas que amplíen su perspectiva del ocio y del tiempo libre. esto gracias a la recuperación de prácticas culturales como los juegos tradicionales

urbanos, también se pretende fortalecer vínculos sociales, estimular habilidades cognitivas y creativas, y aportar alternativas recreativas que favorezcan un equilibrio entre la vida digital y la interacción presencial, impactando positivamente desde un ámbito escolar el contexto sociocultural.

## 5.2. Incidencias en el contexto y en las personas

cómo incidencia principal y estructurando lo que busque realizar en el proyecto resaltó la transformación que tuvieron algunos estudiantes en el uso del tiempo libre, hallazgos que se pueden verificar por los datos obtenidos mostrados de la forma real en la que respondieron, con la siguiente tabla:

Encuesta primera sesión: 1) ¿qué haces en tu tiempo libre? 2) ¿Qué es para ti tiempo de ocio?)	Encuesta última sesión 1) ¿Qué haces en tu tiempo libre? 2) ¿Qué es para ti tiempo de ocio?)
Respuestas de los estudiantes	Respuestas de los estudiantes
1) Ver tik toks 2) No se	1) Jugar y ver el celular 2) No entendí bien
1) Dormir y dibujar 2) ¿es una hora?	1) Dibujar y descansar 2) jugar
1) jugar free fire, mirar videos 2) no se	1) jugar fútbol y free fire stop también 2) no, no se

1) jugar micro y estar en el computador 2) no profe	1) jugar micro 2) es acostarse y descansar
1) tareas y lavar loza 2) hacer aseo	1) ir al parque y las tareas 2) es dormir
1) comer y estar en el celular de mi papa 2) nada	1) jugar y jugar en el celular 2) jugar yermis
1) jugar computador y dibujar 2) ni idea	1) jugar stop y computador 2) estar solo
1) mirar videos 2) los guesos	1) jugar futbol mirar videos 2) divertirnos
1) salir con mis papas 2) no se	1) Ir al parque y jugar 2) Jugar lo que jugamos en clase

## 2 respuestas de los estudiantes

Las respuestas vistas anteriormente no abarcan las respuestas de todos los estudiantes ya que tanto como en la primera y última sesión algunos de ellos no asistieron al colegio o se encontraban en otras actividades, es por eso que no todos la respondieron y por lo cual no me

pareció pertinente hacer un análisis desde una encuesta incompleta, desde allí los resultados para las conclusiones los obtuve a partir de nueve estudiantes.

Cabe aclarar que los resultados no dieron fruto al cien por ciento y que de manera sensata no es lo que esperaba, pero por otro lado y dándole un análisis real llegué a obtener algo que determiné personalmente como: “el primer paso”

1) teniendo en cuenta la tabla y haciendo un balance real de las respuestas puedo decir que: cinco de los nueve estudiantes encuestados adaptaron el juego a su espacio y uso tiempo libre, algo que es fuente fundamental para la problemática planteada desde el principio y que deriva de este uso desmesurado de redes sociales y consumo tecnológico en los tiempos libres, es por ello que considero que esto sí se puede cambiar a partir de ideas y alternativas distintas en la clase de educación física.

2) Otra de las incidencias desde la mirada de este PCP es que: seis de los estudiantes tuvieron otra postura o al menos un concepto mínimo sobre lo que es el tiempo de ocio

3) A partir del desarrollo de las clases y la observación propia, también pude evidenciar un cambio en la actitud sesión a sesión de cada estudiante, pues al principio hubo poca participación y desinterés, pero en las últimas clases el desarrollo de estas fue fructífero y pertinente y aunque el uso de dispositivos en clase era mínimo al finalizar las sesiones llegó a ser totalmente nulo.

4) Pude observar también cómo estos estudiantes se afianzan fuertemente al término juego lo que ayudó a que la propuesta de la clase de educación física fuese más atractiva

5) En la última sesión los estudiantes agradecieron por el trabajo realizado y me preguntaba cuándo volvería para seguir realizando estas actividades, lo que deja a consideración que hubo un disfrute y un gusto por lo que se hizo a lo largo de las sesiones

### **5.3. Incidencias en el diseño**

1) El diseño deja ver múltiples variables que en el proceso de estructuración del PCP pasaron desapercibidas, pues me queda claro que al momento de implementar las variantes son muchas y que por más que se tenga una vista previa de las sesiones todo puede cambiar a último momento, aún teniendo en cuenta lugar, estrato socioeconómico, estructura, materiales, edades y todos estos puntos, no todo sale como queremos, es por ello que una de las principales incidencias para este diseño es la cantidad de sesiones, pues considero que son muy pocas y de tiempos muy mínimos, como para llegar a plantear y abordar un tema tan amplio como lo es el concepto del ocio y el uso del tiempo libre, aunque se intenta llevar un hilo conductor el proceso debe ser un poco más continuo y con un plazo más corto entre sesión y sesión o al menos un mayor número de estas.

2) Otra de las incidencias claves para este diseño es que se tenga en cuenta la edad de los estudiantes, porque se pueda llegar a determinar de cierta forma que no es tan factible trabajar con cursos de básica primaria (en este caso quinto grado, colegio Juana Escobar, jornada tarde) teniendo en cuenta la dificultad que causa intentar afianzar un término como el ocio. aunque se logró captar la atención de los estudiantes en la clase de educación física a partir de los juegos tradicionales urbanos, considero que es mejor hacerlo con grados de básica secundaria los cuales tienen un razonamiento más agudo y también una relación más cercana con las redes

sociales y el uso de dispositivos tecnológicos, de esta forma se torna más sencillo el tema de conceptualizar un término tan amplio desde una problemática esencial.

3) Con lo anteriormente planteado se reconoce y se evidencia una dificultad en cuanto a la conceptualización del ocio, específicamente en este grado quinto y se reitera el uso de dispositivos como una de las problemáticas en la clase, pero por otro lado también se obtiene una fortaleza desde la modificación del uso del tiempo libre (concepto fundamental para el tiempo de ocio) pues considero que aunque no se pudo conceptualizar el término ocio en los estudiantes, si se pudo evidenciar un pequeño cambio en cuanto a cómo le dan uso a su tiempo libre y desde allí la postura principal del proyecto afirma que los únicos caminos no son el consumo de redes o uso de dispositivos, sino que también está el juego como otra alternativa más pertinente desde la postura de la educación física en el desarrollo humano.

#### **5.4. Recomendaciones**

Como parte fundamental de este proyecto quiero ratificar dos puntos claves a manera de recomendación, el primero deriva del hecho de que el ocio es una experiencia significativa y no solo eso, sino un concepto definido de forma más concreta a lo largo de este proyecto, desde allí se recopilan muchos parámetros claves que al entrelazarlos con el objeto de estudio del PCLEF (proyecto curricular licenciatura en educación física) de la UPN (universidad pedagógica nacional) el cual es la experiencia corporal, nos brinda un muy fuerte argumento para que este tema tenga validez y relevancia en los procesos de investigación y las propuestas curriculares, pues estamos en deuda con muchos aspectos que a nivel sociocultural y educativo determinan la

verdadera implicación del desarrollo humano, en este caso el ocio y el tiempo libre entran a forjar vínculos demasiado fuertes con la educación física reiterando la capacidad pedagógica, disciplinar y humanista que al paso del tiempo se ha venido desvaneciendo por dejar de lado todo lo que realmente le compete estudiar. como segunda postura, la oportunidad que tenemos como docentes de interferir en el propósito de cada individuo y reafirmar que el ser humano no puede dejar de lado su intención natural y su actuar individual y colectivo desde la dimensión corporal, la educación está en decadencia, el consumo tecnológico y la adicción a las redes es un hecho, no es tarde para volver a pronunciarnos desde la virtud profesional y estimular lo que realmente nos hace humanos, las ideas, la imaginación, el movimiento, la cultura, el juego, las emociones, los sentimientos, las interacciones sociales, las relaciones interpersonales y todo esto que poco a poco se está quedando en el olvido, no dejemos morir lo que nos hace vivir.

## 6. REFERENCIAS

- Bañol, G. A. (2008). *Juego tradicional colombiano: una expresión lúdica y cultural para el desarrollo humano*. Funámbulos Editores.
- Cabeza, M. C. (2014). *Ocio valioso*. Bilbao : Universidad de Deusto .
- Castro Ballén, J. J. (2020). *recreación, ocio y sociedad. procesos de intervención e investigación*. Bogotá: Universidad Pedagógica Nacional.
- Contreras, O. (2006). *juego y deporte en el ámbito escolar: aspectos curriculares y actuaciones prácticas*. Ministerio de Educación .
- educación, m. d. (1994). *Ley general de educación* .
- Huizinga, J. (1972). *Homo Ludens*. Madrid : Alianza Editorial.
- Idurre Lazcano, A. M. (2016). *El valor del ocio en la sociedad actual*. Deusto .
- Ministerio de educación . (1994).
- Pozo, J. M. (2013). *El ocio y sus problemas*. Pamplona.
- Rey, G. (Febrero de 2022). *Revista de cultura: pensar Iberoamérica. Cultura y desarrollo humano: unas relaciones que se trasladan*.
- Sicuamia, D. B. (2020). *sentidos y significados del ocio en la caja de compensación familiar compensar*. Bogotá.

Weber, J. D. (1984). *Documentación social - revista de estudios sociales y de sociología aplicada* .

*POLIS (2014) revista latinoamericana el ocio y la recreación en las sociedades latinoamericanas actuales*

INFOBAE (Ed.). (n.d.). [Análisis de la firma GFK]. El comercio *electrónico en Colombia sigue impulsando y dando cifras positivas*.

Lalo, S. (2022, 11 21). *ONU* [Departamento de comunicación].

MIRON PEREZ, D. (n.d.). *Tiempo de mujeres, tiempo de hombres: género, ocio y trabajo en la Grecia antigua*.

Munera, M. C. (2007). *Resignificar el desarrollo*.

Otero Lopez, J. C. (2009). *La pedagogía del ocio: nuevos desafíos*.

Uncoli (Ed.). (n.d.). *Unión de colegios internacionales*.

## 7. ANEXOS

### 7.1.Imágenes:



imagen 3



imagen 4



imagen 5



imagen 6



imagen 7

