

MEJORAMIENTO DEL USO DEL TIEMPO LIBRE EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA

(Arráez, 2013) en su trabajo titulado “Educar para la buena utilización del tiempo libre y mejorar la calidad de vida” Argumenta que en su investigación pretende plantear una educación desde las instituciones educativas para involucrar a los estudiantes sobre la importancia del buen uso del tiempo libre para mejorar la calidad de vida, tomando como referencia tanto las orientaciones del especialista en recreación como las referencias bibliográficas especializadas, en función de obtener evidencias que permitan orientar a los docentes para obtener las herramientas que les permita enseñarles a los educandos la importancia de realizar actividades planificadas durante el tiempo libre que les permita mejorar la calidad de vida.

Además busca despertar el interés de aquellos docentes que interactúan con un colectivo de personas con la intención de contribuir con sus aportes a visualizar nuevos enfoques con los cuales se puedan crear accesos hacia el desarrollo de una cultura orientada a la buena utilización del tiempo libre en actividades físicas, recreativas y deportivas organizadas que los impulse a desarrollar sus capacidades desde el punto de vista integral.

En los actuales momentos de vida agitada que vive el ser humano, se reclama tiempo libre de trabajo, para descansar del mismo, he aquí el sentido primigenio del concepto, la lucha por la conquista de tiempo libre se sucede logrando paulatinamente una reducción del tiempo de trabajo o estudio que promueva espacios para descansar, divertirse y hasta mejorar la capacidad intelectual sin imposiciones ajenas o externas.

Igualmente, considera necesario formar una cultura donde el tiempo libre no sea visto como un medio de consumo o como una pérdida de tiempo, ya que se debe implementar una nueva forma de ver la vida desde la perspectiva recreativa con el

propósito fundamental de ayudar al ser humano en su desarrollo social, personal, espiritual y psicológico, visto desde la perspectiva educativa.

(Palacio, 2013) En su proyecto titulado “propuesta de gestión para el aprovechamiento adecuado del tiempo libre en los estudiantes de bachillerato” resume que su estudio investigativo tiene como objetivo principal, contribuir al desarrollo humano integral de los niños y jóvenes, a través de la implementación de una propuesta de gestión comunitaria, con estrategias lúdicas, deportivas y recreativas para que los estudiantes aprovechen adecuadamente del tiempo libre de manera que contribuya a disminuir factores de riesgo que conllevan al alcoholismo estudiantil.

(Salas, 2013) en su tesis adjunta A través de su estudio correlacional comparativo pretende determinar si existe relación significativa entre el empleo del tiempo libre y el rendimiento académico de los alumnos de 5º grado de educación secundaria del Cono Sur de Lima, modalidad menores de colegios estatales de la UGEL N° 1 San Juan de Miraflores, así mismo busca comparar las diferencias en el empleo del tiempo libre y en las preferencias de actividades culturales de dichos alumnos, según el nivel de rendimiento académico y género.

A una muestra no probabilística según criterio de 348 alumnos, se les aplicó el cuestionario de actividades en el tiempo libre adaptado de A. Ponce (1998). El análisis de datos se desarrolló mediante el programa SPSS 15.0 y con los estadísticos: el coeficiente de Spearman, la prueba de Kruskal Wallis, chi-cuadrado y la prueba de U de Mann Whitney.

Respecto al tiempo libre, la gran mayoría de adolescentes practica y le gusta: escuchar música y radio, ver películas, video, televisión, descansar, pasear, charlar con los amigos, pensar y salir o estar con la familia, además no practican pero les gustaría tocar instrumentos musicales, visitar museos y exposiciones, y asistir a la academia de idiomas. Se encontraron diferencias significativas en las

actividades del tiempo libre y en las preferencias de actividades culturales según el rendimiento académico y género. Las actividades culturales que más prefieren son el canto, comidas, bebidas, la pintura y el teatro. Por último, dichos sujetos se encuentran en un nivel de rendimiento académico regular o intermedio, siendo las damas las que superan a los varones. Se concluye que existe una correlación significativa entre el tiempo libre y el rendimiento académico

Arráez, O. (2013). Educar para la buena utilización del tiempo libre. *EFDeportes.com, Revista Digital*.

Palacio, W. (2013). *PROPUESTA DE GESTIÓN PARA EL APROVECHAMIENTO ADECUADO DEL TIEMPO LIBRE*. Medellín.

Salas, V. (2013). *Tiempo libre y rendimiento académico en alumnos de secundaria del cono sur de lima*. Lima.