

Aprovechamiento Del Tiempo Libre A Través De La Danza Y El Deporte. En La
Institución Educativa Nuestra Señora Del Pilar.

REDEDANZ

Investigadores:

Monica Victoria Chona Mojica
Erika Yohana Sandoval Ormaza
Dayana Angelica Leal Sierra
Diana patricia Jaimes
Lesly Alejandra Mendoza
Heyssell Andrea García
Leydi Patricia Caicedo
Yarent Yulitza Contreras
Paula Yelitza Flórez
Yuliana Katherine Mantilla
Lia Zaireth Santafé Arredondo
Diana Paola Parada Toloza
Vanessa Alexandra Deoro García
Vanessa Alexandra Sandoval
Jeimmy Tatiana García
Nicoll Dayana Rincón
Karla Paola Contreras Carrero
Yesica Mayerly Gelvez Roza 7º

Coinvestigador:

Claudia María Gelves Real

Nuestra Señora del Pilar Pamplonita

RESUMEN

La investigación inicia con las inquietudes de algunas estudiantes sobre la necesidad de crear un espacio deportivo-lúdico-cultural que les permita el mejor aprovechamiento de su tiempo libre.

Había necesidad de observar el contexto Pamplonitense con la intención de comprobar los comentarios hechos por las estudiantes, mediante una salida de campo se comprobó que las niñas no tenían oportunidad de emplear su tiempo libre de una manera constructiva y productiva. Entonces desde este punto de partida, se inició a explorar en cuales actividades deportivas y culturales ellas estaban interesadas en conocer y trabajar, se realizó un conversatorio con las niñas que querían ser parte del proyecto.

Posteriormente se concilió sobre los horarios de trabajo y se inició un proceso en el cual las niñas han tenido la oportunidad de conocer y fundamentarse en el deporte del baloncesto igualmente, desarrollan su expresión corporal mediante danza folclórica y moderna, complementando el trabajo intrínsecamente con la recreación.

Se trabaja con las estudiantes 1 o 2 veces por semana sin interferir con sus labores académicas. El inicio de este proyecto ha motivado a los estudiantes de la institución educativa ya que por resultados obtenidos, el trabajo se ha fortalecido con el apoyo de los estudiantes (Varones), el cual ha mejorado la participación en los actos culturales que se programan y ha ampliado los espacios para la recreación y el deporte.

El proyecto se ha convertido en un espacio en el cual, las estudiantes tienen la oportunidad no solo de aprender y recrearse sino de compartir fortaleciendo valores de convivencia.

INTRODUCCIÓN

Hoy día, se Reconoce el tiempo libre como un derecho fundamental del ser humano que contribuye en su desarrollo integral; siendo un conjunto de actividades a las cuales se entrega el individuo con plena aceptación para descansar, divertirse y desarrollarse en la participación social de manera voluntaria, libre, consciente y no obligatoria.

El manejo de los momentos extracurriculares de los estudiantes ha sido una gran preocupación de los docentes y padres de familia, ya que en la actualidad están expuestos a un sinnúmero de peligros que pueden obstaculizar la formación integral que todos los adultos queremos y esperamos de ellos.

Si consultamos investigaciones con el mismo objetivo, notamos como este tema se ha convertido en el común denominador de la mayoría de las instituciones interesadas por el bienestar de sus educandos, pero específicamente por las directrices trazadas en su proceso, el trabajo “Proyecto de Aprovechamiento y Buen Uso del Tiempo Libre de la Institución educativa Luis Carlos Galán del municipio de Piedecuesta, nos ha mostrado ciertos parámetros de trabajo muy enriquecedores que han llenado las expectativas de sus participantes.

De igual manera el proyecto trabajado en “Aprovechamiento del Tiempo Libre de la Institución Educativa Santa María” de la ciudad de Cartagena ha resultado ser un gran apoyo para la formación integral de sus educandos, enriqueciendo cada uno de los procesos trabajados en la institución.

En general podemos afirmar que las actividades deportivas, lúdicas y culturales (danza) son una estrategia invaluable para que los estudiantes aprovechen de una mejor manera su tiempo libre, ofreciéndoles aprendizajes significativos que los introduzcan creativamente en los procesos investigativos.

JUSTIFICACION

Las actividades recreativas, deportivas y culturales (danza) ofrecen a los estudiantes un espacio de desarrollo físico, mental y social, fortaleciendo su salud y su espíritu mediante el movimiento y enriqueciendo sus valores de convivencia grupal.

En la actualidad Los adolescentes , están inmersos en el sedentarismo que ocasionan los juegos de video, la televisión, el celular, la internet, etc.; ellos necesitan contar espacios donde puedan realizar actividades dinámicas enfocadas a la recreación al deporte y a la cultura, donde tengan la oportunidad de aprender nuevos procesos, de mantener un cuerpo sano , de fortalecer lazos de convivencia, de alejarse de los vicios que los asechan e inducirlos a la investigación de una manera voluntaria y creativa.

Así mismo, la libertad de expresión y el derecho de igualdad son necesidades que priman en el desarrollo humano, por tal razón vale la pena fortalecer estas inquietudes como una forma incentivar la equidad, valor tan anhelado en nuestra sociedad actual.

OBJETIVOS

GENERAL:

Mejorar el aprovechamiento del tiempo libre en los estudiantes mediante la práctica de actividades deportivas, lúdicas y culturales (danza)

ESPECIFICOS:

- Abrir espacios donde las estudiantes puedan aprovechar de una mejor manera su tiempo libre.
- Fortalecer procesos de aprendizajes para mejorar habilidades físicas y mentales.
- Involucrar a los estudiantes en procesos investigativos mediante el movimiento.

CONFORMACIÓN DEL GRUPO DE INVESTIGACIÓN

El grupo de investigación: "REDEDANZ" Está conformado por 18 niñas que oscilan entre las edades de 10 a 14 años, que han querido mejorar el aprovechamiento de su tiempo libre, enfocándolo a la recreación, al deporte y a la danza, en momentos donde pueden compartir, aprender e integrarse fortaleciendo valores de convivencia.

NOMBRE	EDAD	GRADO
Monica Victoria Chona Mojica		7
Erika Yohana Sandoval Ormaza		7
Dayana Angelica Leal Sierra		7
Diana patricia Jaimes		7
Lesly Alejandra Mendoza		7
Heyssell Andrea García		7
Leydi Patricia Caicedo		7
Yarent Yulitza Contreras		8
Paula Yelitza Flórez		8
Yuliana Katherine Mantilla		8
Lia Zaireth Santafé Arredondo		6
Diana Paola Parada Toloza		9
Vanesa Alexandra Deoro García		5
Vanesa Alexandra Sandoval		5
Jeimmy Tatiana García		5
Nicoll Dayana Rincón		5
Karla Paola Contreras Carrero		5
Ingrid Vanesa Pacheco Duarte		5
Yessica Xiomara gelvez rozo		

LOGOTIPO:



“REDEDANZ”



LA PREGUNTA COMO PUNTO DE PARTIDA

En primer lugar, se observó el entorno y se detectaron ciertas necesidades, y éstas coincidían con algunas inquietudes expresadas por algunas niñas, entonces se hizo una reunión para compartir todas estas apreciaciones, y ellas enfocaron su sentir por medio de preguntas las cuales fueron encaminadas hacia la resolución de la problemática existente.

Las niñas muy libremente expresaron sus inquietudes y expectativas, las cuales fueron resueltas por ellas mismas, mediante la consulta y los conocimientos adquiridos; Luego teniendo ésta base, se hizo un conversatorio para resaltar la importancia de la práctica de actividades deportivas, lúdicas y culturales en sus momentos libres.

Teniendo en cuenta la lluvia de ideas se direccionó el trabajo hacia la pregunta:

¿Cómo mejorar el aprovechamiento del tiempo libre en niñas de 10 a 14 años de la Institución Educativa Nuestra Señora del Pilar del municipio de Pamplonita?

Ha sido muy interesante ya que la iniciativa nació de ellas, de una necesidad y un derecho que tienen y que están en capacidad de expresar y de buscar soluciones; solamente se han canalizado todas esas inquietudes dando origen al trabajo realizado.

PROBLEMA

Las estudiantes de la Institución Educativa no cuentan con un espacio lúdico-deportivo, cultural que las aleje del sedentarismo impuesto por los juegos de video, la televisión y el celular, arriesgando su salud física y mental necesarias para obtener buenos resultados en sus labores académicas.

Teniendo en cuenta lo observado en la salida de campo, se detectó que las alumnas no utilizaban productivamente su tiempo libre, simplemente lo desperdician en actividades que no les son productivas en su proceso de formación.

Se hace necesario implementar un proyecto que reoriente a las niñas en la utilización de su tiempo libre en actividades recreativas, deportivas y culturales, potenciando así sus habilidades, fortaleciendo lazos de convivencia, encaminándolas creativamente hacia los procesos investigativos y contribuyendo en sí en su formación integral, característica imprescindible en los ciudadanos del mañana.

TRAYECTORIA DE LA INVESTIGACIÓN

Método de Investigación: Dada la naturaleza del trabajo que se pretende y de los resultados ligados a las intersubjetividades de los participantes en el proyecto, ésta investigación se concibe en un enfoque cualitativo, ya que pretende mejorar la calidad de vida de las estudiantes.

Población: La población considerada para ésta investigación está conformada por 18 niñas que cursan grados de secundaria, cuyas edades oscilan entre los 10 y los 14 años de la Institución Educativa Nuestra Señora del Pilar del municipio de Pamplonita.

Técnicas e instrumentos de recolección: En un primer momento se recibieron las inquietudes y sugerencias de las niñas quienes reclamaban igual de condiciones al uso de los espacios en la Institución.

Seguidamente, se realizó una salida de campo para observar directamente el quehacer de las niñas en su tiempo extra clase.

Y posteriormente se hicieron conversatorios con las estudiantes interesadas en utilizar de una mejor manera su tiempo libre y llegar a acuerdos.

Una vez el proyecto avanzó en su proceso se aplicaron encuestas a los estudiantes, a los padres de familia y a los docentes para conocer el impacto que ha tenido el desarrollo del proyecto.

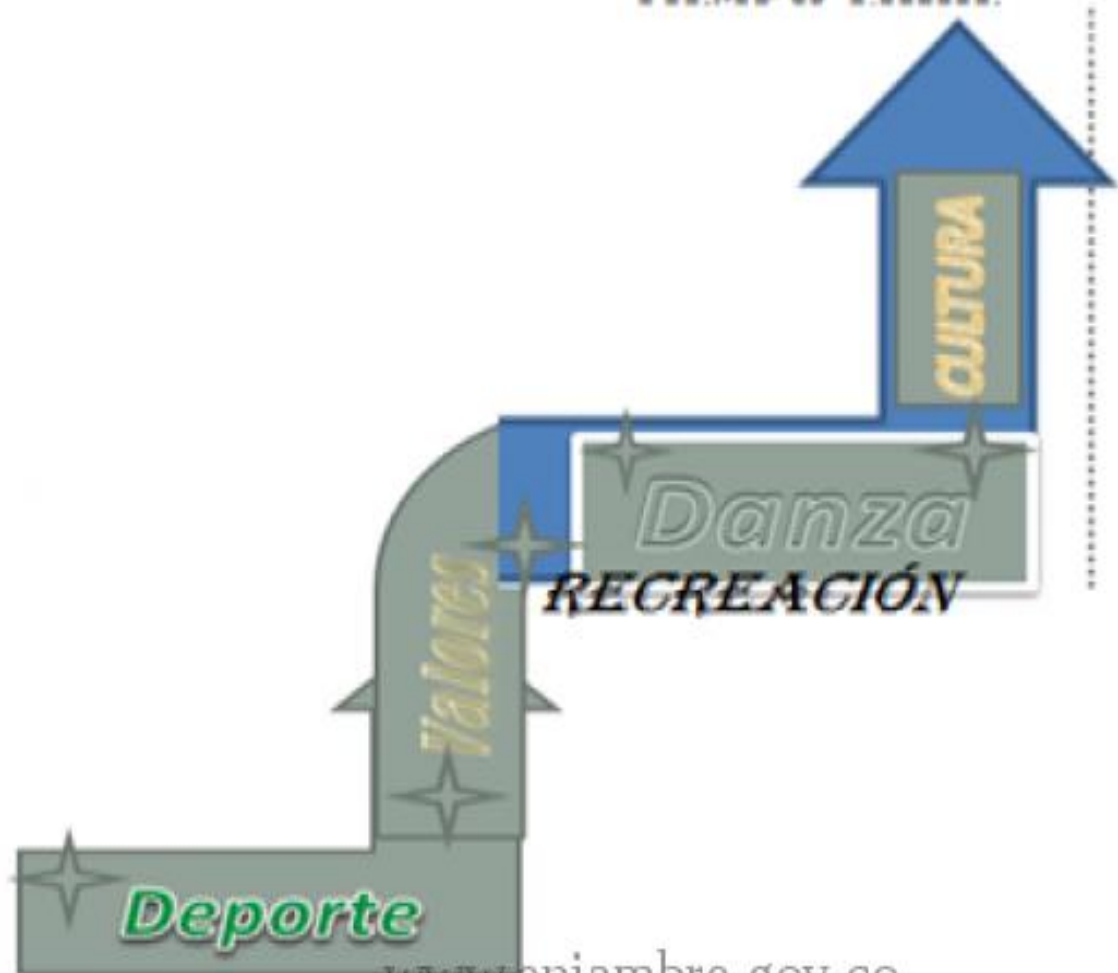
Contextualización: El proceso de investigación se lleva a cabo, en el municipio de Pamplonita, ubicado en la región sur-occidental departamento Norte de Santander, cuya población tiene vocación campesina dedicada en su mayoría a las actividades agrícola y pecuaria.

En el sector urbano se encuentra la Institución Educativa Nuestra Señora del Pilar que cuenta con 375 estudiantes, ofrece el servicio educativo desde pre-escolar hasta undécimo grado a quienes se les otorga el título de técnico en manejo ambiental por el acompañamiento con el SENA.

Misión: “La Institución Educativa Nuestra Señora del Pilar, ofrece una educación integral, incluyente y de calidad, a niños, niñas jóvenes y adultos del municipio de Pamplonita, a través de prácticas metacognitivas y modelos pedagógicos flexibles que los forman como personas competentes y activas, con pensamiento crítico, creativo, investigativo y reflexivo para el servicio de la sociedad y del desarrollo humano sostenible”.

Vision: “En el año 2021 la Institución Educativa Nuestra Señora del Pilar, del municipio de Pamplonita, será reconocida como una de las mejores instituciones educativas por la formación integral, inclusiva y de calidad de sus estudiantes, practicantes de los valores de solidaridad, tolerancia, autonomía y responsabilidad, competentes activos, con pensamiento crítico, creativo, investigativo y reflexivo para el servicio de la sociedad y del desarrollo humano sostenible.

MEJOR APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE



www.enjambre.gov.co

RECORRIDO DE LAS TRAYECTORIAS DE INDAGACIÓN

Barrido de las herramientas de investigación: Para evidenciar el impacto del proyecto desarrollado se aplicó una encuesta a la comunidad educativa, teniendo en cuenta a padres de familia, estudiantes y docentes.

ENCUESTA

(Padres de Familia)

El siguiente cuestionario tiene como objetivo conocer qué nivel de aceptación tiene el aprendizaje de la danza y del deporte (Grupo de investigación REDEDANZ) , como estrategias de utilización del tiempo libre.



1. ¿En qué prefiere que sus hijos estén ocupando su tiempo libre?
 - a. Ver televisión
 - b. Video juegos
 - c. Deporte
 - d. Danza
 - e. Chateando
2. Le agrada que en su tiempo libre, los estudiantes tengan la oportunidad de practicar deporte y aprender danzas:
Sí _____ No _____
Por- qué?

3. Ha asistido a actos culturales en nuestra institución?
Sí _____ No _____
Si ha asistido como le parecen las danzas que presentan los estudiantes:
Me gustan _____ No me gustan _____
4. Cómo le parece la forma como se trabaja la inauguración de los juegos interclases desde hace 4 años (esquemas de baile y deporte)
Me gusta _____ No me gusta _____
5. ¿Cree que el aprendizaje de la danza y el deporte, les fortalece valores y apoya la formación integral que tanto necesitan los estudiantes?
Si _____ No _____
6. ¿Qué tan importante le parece que sus hijos, pertenezcan a grupos de investigación donde puedan obtener nuevos conocimientos, que fortalezcan su formación académica y personal?
 - a. Poco importante
 - b. Muy importante
 - c. Nada importante

¡Muchas Gracias!

ENCUESTA

(Estudiantes)



El siguiente cuestionario tiene como objetivo conocer qué nivel de aceptación tiene el aprendizaje de la danza y del deporte (Grupo de investigación REDEDANZ) ,como estrategias de utilización del tiempo libre.



1. En qué prefiere utilizar su tiempo libre?
 - a. Ver televisión
 - b. Video juegos
 - c. Deporte
 - d. Danza
 - e. Chateando
2. Cree que en su tiempo libre es importante el aprendizaje de la danza y la práctica del deporte? Sí _____
No _____
Por- qué?

3. Cómo le parecen las danzas que se presentan en los actos culturales de la institución?
Me gustan _____ No me gustan _____
4. Cómo le parece la forma como se trabaja la inauguración de los juegos interclases desde hace 4 años (esquemas de baile y deporte)
Me gusta _____ No me gusta _____
5. ¿Cree que el aprendizaje de la danza y el deporte, fortalece valores y apoya la formación integral que tanto necesitan los estudiantes?
Sí _____ No _____
6. ¿Qué tan importante le parece que los estudiantes, pertenezcan a grupos de investigación donde puedan obtener nuevos conocimientos, que fortalezcan su formación académica y personal?
 - a. Poco importante
 - b. Muy importante
 - c. Nada importante

¡Muchas Gracias!

ENCUESTA

(Docentes)



El siguiente cuestionario tiene como objetivo conocer qué nivel de aceptación tiene el aprendizaje de la danza y del deporte (Grupo de investigación REDEDANZ), como estrategias de utilización del tiempo libre.



1. En qué prefiere que los estudiantes estén ocupando su tiempo libre?
 - a. Ver televisión
 - b. Video juegos
 - c. Deporte
 - d. Danza
 - e. Chateando
2. Le parece importante, que en su tiempo libre, los estudiantes tengan la oportunidad de practicar deporte y aprender danzas:
Sí _____ No _____
Por- qué?

3. Cómo le parecen las danzas que se presentan en los actos culturales de la institución?
Me gustan _____ No me gustan _____
4. Cómo le parece la forma como se trabaja la inauguración de los juegos interclases desde hace 4 años (esquemas de baile y deporte)
Me gusta _____ No me gusta _____
5. ¿Cree que el aprendizaje de la danza y el deporte, fortalece valores y apoya la formación integral que tanto necesitan los estudiantes?
Si _____ No _____
6. ¿Qué tan importante le parece que los estudiantes, pertenezcan a grupos de investigación donde puedan obtener nuevos conocimientos, que fortalezcan su formación académica y personal?
 - a. Poco importante
 - b. Muy importante
 - c. Nada importante

¡Muchas Gracias!

**POBLACION: PADRES DE FAMILIA INSTITUCIÓN EDUCATIVA
REGISTRO DE RESULTADOS**

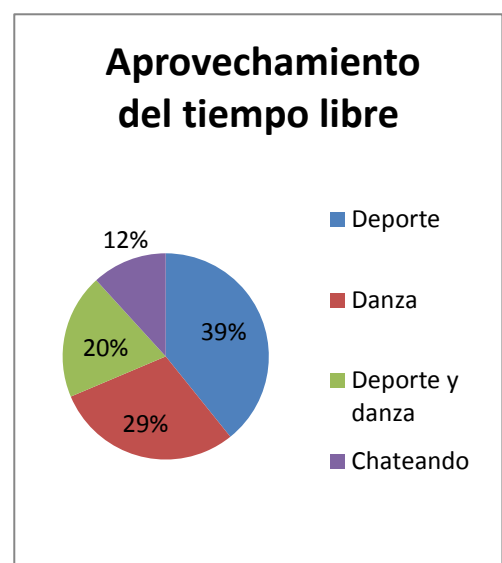
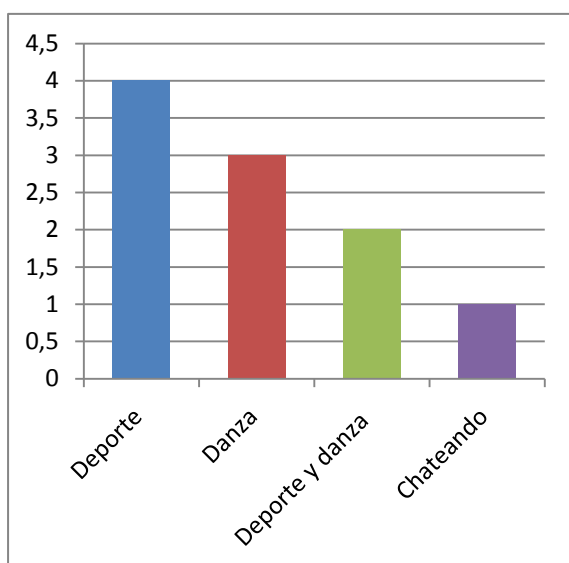
1. ¿En que prefieren los padres de familia que sus hijos utilicen su tiempo libre?

Deporte 4

Danza 3

Deporte y danza 2

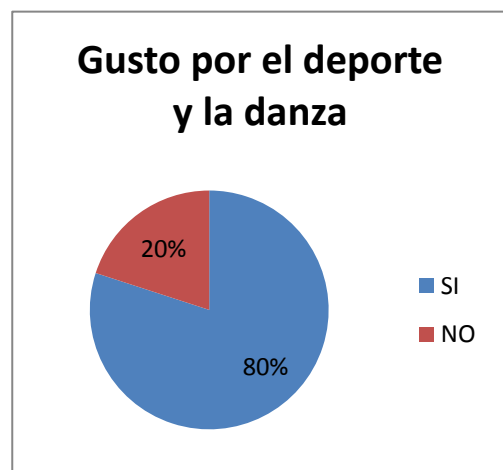
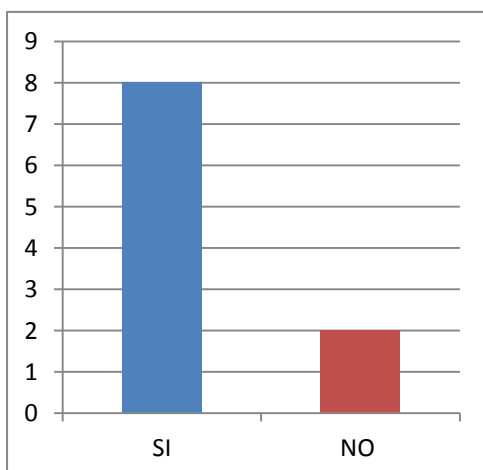
Chateando 1



2. Le agrada que en su tiempo libre, los estudiantes tengan la oportunidad de practicar deporte y aprender danzas:

Si 8

NO 2

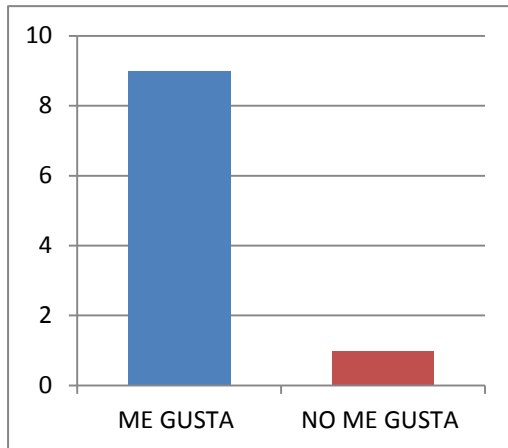


3.¿Ha asistido a actos culturales en nuestra institución?

Si ha asistido como le parecen las danzas que presentan los estudiantes:

Me gustan: 9

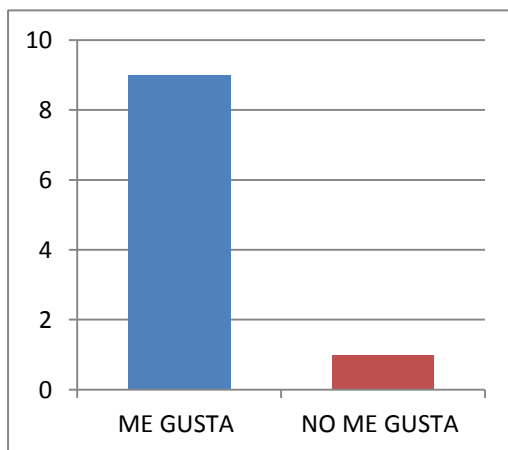
No me gustan 1



4. Cómo le parece la forma como se trabaja la inauguración de los juegos interclases desde hace 4 años (esquemas de baile y deporte)

Me gusta: 9

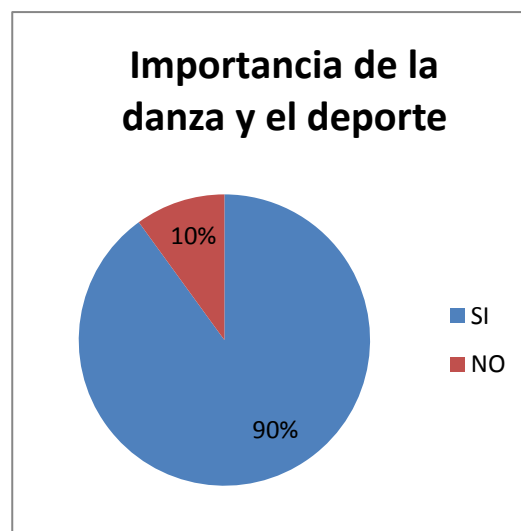
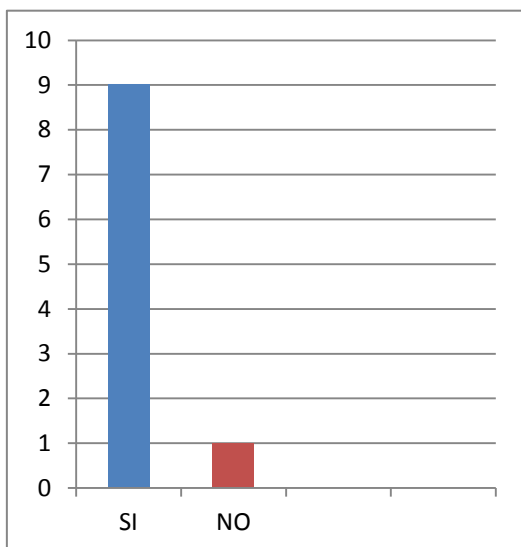
No me gusta: 1



6¿Cree que el aprendizaje de la danza y el deporte, les fortalece valores y apoya la formación integral que tanto necesitan los estudiantes?

Si 9

No 1

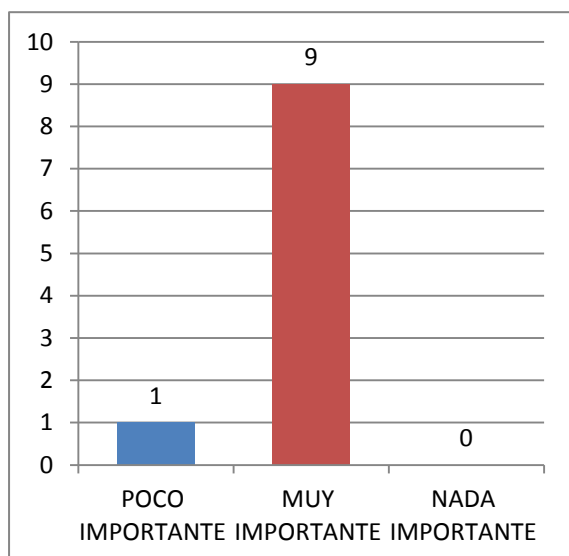


6. ¿Qué tan importante le parece que sus hijos, pertenezcan a grupos de investigación donde puedan obtener nuevos conocimientos, que fortalezcan su formación académica y personal?

Poco importante 1

Muy importante 9

Nada importante 0



POBLACION: **ESTUDIANTES INSTITUCIÓN EDUCATIVA**
REGISTRO DE RESULTADOS

1. ¿En que prefieren los estudiantes utilizar su tiempo libre?

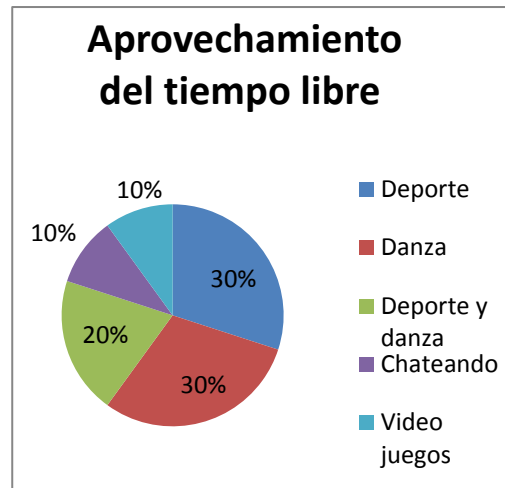
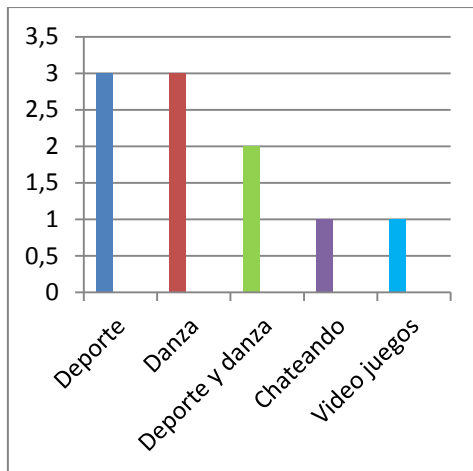
Deporte: 3

Danza: 3

Deporte y danza: 2

Chateando: 1

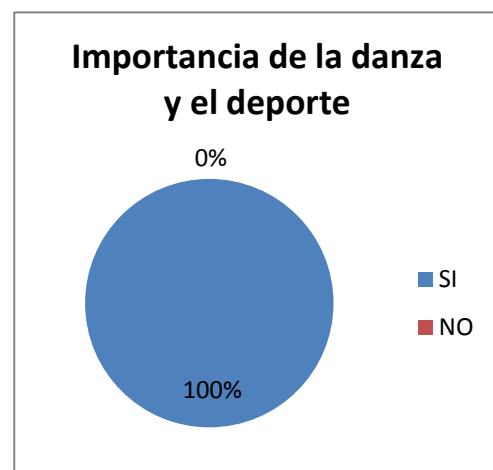
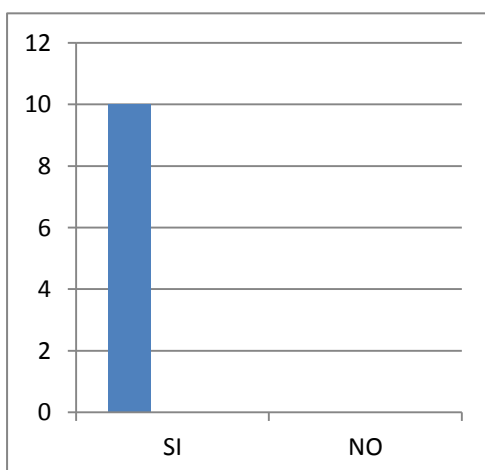
Video juegos: 1



2. ¿Cree que en su tiempo libre es importante el aprendizaje de la danza y la práctica del deporte?

SI 10

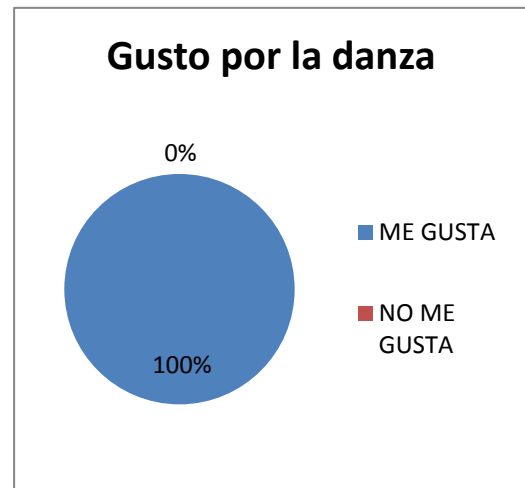
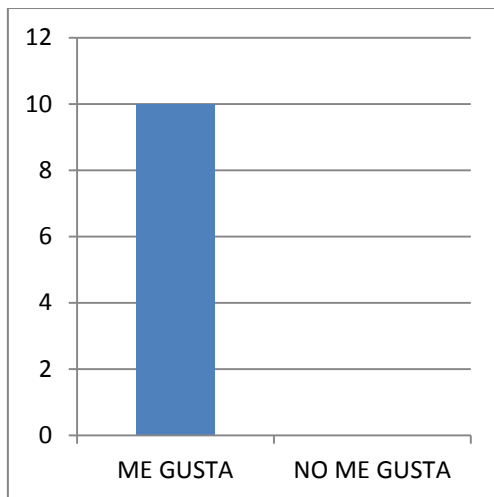
NO 0



3. ¿Cómo le parecen las danzas que se presentan en los actos culturales de la institución?

Me gusta 10

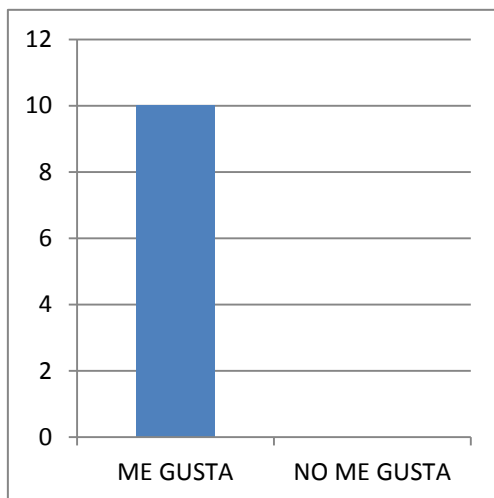
No me gusta 0



4. Cómo le parece la forma como se trabaja la inauguración de los juegos interclases desde hace 4 años (esquemas de baile y deporte)

Me gusta 10

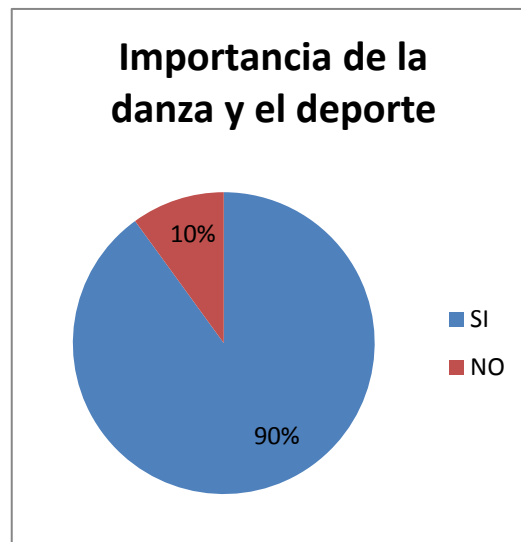
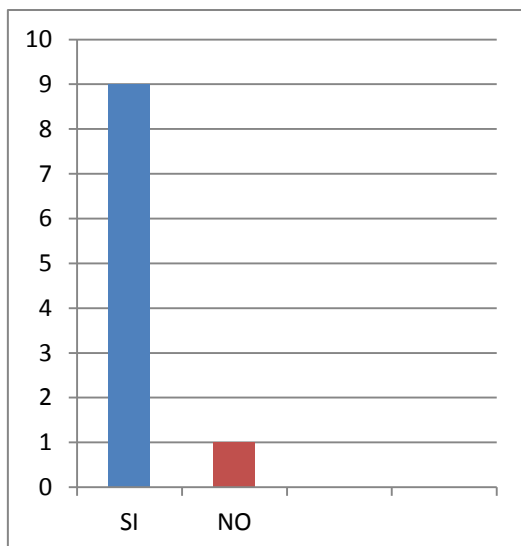
No me gusta 0



5.¿Cree que el aprendizaje de la danza y el deporte, fortalece valores y apoya la formación integral que tanto necesitan los estudiantes?

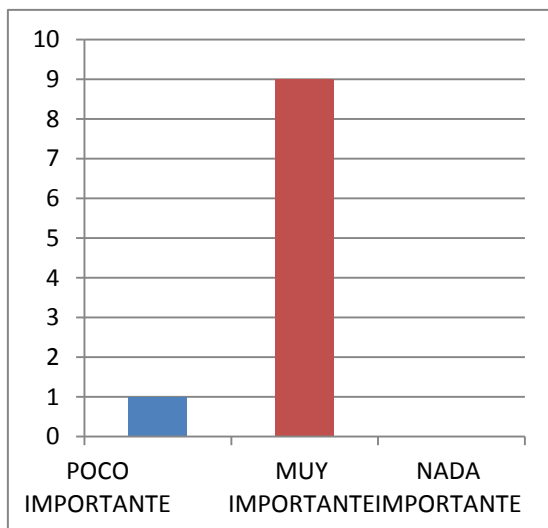
Si 9

No 1



6. ¿Qué tan importante le parece que los estudiantes, pertenezcan a grupos de investigación donde puedan obtener nuevos conocimientos, que fortalezcan Su formación académica y personal?

- | | |
|--------------------|---|
| a. Poco importante | 1 |
| b. Muy importante | 9 |
| c. Nada importante | 0 |



**POBLACION: DOCENTES INSTITUCIÓN EDUCATIVA
REGISTRO DE RESULTADOS**

1. ¿En qué prefiere que los estudiantes estén ocupando su tiempo libre?

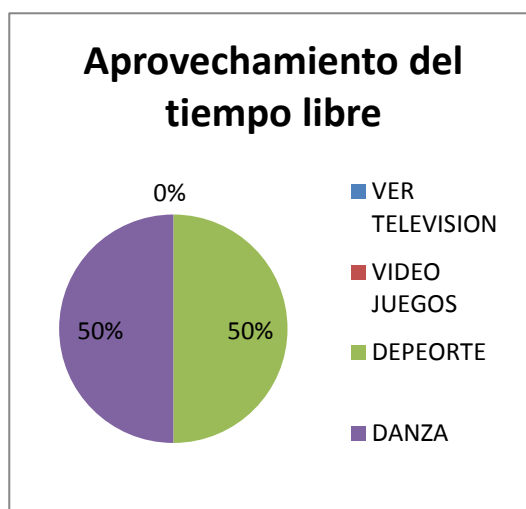
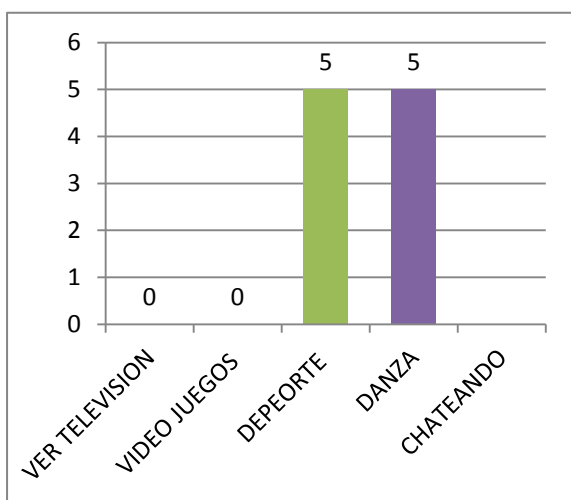
Ver televisión 0

Video juegos 0

Deporte 5

Danza 5

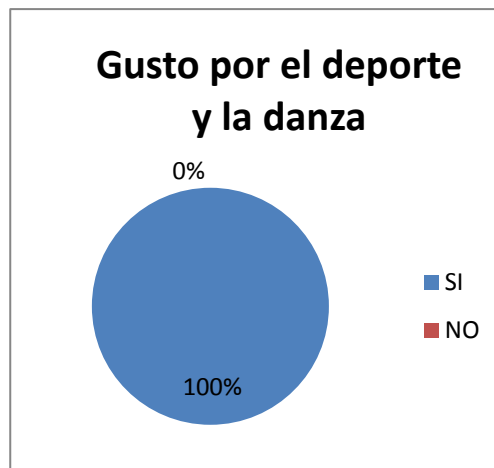
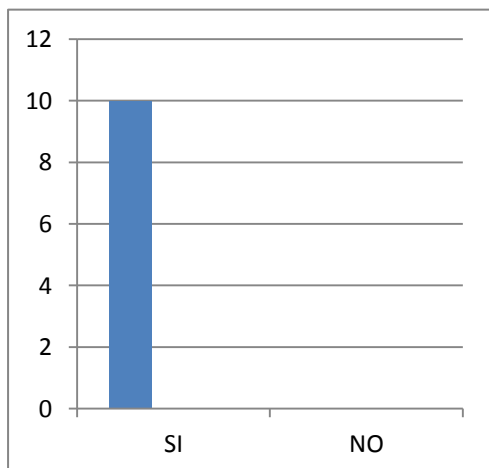
Chateando 0



2. ¿Le parece importante, que en su tiempo libre, los estudiantes tengan la oportunidad de practicar deporte y aprender danzas:

Sí 10

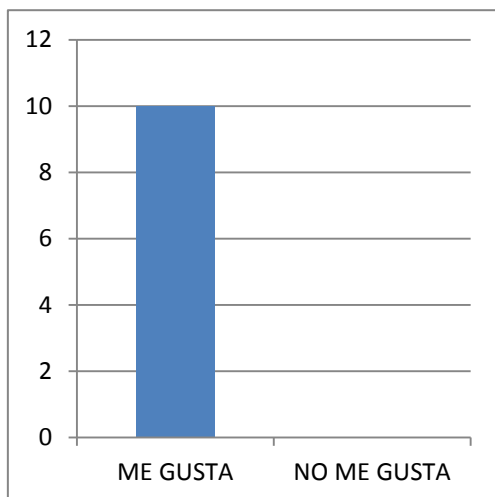
No 0



3.¿Cómo le parecen las danzas que se presentan en los actos culturales de la institución?

Me gustan 10

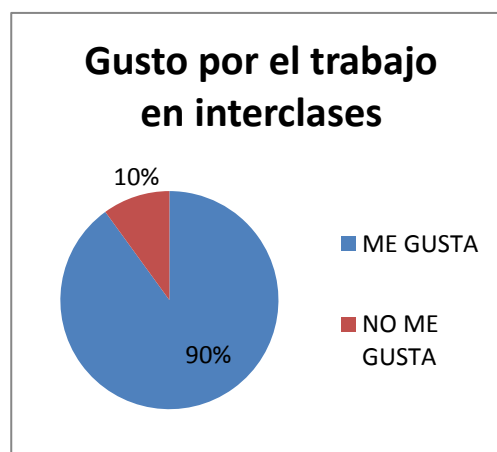
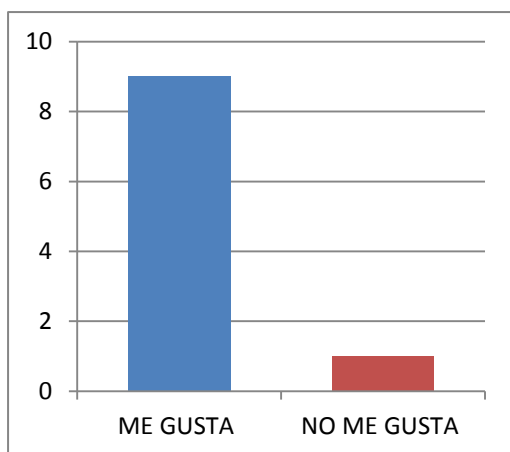
No me gustan 0



4. Cómo le parece la forma como se trabaja la inauguración de los juegos interclases desde hace 4 años (esquemas de baile y deporte)

Me gusta 9

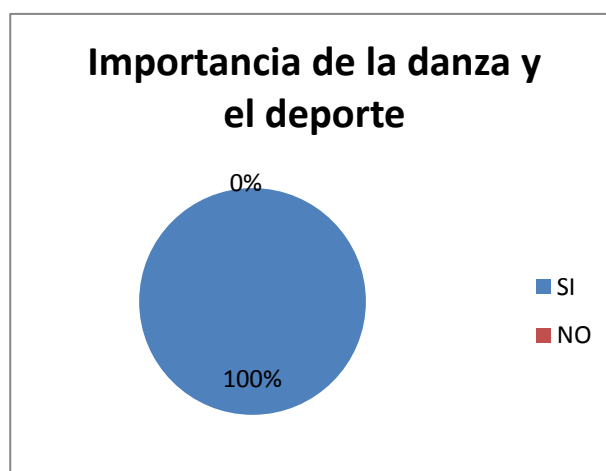
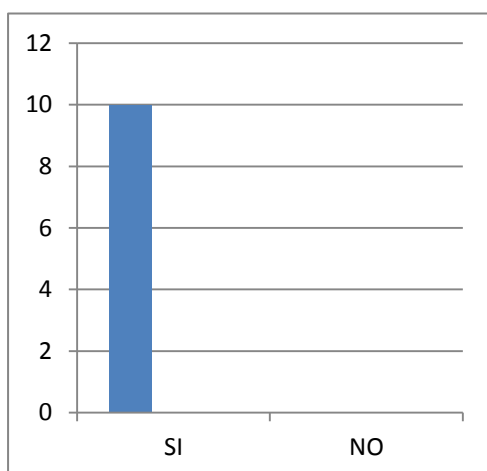
No me gusta 1



5.¿Cree que el aprendizaje de la danza y el deporte, fortalece valores y apoya la formación integral que tanto necesitan los estudiantes?

Si 10

No 0

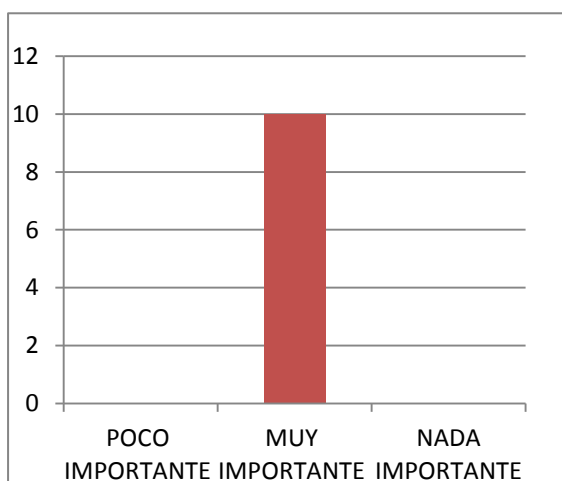


6.¿Qué tan importante le parece que los estudiantes, pertenezcan a grupos de investigación donde puedan obtener nuevos conocimientos, que fortalezcan su formación académica y personal?

Poco importante 0

Muy importante 10

Nada importante 0



ANÁLISIS DE RESULTADOS

El desarrollo del proceso investigativo en cada uno de sus etapas fue muy productivo y enriquecedor para cada uno de los agentes involucrados directa o indirectamente.

- 👍 Las estudiantes hicieron valer su derecho a la igualdad y a la libre expresión, en el momento que reclamaban un espacio donde ellas pudiesen realizar actividades recreativas, deportivas y culturales.
- 👍 Hubo integración de niñas de diferentes grados, hacia los mismos objetivos, entre ellos el trabajo en equipo, el conocimiento de procesos investigativos y el fortalecimiento valores de convivencia.
- 👍 Se han explorado diversas cualidades de los estudiantes que dentro de las clases tradicionales no se pueden observar, y a la vez establecido otras opciones de trabajo para aplicarlas con todos los grados.
- 👍 En el nuevo espacio de trabajo, las estudiantes han fortalecido habilidades físicas necesarias para la práctica de otras opciones deportivas.
- 👍 El impacto de la propuesta en los padres de familia, ha sido muy positivo ya que sus hijas están utilizando su tiempo libre en actividades que les proporcionan aprendizaje.
- 👍 Los estudiantes investigadores han sido muy asertivos frente al proceso, han participado en forma dinámica, son recursivos al momento de proponer ideas y sobre todo comprometidos con las actividades propuestas.
- 👍 La participación y dinamismo de los estudiantes en las actividades culturales y deportivas ha mejorado, fortaleciendo las metas propuestas en las áreas de educación física y artística.
- 👍 Una de las dificultades ha sido el poco tiempo, con el que se cuenta, para reunirnos como semillero de investigación; de igual manera la falta de materiales para realizar ciertas actividades, impide que los encuentros sean más enriquecedores.

CONCLUSIONES

- El aprovechamiento del tiempo libre en los adolescentes, debe estar enfocado a actividades dinámicas, (recreación, deporte y danza) que los aleje del sedentarismo en el que están inmersos actualmente, perjudicando su salud física y mental.
- Hay una necesidad imperiosa de aplicar estrategias pedagógicas que involucren a los estudiantes en procesos de aula transversales, donde ellos puedan ser protagonistas de su propio aprendizaje, fortaleciendo el espíritu investigativo y creativo.
- Mediante el proceso trabajado se evidenció el valor del movimiento, como potencial social que los estudiantes necesitan, para lograr grandes metas a nivel educativo, sociocultural, en la formación de valores y en el desarrollo de habilidades y destrezas.
- La disponibilidad de los materiales necesarios para el desarrollo de la propuesta, motiva a los estudiantes a involucrarse en los procesos de una manera más creativa, dinámica, participativa y enriquecedora.
- El proceso investigativo se puede abordar desde todas y cada una de las áreas del saber, construyendo procesos significativos que conduzcan a los estudiantes a una formación integral valedera necesaria en nuestra sociedad actual.

BIBLIOGRAFIA

1. <http://www.webconsultas.com/ejercicio-y-deporte/vida-activa/beneficios-del-ejercicio-fisico-869>
2. http://comohacerpara.com/como-aprovechar-el-tiempo-libre_4422s.html
3. <http://salud.ccm.net/faq/3457-por-que-bailar-es-bueno-para-la-salud>
4. <http://luiscarlosgalanpiedecuesta.jimdo.com/proyectos/proyecto-de-aprovechamiento-y-buen-uso-del-tiempo-libre/>
5. <http://santamaria.ieocartagena.edu.co/.../proyecto-de-tiempo-libre-educacion-fisica>
- 6.

AGRADECIMIENTOS

En primer lugar al “proyecto enjambre” por dar la oportunidad de enriquecer nuestra labor educativa mediante procesos investigativos, enfocados en los estudiantes, de manera especial a la Lic Diana Antolinez por su acompañamiento incondicional en cada una de las etapas del proceso.

A la comunidad educativa Nuestra señora del Pilar, en cabeza de su rector Mario Uribe Carvajal por permitir abrir espacios de participación interesantes para la formación de los estudiantes; de igual manera a los padres de familia por confiar en las estrategias trabajadas para mejorar el aprovechamiento del tiempo libre de sus hijas.

A las estudiantes integrantes del semillero de investigación, por su trabajo comprometido, y el entusiasmo característico que le imprimieron a cada fase de la propuesta.

DESARROLLO DE LA PROPUESTA: APROBECVHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE EN LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA NUESTRA SEÑORA DEL PILAR





