

UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA



**ACTIVIDADES DEL TIEMPO OCIO EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN
EDUCATIVA SECUNDARIA INA 21 DE LA CIUDAD DE AZÁNGARO**

TESIS

PRESENTADO POR:

LESTHER ROLANDO QUISPE PERALTA

PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE:

LICENCIADO EN EDUCACIÓN FÍSICA

PROMOCIÓN: 2017 II

PUNO - PERÚ

2019

UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA

**ACTIVIDADES DEL TIEMPO OCIO EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN
EDUCATIVA SECUNDARIA INA 21 DE LA CIUDAD DE AZÁNGARO**

TESIS PRESENTADA POR:

LESTHER ROLANDO QUISPE PERALTA

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADO EN EDUCACIÓN
FÍSICA**



APROBADA POR EL SIGUIENTE JURADO:

PRESIDENTE

: 

Dr. José Damián Fuentes López

PRIMER MIEMBRO

: 

M.Sc. Simón Eduardo Villasante Saravia

SEGUNDO MIEMBRO

: -----
Dr. Porfirio Layme Cutipa

DIRECTOR / ASESOR

: 

Dr. Alcides Flores Paredes

Área: Educación física
Tema: Deporte y recreación

Fecha de sustentación: 23 / Mayo / 2019

DEDICATORIA

A DIOS, por haber permitido llegar hasta este punto y guiarme por un buen camino e iluminarme cada momento de la vida, por concedernos la serenidad para aceptar las cosas y darme el valor para seguir adelante frente a la adversidad.

Con enorme cariño a mis hermanos Maritza, Marino, Cristian y Alain por sus consejos y motivación constante.

Con infinito amor y eterna gratitud dedico a mis queridos padres por su apoyo incondicional y por haberme guiado en este difícil camino de la vida, por ser el pilar fundamental en mí desarrollo profesional, por haberme brindado su cariño, consejos, amor y bondad y ser el modelo que guía mi vida, por enseñarme a alcanzar mis objetivos con esfuerzos y dedicación.

A mis queridos amigos y amigas quienes me brindaron su apoyo emocional y fortaleza.

Lesther Rolando

AGRADECIMIENTOS

- Con infinito amor y eterna gratitud a mi alma mater, Universidad Nacional del Altiplano, por formarme en ciencia, cultura y moral.
- A la Facultad de Ciencias de la Educación y en especial a la Escuela Profesional de Educación Física y a mis estimados docentes quienes contribuyeron en mi formación académica e inculcarnos valores.
- A mi director de tesis Dr. Alcides Flores Paredes, por su orientación, su paciencia y apoyo incondicional para poder culminar con el presente trabajo de investigación.
- A los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria INA 21, por su valiosa colaboración y tiempo, pues sin ellos no hubiera sido posible realizar el presente trabajo de investigación.

ÍNDICE GENERAL

DEDICATORIA	
AGRADECIMIENTOS	
ÍNDICE DE FIGURAS	
ÍNDICE DE TABLAS	
RESUMEN	10
ABSTRACT.....	11
I. INTRODUCCIÓN	12
1.1. Planteamiento del problema de investigación	12
1.2. Formulación del problema.....	13
1.3. Hipótesis de la investigación	13
1.3.1. Hipótesis general	13
1.3.2. Hipótesis específicas	13
1.4. Justificación del estudio.....	14
1.5. Objetivos de la investigación	15
1.5.1. Objetivos generales	15
1.5.2. Objetivos específicos.....	15
II. REVISIÓN DE LITERATURA	17
2.1.- Antecedentes de la investigación.....	17
2.2. Sustento teórico.....	20
2.2.1. El ocio	20
2.2.2. Ocio como calidad de vida	21
2.2.3. El ocio como ámbito educativo.....	22
2.2.4. Direccionalidad del ocio.....	22
2.2.5. Dimensiones del ocio	24

2.2.5. Ocio digital.....	37
2.3. Marco conceptual.....	38
III. MATERIALES Y MÉTODOS.....	40
3.1. Ubicación geográfica del estudio.....	40
3.2. Población y muestra del estudio	40
3.2.1. Población.....	40
3.2.2. Muestra.....	40
3.3. Diseño estadístico	41
3.4. Confiabilidad del instrumento	41
3.5. Procedimiento	42
3.7. Variable.....	43
IV. RESULTADOS Y DISCUSIÓN.....	44
4.1. Resultados.....	44
4.2. Discusión	64
V. CONCLUSIONES.....	68
VI. RECOMENDACIONES.....	69
VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	70
ANEXOS	75

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1 Actividades del tiempo ocio, en la dimensión lúdica.....	44
Figura 2 Actividad del tiempo ocio. En la dimensión lúdica, según indicadores.....	45
Figura 3 Actividades del tiempo ocio, en la dimensión deportiva.....	47
Figura 4 Actividad del tiempo ocio. En la dimensión deportiva, según indicadores.	48
Figura 5 Porcentaje de las actividades del tiempo ocio, en la dimensión festiva.....	50
Figura 6 Actividad del tiempo ocio, en la dimensión festiva, según indicadores.....	52
Figura 7 Porcentaje de las actividades del tiempo ocio, en la dimensión creativa.	54
Figura 8 Actividad del tiempo ocio, en la dimensión creativa, según indicadores.....	55
Figura 9 Actividades del tiempo ocio, en la dimensión ecológica.	56
Figura 10 Actividad del tiempo ocio, en la dimensión ecológica, según indicadores.....	58
Figura 11 Actividades del tiempo ocio. En la dimensión digital.....	60
Figura 12 Actividad del tiempo ocio, en la dimensión digital, según indicadores.....	61
Figura 13 Actividad del tiempo ocio en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria INA de la ciudad de Azángaro. Resultado general	63

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 2 Actividades del tiempo ocio, en la dimensión lúdica.	44
Tabla 3 Actividad del tiempo ocio, en la dimensión lúdica, según indicadores.	45
tabla 4 Actividades del tiempo ocio, en la dimensión deportiva.	46
Tabla 5 Actividad del tiempo ocio, en la dimensión deportiva, según indicadores.	48
Tabla 6 Actividades del tiempo ocio. En la dimensión festiva.	50
Tabla 7 Actividad del tiempo ocio, en la dimensión festiva, según indicadores.	51
Tabla 8 Actividades del tiempo ocio, en la dimensión creativa.	53
Tabla 9 Actividad del tiempo ocio, en la dimensión creativa, según indicadores.	54
Tabla 10 Actividades del tiempo ocio, en la dimensión ecológica.	56
Tabla 11 Actividad del tiempo ocio. En la dimensión ecológica, según indicadores.	57
Tabla 12 Actividades del tiempo ocio, en la dimensión digital.	60
Tabla 13 Actividad del tiempo, en la dimensión digital, según indicadores.	61
Tabla 14 Actividad del tiempo ocio en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria INA 21 de la ciudad de Azángaro. Resultado general	62

ÍNDICE DE ACRÓNIMOS

Dr.	Doctor
M.Sc.	Magister
I.E.S.	Institución Educativa Secundaria
UGEL	Unidad de Gestión Educativa Local

RESUMEN

El presente trabajo de investigación tiene como objetivo determinar las actividades del tiempo ocio en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria INA 21 de la ciudad de Azángaro. El estudio es de tipo descriptivo simple y el diseño diagnóstico. La población estuvo compuesta por 380 estudiantes y la muestra utilizada es de tipo probabilístico de 305 estudiantes entre mujeres y varones, cuyas edades abordan entre \pm en la edad de 12 a 18 \pm . La investigación se ubica en el paradigma cuantitativo, la técnica utilizada fue la encuesta y el instrumento aplicado fue el cuestionario de ocio, para el tratamiento de datos se utilizó el Microsoft Excel. Los resultados señalan que en la dimensión lúdica se ubican en la escala Raramente se encontraron a 85 estudiantes representando el 28%, por otro lado, en la dimensión deportiva que se ubica en la escala Siempre se encontraron a 95 estudiantes representado por 31%, sin embargo, en la dimensión festiva que se ubica en la escala de valoración Siempre se encontraron a 79 estudiantes representado por 26%, por otro lado en la dimensión creativa que se ubica en la escala Nunca se encontraron a 91 estudiantes representado por 30%, en la dimensión ecológica se ubica en escala de valoración Siempre se encontraron a 107 estudiantes representado por 35%, y finalmente la dimensión digital que se ubica en la escala de valoración Siempre se encontraron a 116 estudiantes representado por 38%. Concluyendo que los estudiantes se dedican más a la dimensión digital en un 38% y a la dimensión ecológica en un 35%.

Palabras Clave: Actividades, Estudiantes, Tiempo, ocio, Institución Educativa.

ABSTRACT

The objective of this research work is to determine leisure time activities in students of the INA 21 Secondary Educational Institution of the city of Azángaro. The study is simple descriptive type and diagnostic design. The population was composed of 380 students and the sample used is probabilistic type of 305 students between women and men, whose ages approach between \pm at the age of 12 to 18 \pm . The research is located in the quantitative paradigm, the technique used was the survey and the applied instrument was the leisure questionnaire, for the data processing the Microsoft Excel was used. The results indicate that in the play dimension they are located on the scale. Rarely 85 students were found representing 28%, on the other hand, in the sport dimension that is located on the scale. 95 students were always represented by 31%, without However, in the festive dimension that is located on the assessment scale, 79 students were always represented by 26%, on the other hand, in the creative dimension that is located on the scale, 91 students were never represented by 30%, in the ecological dimension is located on the assessment scale. 107 students were always represented by 35%, and finally the digital dimension that is located on the assessment scale. There were always 116 students represented by 38%. Concluding that students are more dedicated to the digital dimension in 38% and the ecological dimension in 35%

Keywords: Activities, Students, Time, leisure, Occupation.

I. INTRODUCCIÓN

1.1. Planteamiento del problema de investigación

El presente estudio de investigación se aplicó para ver importancia de las actividades del tiempo ocio, en sus distintas dimensiones en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria INA 21 de la ciudad de Azángaro. Sobre el comportamiento cotidiano individual y social, se distraigan de un modo satisfactorio teniendo en cuenta la jornada escolar y el de descanso ya que están pobladas en obligaciones compromisos y ocupaciones múltiples.

El estudio del ocio en los estudiantes de nivel secundario, con el pasar del tiempo se ha visto que los jóvenes de hoy en día ocupan su tiempo en actividades distintas a lo que realizaban los jóvenes de hace 20 años atrás, teniendo como base la influencia de la tecnología en la actualidad, lo que ocasiona que muchas de las actividades se vayan perdiendo, ya que tienen como prioridad la tecnología y toda la transformación que la misma ha traído, dejando de lado las prácticas que se realizaban antes, la ociosidad se define como pasatiempo o matar el tiempo sin medir las consecuencias de este. Como factores de riesgo debemos pensar no solo en su dimensión física sino también en su faceta mental y espiritual.

Por otro lado, también es importante destacar que las relaciones interpersonales de la población juvenil a veces suelen verse afectadas por la tecnología, ya que existe poco contacto físico, lo que puede generar una comunicación anómala y en ocasiones solo se limita a la interacción virtual” a través de las redes sociales y otros medios de comunicación.

1.2. Formulación del problema

¿Cuáles son las actividades del tiempo ocio de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria INA 21 de la ciudad de Azángaro?

1.3. Hipótesis de la investigación

1.3.1. Hipótesis general

Las actividades del tiempo de ocio en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria INA 21 de la ciudad de Azángaro es favorable.

1.3.2. Hipótesis específicas

- 1) Las actividades del tiempo ocio en las actividades lúdicas es favorable en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria INA 21 de la ciudad de Azángaro
- 2) Las actividades del tiempo ocio en actividades deportivas es favorable en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria INA 21 de la ciudad de Azángaro
- 3) Las actividades del tiempo ocio en actividades festivas es favorable en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria INA 21 de la ciudad de Azángaro
- 4) Las actividades del tiempo ocio en actividades creativas es favorable en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria INA 21 de la ciudad de Azángaro
- 5) Las actividades del tiempo ocio en actividades ecológicas es favorable en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria INA 21 de la ciudad de Azángaro
- 6) Las actividades del tiempo de ocio digital es favorable en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria INA 21 de la ciudad de Azángaro

1.4. Justificación del estudio

Con el presente trabajo de investigación se pretende conocer las actividades del tiempo ocio, es una gran preocupación actual que se vienen dando en toda las Instituciones Educativos de nivel Secundario, entendiendo que su tiempo ocio no lo usan de manera adecuada los jóvenes estudiantes ya que hoy en día la sociedad vive en una situación en la que todos vivimos a prisa por no así decirlo, nuestros jóvenes no son la excepción y esto ha hecho que los estudiantes pierdan su esencia del buen uso del tiempo ocio, como la práctica de actividades deportivas, actividades lúdicas, actividades de creativas, etc. Contrariamente en estos últimos años se ve claramente que la mayoría de los jóvenes se dedican a la práctica de las actividades digitales y festivas. Por otro lado, la ausencia de los padres también juega un rol importante ya que la mayoría de los padres migran a otros lugares para mejorar su economía y dejando así de lado a sus hijos, por tal razón la siguiente investigación ayudara al uso adecuado del tiempo ocio.

Murillo (2015). Hoy por hoy el tiempo libre y el ocio se convierten en pieza fundamental de la educación del ser humano, la familia y la escuela quienes actúan como posibilitadores de su adecuada utilización.

Nuviala, Ruiz y Garcia (2003). La sociedad debe intervenir para facilitar la ocupación del niño, en actividades que fortalezcan su desarrollo integral.

Vazsonyi, Pickering, Belliston, Hessing y Junger (2002). Indican que el tiempo que invierten los adolescentes en compañía de amigos sin presencia de familiares, aumenta el riesgo de adoptar hábitos no saludables.

Estudiar el tiempo ocio de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria INA 21, tiene relevancia social porque permitirá conocer una de las tareas importantes para que el tiempo ocio sea utilizada de manera adecuada, en el estudio y en diferentes actividades para el provecho y bienestar de los estudiantes. Por otro lado, el presente trabajo servirá como punto de partida para realizar posteriores investigaciones de carácter experimental o relacionado con otras variables de estudio con la finalidad de aportar con la juventud.

1.5. Objetivos de la investigación

1.5.1. Objetivos generales

Determinar las actividades del tiempo ocio en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria INA 21 de la ciudad de Azángaro.

1.5.2. Objetivos específicos

- 1) Describir las actividades del tiempo ocio en las actividades lúdicas en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria INA 21 de la ciudad de Azángaro
- 2) Analizar las actividades del tiempo ocio en actividades deportivas en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria INA 21 de la ciudad de Azángaro
- 3) Identificar las actividades del tiempo ocio en actividades festivas en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria INA 21 de la ciudad de Azángaro
- 4) Conocer las actividades del tiempo ocio en actividades creativas en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria INA 21 de la ciudad de Azángaro

- 5) Evaluar las actividades del tiempo ocio en actividades ecológicas en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria INA 21 de la ciudad de Azángaro
- 6) Identificar las actividades del tiempo ocio digital en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria INA 21 de la ciudad de Azángaro

II. REVISIÓN DE LITERATURA

2.1.- Antecedentes de la investigación

Carratalá y García (1999) Universidad Valencia. El objetivo es conocer las diferencias entre chicos y chicas adolescentes deportista y no deportistas en las motivaciones hacia la práctica deportiva y en las actividades de ocio y tiempo libre. La muestra de la investigación está compuesta por 464 no deportistas, de los cuales 200 son hombres y 263 mujeres, y 589 deportistas federados en los deportes de judo y baloncesto, de los cuales 394 son hombres y 195 mujeres, todos ellos de edades comprendidas entre los 15 y 17 años. Concluyendo que, dentro del grupo de no deportistas, respondieron a la pregunta, ¿practicar deporte? de forma afirmativa 171 sujetos (36'9%), y que no practicaban deporte 293 (63'1%).

Bailón (2014) Universidad Nacional del Altiplano Puno-Perú, el objetivo fue determinar la ocupación del ocio en estudiantes del séptimo ciclo de la Institución Educativa Secundaria Comercial N° 45 Emilio Romero Padilla de la ciudad Puno. La muestra está constituida de 203 estudiantes del séptimo ciclo. Los resultados de estos análisis nos han permitido arribar a las conclusiones obtenidos por los estudiantes no son adecuados, en las dimensiones del ocio lúdico, ecológico, creativo y festivo se encuentran dentro de la valoración raramente y la dimensión deportiva del ocio se encuentra dentro de la valoración nunca y la dimensión digital se encuentra dentro de la valoración siempre Lo que significa, que los estudiantes tienden a ocupar su tiempo en la dimensión digital.

Ricoy y Fernández (2016) En Murcia-España, el objetivo es analizar las actividades y recursos de ocio de los adolescentes. El trabajo presentado se aborda desde un enfoque cualitativo. Para la recogida de información se utilizó la técnica del relato participando 95

adolescentes, de entre 13 y 17 años. Las conclusiones de la investigación ponen de manifiesto que desarrollan distintas actividades saludables en su tiempo libre a través de recursos variados, las asociadas con la música, así como las de tipo digital. Estas últimas se centran en ver la tv, chatear, navegar por la red y jugar con videojuegos; mientras el uso de las redes sociales adquiere una incidencia moderada.

Sandoval (2016) En la universidad de Nacional Experimental del Táchira-Venezuela, con el objetivo principal fue diagnosticar el uso del ocio y el tiempo libre en los estudiantes. El estudio fue a una población de 7145 estudiantes cursantes de las carreras de Ingeniería y Arquitectura, se tomó con una muestra aleatoria de 365 estudiantes. Se utilizó el cuestionario como técnica de recolección de datos, concluyendo que la actividad que más suelen realizar durante el tiempo libre y de ocio es salir con los amigos; frente a la lectura que representa el menor interés. Los momentos de ocio se dan con mayor frecuencia durante los fines de semana. El desglose de estos resultados permitió proponer pautas para iniciar el desarrollo de programas dirigidos al buen uso del ocio y el tiempo libre.

Expósito, García, Sanhueza y Angulo (2008) Universidad Complutense de Madrid, El objetivo conocer las actividades principales de los alumnos durante los días de ocio, establecer el peso que entre ellas tiene el consumo de alcohol, El rango etario elegido fue entre los 18 y los 23 años de edad, ya que se corresponde a la aproximadamente con la etapa psicosocial. Para este propósito se diseñó un cuestionario auto aplicado que fue denominado “Encuesta sobre la Salud y Actitudes de la Juventud”. Las conclusiones nos indican que “los chicos prefieren ir de copas, practicar deporte y usar ordenadores y vídeo juegos, mientras que las chicas se decantan en mayor medida por las actividades culturales (leer, cine, teatro, exposiciones), por ir de compras y por estar con la pareja”.

Rodríguez (2011) Universidad de Salamanca. Objetivo es conocer las prácticas de ocio en los adolescentes seleccionados, como destinatarios del estudio, a los alumnos de Educación Secundaria Obligatoria, donde las edades de los estudiantes oscilan entre los donde las edades de los estudiantes oscilan entre los 12 y los 16 años. Este periodo de edad amplio se caracteriza por estar en continuo cambio y donde las inquietudes son múltiples. Utilizaron como variables de clasificación, de los 725 alumnos que participaron en el estudio, el nivel educativo en el que se encontraban (1° - 4°). Conclusiones interesantes son el deporte, la informática, la televisión, la lectura, las drogas, etc., temas que están presentes en la vida de cualquier adolescente.

Fleta, Mur de frenne, Garagorri, Moreno y Bueno (1997) Universidad de Zaragoza. El objetivo es valorar la actividad física y ocio, en relación con la categoría socioeconómica, estudiados 1.078 jóvenes de ambos sexos de 24 colegios. El resultado de este estudio muestra que los jóvenes dedican más tiempo a ver la televisión que a hacer ejercicio físico ($p = 0,0001$). En general, los varones muestran preferencia por el ejercicio físico intenso. Los niños de categoría socioeconómica familiar más baja hacen menos ejercicio que los niños de categoría socioeconómica familiar alto ($p \leq 0,05$). En el sexo femenino, a más baja categoría socioeconómica familiar están más horas ante el televisor ($p = 0,0001$). Conclusiones. A la vista de los resultados hallados en este estudio, deberíamos impulsar una diversificación del tiempo de ocio en los adolescentes, para crear en ellos el hábito de la lectura y fomentar los distintos tipos de actividad física, sobre todo en los medios socioeconómicos más desfavorecidos.

Sucari y Guillén (2017) Universidad Nacional de San Agustín en Arequipa-Perú. El objetivo contribuir con el bienestar educativo e incentivar a los estudiantes a tener un mejor

conocimiento e importancia de su tiempo libre u ocio. La población está constituida por 80 estudiantes de todo el cuarto grado de secundaria de la Institución Educativa Simón Bolívar ubicado en el distrito de Socabaya. Los resultados obtenidos podemos decir que el 28,75% posee un nivel bajo de ocio y un 71,25 posee un nivel alto de ocio en los estudiantes, En lo que respecta al rendimiento académico se concluye que el 37,5% está en un nivel regular, el 58,8% se encuentra en bueno y el 3,8% en muy bueno llegando a la conclusión que existe una relación significativa entre el ocio y el rendimiento académico de los estudiantes.

Pascucci (2015) Universidad de Flores. El objetivo de esta investigación es conocer las prácticas de ocio y los beneficios que a ellas asocian los jóvenes. La población está constituida por estudiantes universitarios, con edades entre 18 a 35 años. Son estudiantes de diferentes carreras de grado. Para la primera etapa, una guía de pautas para una entrevista en profundidad semi estructurada que fue aplicada en la etapa cualitativa. En la misma se exploraron las dimensiones del constructo ocio realizándose una comprobación experiencial sobre el mismo partiendo de los planteamientos teóricos indicados. La primera comprobación es que la frecuencia de prácticas de ocio realizadas por los jóvenes universitarios contribuye en el aumento de la percepción de un bienestar general tanto a nivel físico como psíquico, social y espiritual.

2.2. Sustento teórico

2.2.1. El ocio

Ramos, Ponce de León y Sanz (2010) el ocio es una parte imprescindible del ser humano, desde los tiempos de los griegos el ocio es considerado como fuente de felicidad.

Cuenca (2006) quien señala que la pedagogía del ocio tendrá como objetivo contribuir al desarrollo, mejora y satisfacción vital de las personas y comunidades a través de conocimientos, actitudes, valores y habilidades relacionadas con el ocio. De igual manera, la define como una necesidad cuando se asume que el ocio es un ámbito de desarrollo humano.

Verbakel (2013) en esta línea, el ocio se constituye en un espacio y tiempo ideal para el desarrollo de potencialidades individuales que repercutirán en un crecimiento social.

Carreño, Rodríguez y Uribe (2014) para hablar de ocio se realizan asociaciones conceptuales con otros términos que siguen apoyando la delimitación: placer tiempo, juego entre otros, que sirven para asumir un lente de enfoque para narrar, sugerir o planear aspectos del ocio.

Dumazedier (1964) el ocio es un conjunto de ocupaciones a las que el individuo puede entregarse de manera completamente voluntaria, sea para descansar, sea para divertirse, sea para desarrollar su información o formación desinteresada, su participación social voluntaria tras haberse liberado de sus obligaciones profesionales, familiares y sociales.

2.2.2. Ocio como calidad de vida

Trenberth (2005) dice que el ocio y la salud se asocian directamente ya que el ocio es capaz de reducir el estrés que deben enfrentar las personas. Día tras día los índices de estrés son más altos, en donde se encuentran el tráfico, el trabajo, las deudas y la familia, el ocio puede llegar disminuir los rangos de estrés en el sujeto mediante

actividades recreativas que tengan como fin divertir a la persona que los está realizando, define algunos como: natación, atletismo, tenis, ciclismo entre otros, los deportes de contacto pueden llegar a estimular aún más el estrés o los deportes que conlleven una competencia.

2.2.3. El ocio como ámbito educativo

Dumazedier (1964) de hacer del ocio un tiempo educativo, más allá del descanso o la recuperación de fuerzas para el trabajo, ha sido uno de los logros de la Pedagogía-Educación Social de nuestro tiempo, especificada en temáticas como «la educación permanente, la animación sociocultural, la función cultural y educativa de la ciudad, la planificación y control de los espacios de ocio, en tanto que elementos de solaz, de fiesta y de formación y, en definitiva, se prolonga hacia la participación de los poderes públicos en la determinación de políticas completas y coherentes de ocio

2.2.4. Direccionalidad del ocio

a) La direccionalidad positiva del ocio

Cuenca (2000) va unido a la vivencia gratificante del mismo, tanto desde el punto de vista de la persona como desde el de la sociedad. Habitualmente pensamos en el ocio vinculado a una experiencia de este tipo. Considera desde un punto de vista personal.

Cuenca (1995) la direccionalidad positiva que adquiere el ocio se relaciona con una vivencia gratificante del mismo, desde el punto de vista de la persona y también de la sociedad.

b) La direccionalidad negativa del ocio

Cuenca (2000) se manifiesta cuando la realización de esta experiencia se muestra perjudicial, bien para la sociedad en la que dicha acción se realiza, bien para el propio sujeto que la vivencia.

c) Ocio ausente

Cuenca (2014) ocio Ausente entendemos la carencia de ocio, una vivencia en la que el sujeto percibe la ausencia de vivencias libres, satisfactorias y gratuitas. Dicho en términos coloquiales, sería algo así como la percepción de un tiempo vacío, lleno de aburrimiento.

Cuenca (1995) cuando el ocio ausente se encuentra “presente” en la vida de cada persona, puede percibir el tiempo libre como un espacio carente de sentido y tedioso, o como un tiempo en el que no posee estrategias para ocuparlo dejando que surjan, en ocasiones conductas patológicas que no benefician en absoluto su desarrollo personal.

d) Ocio autotelico

Cuenca (2009) defiende el derecho de descanso activo y diversión provocada por experiencias de ocio autotélicas, como modo de mantener un equilibrio con la realidad cotidiana, así como periodos de descanso pasivo regenerador para mantener una buena salud física y mental.

Cuenca (2000) es una experiencia vital, un ámbito de desarrollo humano que, partiendo de una determinada actitud ante el objeto de la acción, descansa en

tres pilares esenciales: elección libre, fin en sí mismo (autotelismo) y sensación gratificante. El ocio autotélico se diferencia claramente de los otros tipos de ocio y, desde nuestro punto de vista.

2.2.5. Dimensiones del ocio

San Salvador del valle (2000) entendemos por dimensión, cada uno de las magnitudes de un conjunto que sirve para definir un fenómeno. Por lo tanto, cada dimensión es un aspecto del fenómeno que configura

Cuenca (2000) el ocio autotélico se diferencia claramente de los otros tipos de ocio y, desde nuestro punto de vista, su realización se lleva a cabo a través de las dimensiones lúdica, deportiva, ambiental-ecológica, creativa, festiva y solidaria.

1) Dimensión lúdica del ocio

Cuenca (1995) entendido como diversión, distracción, juego, etc., que resulta necesario para el equilibrio físico y psíquico del individuo.

Entralgo (1993) Afirma que el juego es una vía de acceso a la realidad. Cualquier actividad del hombre puede ser juego y, así mismo tiempo, a cualquier realidad puede acceder por vía lúdica.

Cuenca y Izaguirre (2010) se corresponde con el mundo de los juguetes, los hobbies, los deportes, la recreación y los entretenimientos que se incorporan a los hábitos de vida, como ocurre actualmente con los parques de atracciones. Interesa también el apoyo social o institucional que reciben y los vínculos que se establecen a partir de sus vivencias.

Cuenca (2000) encontramos las ocupaciones relacionadas con el juego, los juguetes, deportes, bricolaje y hobbies. Junto a ellas podemos pensar en el trabajo que se desarrolla en torno a los distintos clubes deportivos, a los parques de atracciones y parques temáticos o la multitud de especialistas que ejercen su trabajo en las grandes industrias de la diversión, el mundo de la televisión, el cine, los juegos electrónicos o el reciente campo de la realidad virtual.

a. Juego

Rebollo (2013) el juego actividad intrínseca a la naturaleza humana es una práctica habitual natural y espontánea en la etapa infantil suponiendo uno de los fenómenos más valiosos y naturales de la vida.

Piaget (1951) al describir el juego se centra en el uso de normas diferenciando juegos con normas y sin normas, y equipara el cambio de un juego sin límites a uno basado en normas con el desarrollo de la infancia ya que los juegos basados en normas requieren de la socialización.

b. Juegos electrónicos

Ataurima (2003, p. 22). sostienen que los videojuegos: "Son juegos electrónicos en donde, uno participa de mundos completamente virtuales, interactuando con personas reales, generando grupos de ataque, mejorando habilidades, y estableciendo vínculos de amistad en base a cumplir con misiones fantásticas. Es un mundo aparte atrapante al que no es fácil ingresar de inmediato. Uno toma el rol de un personaje ficticio, para vivir experiencias que nada tiene que ver con el día a día."

c. Video juego

Gil y Vida (2007) los videos juegos son programas informáticos diseñados para el entretenimiento y la diversión que se pueden utilizar a través de varios soportes como las videoconsolas, los ordenadores o los teléfonos móviles.

Pueden ser máquinas diseñadas principalmente para jugar con videojuegos como por ejemplo las consolas domésticas o portátiles. Su diseño responde a criterios de funcionalidad lúdica, e incorporan los llamados mandos, pads o joysticks que son los objetos con los que los jugadores pueden interactuar con el videojuego a través de diversos movimientos de palancas, ruedas, la presión de algunas de sus partes o incluso el propio movimiento del mando.

Frasca (2001) menciona a cualquier forma de software de entretenimiento por computadora, usando cualquier plataforma electrónica y la participación de uno o varios jugadores en un entorno físico o de red.

d. Juegos de mesa

Los juegos de mesa también hacen referencia al deporte muy reconocido como el tenis, ping-pong o el mismo tenis de mesa, el ajedrez, las barajas, estos juegos servirán para que en adolescentes mejoren la coordinación y la recepción se los puede realizar con raquetas, tablas, ya sea en mesa o simplemente en el piso.

e. Juegos tradicionales

Andreu (2010) ya el mismo comienzo del juego popular suele tener características peculiares. Para el reparto de los papeles se suele emplear el azar

o, simplemente, la exigencia de una mayor habilidad. Algunas de las formas más usuales de sorteo están hechas con una moneda al aire o tirarla a una raya, hacer pares/nones con los dedos de la mano, con series de números o canciones, etc. Esto ya es tradición popular.

Trigueros (2000) considera que los juegos tradicionales cumplen una función de enculturación, conservación y transmisión de los valores de la cultura popular, proporcionando una actividad motriz acorde con las características de los participantes y facilitando las relaciones sociales entre inter-generaciones, ayudando a conservar tradiciones de transmisión oral y de patrimonio lúdico; y por ello tienen un gran valor en sí mismo.

2) Dimensión deportiva

Cuenca (2000) las experiencias deportivas contribuyen al desarrollo integral de la persona, incrementan las capacidades de tipo motor, fomentan las relaciones sociales, y promueven los hábitos de salud e higiene corporal. La práctica deportiva puede contribuir a que el sujeto se extienda, se sienta aceptado por los demás, tenga éxito, aprenda a trabajar en equipo, sea más competente y autónomo, y mejore su forma física.

a. Fútbol

Vergara (2010) es un deporte de colaboración oposición practicando entre dos equipos de once jugadores, uno de los cuales es el guardameta. La finalidad del juego es hacer pasar un balón de cuero por una portería que defiende el arquero del equipo contrario, para lo contrario el balón debe ser impulsado con cualquier parte del cuerpo excepto brazos y manos.

El juego dividió en dos tiempos de 45 minutos cada uno, a los que el árbitro añade tiempo el tiempo que estime pedido por causas ajenas al desarrollo normal del juego. Se inicia un saque del medio desde el centro de la cancha por parte del equipo a quien por suerte corresponde esta primera acción, en esta situación, de la que no se puede obtener un tanto directamente, todos los jugadores deben encontrarse por fuerza del círculo central y en su propio terreno.

b. Voleibol

Vergara (2010) el voleibol es un deporte de participación colectiva que se practica entre dos equipos de seis jugadores cada uno, su objetivo es enviar el balón con un golpe reglamentario por encima de la red dentro de los límites del campo contrario, tratando de que el adversario no pueda contestarla o evitar que caiga al piso. Ambos equipos se sitúan en un espacio rectangular de 18 x 9. Los jugadores se disponen en dos líneas de tres jugadores: los delanteros más próximos a la red y las defensas, más alejadas de ella, dichas campo está dividida por una red que lo deja partido en dos mitades iguales 9 x 9 m. Cada equipo tiene derecho a tocar la pelota la pelota tres veces, como máximo, antes de devolverla al campo contrario.

c. Basquetbol

Wissel (2011) en la actualidad, el baloncesto es el deporte que se desarrolla con más rapidez en todo el mundo. El partido de baloncesto se juega entre dos equipos de cinco jugadores en una pista. El objetivo de cada equipo es marcar puntos metiendo un balón en la propia canasta e impedir que el otro equipo haga lo

mismo. Para hacer avanzar el balón solo está permitido pasarlo con las manos o driblar golpeando con la yema de los dedos o botándolo) sin tocarlo con ambas manos al mismo tiempo. Las técnicas fundamentales incluyen el juego de piernas, lanzar, pasar y recoger, driblar o botar, rebotar, realizar jugadas con el balón, mover el balón y defender.

d. Futsal

Agulló (2003) respecto al futsal precisa: es un deporte semejante al fútbol que se suele jugar en un recinto cubierto entre dos equipos de cinco jugadores sobre un terreno de aproximadamente 40 x 20 m. El futsal es una disciplina deportiva de oposición-colaboración, que se juega con un balón y dos porterías en un terreno de 40 x 20 metros, entre dos equipos de cuatro jugadores y un arquero defendiendo cada uno una portería con el objetivo de anotar un gol con el pie en el arco rival.

e. Natación

Perea. (2009) la natación es un deporte físico de los más complejos, ya que en su ejecución intervienen todo el músculo del cuerpo humano. En este deporte el cuerpo se desliza en el agua procurando estar lo más horizontal posible para un mejor deslizamiento por el medio del movimiento alternados de pies y brazos, y una debida coordinación de la respiración.

f. Atletismo

El atletismo es una disciplina deportiva que reúne un conjunto muy variado de especialidades agrupadas en cuatro grandes modalidades: carrera de velocidad,

carrera de semi fondo y fondo, saltos y lanzamientos, agrupados todos estos en dos categorías de pruebas, competiciones de pista y de campo.

g. Tenis

Diem (1966) el tenis podemos enmarcarlo en el género de deportes de pelota, los cuales presentan diversos precedentes en la historia. Bien es sabida la importancia que han tenido estos juegos a lo largo de las civilizaciones, en Grecia, hay cuantiosas pruebas que afirman la importancia de estos juegos. Entre las mismas podemos encontrar la pelota de cuero de 75 cm. de diámetro, que se cocía con cordel y se rellena de serrín y que fue hallada en Tebas, o bien la estatua fundada en honor a Aristón de Caristios, entrenador de pelota de Alejandro Magno, quien era gran aficionado a dichos juegos. Del mismo modo, los juegos de pelota, pueden remontarse al origen de las civilizaciones aztecas, donde constituían una parte importante en sus vidas, ya que, en las celebraciones religiosas, tras las batallas, los guerreros festejaban el triunfo lanzándose entre sí el objeto más preciado tras la guerra, la cabeza del rival.

h. Taekwondo

Taekwondo, pronunciación: tʰɛ.kʷɔn.do) fue un arte marcial, ahora transformado casi en su totalidad en un deporte de combate. Es considerado como deporte olímpico de combate desde el año 1984, cuando fue introducido como deporte de demostración en los juegos olímpicos realizados en la ciudad de Los Ángeles en los Estados Unidos. El Taekwondo se destaca por la variedad y espectacularidad de sus técnicas de patada y, actualmente, es una de los sistemas

más conocidos. Aunque fue unificado en los años 70's por el kukkiwon; el Taekwondo se basa fundamentalmente en artes marciales mucho más antiguas como el kung fu o wu shu chino, en algunas de sus técnicas a mano abierta, el taekkyon coreano en la forma y realización de los golpes con el pie, y en el karate-do okinawense y japonés.

3) Dimensión ecológica del ocio

Goytia (2007) es una dimensión vinculada al desarrollo de la recreación al aire libre y al turismo que, habitualmente, es un desplazamiento en el que se busca estar o conocer un lugar determinado por sus características.

Cuenca (2000) desarrollan su tarea distintos profesionales de los espacios de ocio: plazas de juego, parques, playas, lugares de vacaciones, zonas de paseo, recreo y adecuación de espacios naturales. También se contempla aquí el creciente desarrollo de las actividades al aire libre, los nuevos deportes de riesgo, las organizaciones de montaña, el turismo cultural y ecológico o el reciente desarrollo del agroturismo.

a. Campamentos

Castañeda (2011) es definido como una actividad al aire libre que tiene un propósito determinado. Este fin puede ser utilitario, educativo, de supervivencia, de guerra o de interés social. Lógicamente para la especialización en educación para la recreación comunitaria el campamento organizado y con carácter educativo que lleva a la comunidad respectiva a desarrollar en el ámbito recreativo.

b. Actividades al aire libre

Ramos (1986) son aquellas actividades que se desarrollan en un medio natural, permitiendo la integración del individuo con la naturaleza, preservando los recursos naturales y haciendo buen uso del tiempo libre. Ejemplos de actividades con estas características son: conocimiento sobre parques naturales, parques recreacionales y monumentos naturales, arreglo del morral y carpas, conservación y reforestación, conocimiento de las características y equipos para excursiones y campamentos. Por otro lado, no siempre es posible salir al campo o al monte, por lo que alguna de estas actividades deberá realizarse en paseos, jardines, campas, riberas de ríos, etc.

c. Jardinería

La jardinería es el arte u oficio de cuidar y cultivar un jardín, entendido éste como el terreno donde se cultivan plantas con motivo ornamentales. Cuando hablamos de jardinería, estamos pensando en la salud y crecimiento de las plantas y en el hecho de que completen un ciclo vital en buenas condiciones. Ésta actividad es un intento de domesticar la naturaleza, desde el más modesto jardín familiar hasta los grandes parques públicos. La jardinería tiene importantes repercusiones sobre el paisaje, el suelo, los ríos, la atmósfera, la fauna y flora.

d. Recreación al aire libre

Salazar y Salas (1999) específicamente, las actividades recreativas que se desarrollan al aire libre incluyen correr, esquiar, escalar, pescar, andar en bicicleta y actividades relacionadas con la naturaleza como identificación de plantas o

animales, estudios de preservación, caminatas, campamentos y picnics, entre otras.

e. Parques

Rivera (2014) el parque es uno de los escenarios urbanos más reconocidos en lo que concierne a espacios de recreación. A través de la historia, se han creado parques por motivos ambientales y, entre muchas otras opciones, como un recurso paisajístico que favorece a la recreación y descanso de los habitantes de un asentamiento humano. Actualmente es un lugar propicio para escapar de las presiones y rutinas cotidianas de la vida urbana; es el lugar de juego de y diversión de los niños y jóvenes, así como para el descanso y paseo de las personas adultas.

4) Dimensión creativa del ocio

Cuenca (2000) nos asomamos a la cultura como mundo laboral, a los empleos en los museos, los teatros, las asociaciones culturales, las salas de conciertos y espectáculos, los centros juveniles o de tercera edad; a los coros, orquestas y demás manifestaciones musicales; al mundo de la literatura, la poesía, la novela o las revistas especializadas.

Pieper (1974) señala que una especialización de las tareas del trabajo está alejando a la sociedad de una visión de conjunto de la realidad. El ocio acerca a las personas a los saberes que faltan, al denominado por algunos como «conocimiento inútil» o conocimiento no productivo.

a. Lectura

Gutiérrez (2009) la lectura es una acción personal que nunca se termina de perfeccionar por ello es importante su práctica diaria, es una tarea a la que hace unos años no podían acceder muchas personas cuyo aprendizaje en sí entraña un gran éxito porque es la llave de nuestra identidad. Cada vez que leemos nuestra mente se enfrenta a nuevos retos, a distintas visiones, opiniones con la que no convertimos en seres capaces de poder dar forma a nuestras ideas y de esa forma comprender el mundo, ya que a través de la lectura se conoce y por lo tanto es más difícil que seamos manipulables.

b. Prácticas culturales

Según la UNESCO Las manifestaciones no materiales emanan de una cultura a través de saberes (conocimientos y modos de hacer comunidades), celebraciones (rituales espirituales, festividades, prácticas de la vida social), formas de expresión (manifestaciones literarias, musicales, plásticas, escénicas, lúdicas, entre otras) y lugares (mercados, ferias, santuarios, plazas y demás espacios donde tienen lugar prácticas culturales.

5) Dimensión festiva del ocio

Cuenca (2000) destacaría el nuevo desarrollo de las fiestas, desde bodas a cumpleaños y otras múltiples celebraciones; sin olvidar las fiestas tradicionales, los festivales y las celebraciones específicas en clubes y restaurantes. A menudo se olvida la labor que llevan a cabo peñas, comparsas, cofradías y otras múltiples agrupaciones festivas tradicionales.

Ortega y Izaguirre (2010) las vertientes de la dimensión festiva son, por un lado, las fiestas comunitarias-públicas, habitualmente abiertas a la participación de todos y, por otro, las personales familiares caracterizadas por estar referidas a un círculo limitado de personas y llevarse a cabo en espacios privados.

a. Fiestas

Escudero (2017) la experiencia festiva recorre la historia de la humanidad imprimiendo pautas de una práctica cultural universal en que espacio y tiempo configuran otros modos de vida. Aquí la importancia de la fiesta radica en la socialización en torno a condiciones económicas, políticas y culturales que se expresan en la práctica social. La fiesta en el Ecuador ha constituido un fenómeno social latente en las distintas etapas de su historia.

Durkhlím (1982) las fiestas, y en particular las tradicionales, ritualizan de forma recurrente el particularismo, actualizando y reafirmando el sentimiento de formar parte de una comunidad local, regional, nacional- y reproduciendo simbólicamente la identidad colectiva de ésta. Así lo puso de manifiesto durkheim en *Las formas elementales de la vida religiosa*: Todo nos conduce, pues, hacia la misma idea: los ritos son, ante todo, los medios por los que el grupo social se reafirma periódicamente.

b. Eventos

Que se orientan hacía el ámbito privado, familiar o de relaciones humanas, sin pretender otro rédito que los afectivos o que inducen al mejoramiento de los

vínculos humanos: Casamientos, Cumpleaños, Asados, Tés, Aniversarios, Reuniones religiosas, Actos folklóricos, de Colectividades, etc.

c. Folklore

Mulla (2011). el término folklore tiene su procedencia etimológica en la unión de los vocablos ingleses folk, que significa “pueblo”, y lore, que significa “conocimiento”. Por ello, el término hace referencia al estudio de la cultura de un pueblo incluyendo aspectos como proverbios, tradiciones, historia, costumbres, música, supersticiones, bailes, juegos, frases hechas, vestimenta, religión, ritos, leyendas, mitos y transmisiones orales como por ejemplo los cuentos tradicionales.

d. Patrimonio

Viladevall (2003, p. 17). Define como patrimonio “aquellos aspectos culturales a la cual la sociedad le contribuye ciertos valores específicos los cuales, a grandes rasgos podrían resumirse en históricos, estéticos y de uso a su vez recalca que el patrimonio es una constitución sociocultural que tiene un significado especial para aquel grupo que lo realiza, lo hereda y lo conserva. El patrimonio adquiere nuevos significados y usos a través del tiempo, no solo los efectos naturales del mismo, sino también por los cambios sociales y culturales que permitan al bien patrimonial perder o adquirir valor”

6) Dimensión solidaria del ocio

Cuenca (2000) tiene una importancia creciente, en los grupos y asociaciones de voluntarios que invierten su tiempo libre en la ayuda desinteresada a grupos de población desfavorecidos,

o en la difusión y el desarrollo de ideas altruistas y valiosas, unas veces de carácter religioso, otras simplemente cívicas.

Caride y López (2002) nos lleva a hablar de un ocio entendido como satisfacción enraizada en el hecho de ayudar desinteresadamente a otros, independientemente de la actividad realizada en sí misma. Se concreta en la acción de grupos de voluntariado o asociaciones de ocio, abundantes en comunidades abiertas, en las que madura la responsabilidad y el compromiso.

2.2.5. Ocio digital

Viñals (2013) desde un enfoque amplio del término, por ocio digital comprendemos a todas las oportunidades de ocio que se encuentran ligadas a las posibilidades que ofrece el uso de las nuevas tecnologías. Esto es, el ocio que se disfruta y experimenta a través del uso del ordenador, Internet, las consolas de juegos, los teléfonos móviles y los diversos dispositivos digitales emergentes producto del desarrollo constante e innovador de la industria tecnológica: los Ipad, las tabletas, los Mp3, los e-books, y un largo etcétera. Soportes tecnológicos, que no han hecho otra cosa que modificar las formas de experimentar el ocio.

Stebbins (1992) el ocio digital se construye de tal manera que va más allá de un entretenimiento pasajero y puede convertirse en un aporte para quien realiza ocio digital.

a. Redes sociales

(Celaya 2008, p. 23). “Las redes sociales son lugares en Internet donde las personas publican y comparten todo tipo de información, personal y profesional, con terceras personas, conocidos y absolutos desconocidos”

Bartolomé (2008) las redes sociales reflejan lo que en tiempos se mostraba mediante socio gramas: una serie de puntos representando individuos, notablemente personas, unidos mediante líneas que representan relaciones. El carácter de una red social puede ser muy variado, así como el motivo aglutinador: desde el sexo a la afición por los viajes, las redes sociales mueven el mundo, aunque evidentemente, algunas los mueven más que otras.

b. Internet

Leiner et ál (2009) internet es un conjunto descentralizado de redes de comunicación interconectadas, garantizando que las redes que la componen funcionen como una sola de manera que puedan intercambiar datos entre ellas con alcance mundial.

Wilbur (2000) según esta posición, Internet es un espacio utópico, un ninguna parte-alguna parte, un ideal en el que los individuos son capaces de reencontrar los sentidos y la experiencia de la comunidad.

2.3. Marco conceptual

Juego. Actividad lúdica, espontanea, voluntaria, sin reglas oficiales y que tiene un fin en sí mismo.

Deporte. Juego que consiste en el cumplimiento coordinado de los esfuerzos físicos y morales, según un tema arbitrariamente determinado, llamado reglamento y que está institucionalizado.

Tradicional. Especifica que viene arrastrado a lo largo del tiempo, dándose a conocer de generación en generación. Generalmente se derivan del quehacer diario y se han extendido gracias a la difusión oral y jugada.

Ocio. Ocio es el descanso, cese o interrupción del trabajo; o también se puede definir como el tiempo libre de una persona, o el tiempo recreativo que un hombre utiliza para su placer y de manera voluntaria, y la satisfacción de las necesidades básicas de un individuo como dormir y comer. El ocio excluye todo lo que se refiere a las obligaciones laborales y ocupaciones habituales

Ocupación. Hace referencia a lo que ella se dedica; a su trabajo, empleo, actividad o profesión, lo que le demanda cierto tiempo, y por ello se habla de ocupación de tiempo parcial o completo, lo que le resta tiempo para otras ocupaciones.

Lúdico. Es aquello que se puede realizar en el tiempo libre, con el objetivo de liberar tensiones, huir de la rutina diaria y de las preocupaciones, y para obtener un poco de placer, diversión y entretenimiento, así como otros beneficios

Digital. El término digital se usa comúnmente para referirse a todos aquellos sistemas que representan, almacenan o usan la información en sistema binario, esto es, a casi todos los aparatos electrónicos e informáticos que nos rodean actualmente.

III. MATERIALES Y MÉTODOS

3.1. Ubicación geográfica del estudio

La investigación se realizó en el distrito de Azángaro provincia de Azángaro del departamento de Puno, en la Institución Educativa Secundaria INA 21 se encuentra ubicado en el barrio cultural puente, en el jirón Lima N° 750 al costado de la UGEL Azángaro.

3.2. Población y muestra del estudio

3.2.1. Población

La población estuvo constituida por todos los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria INA 21 de la ciudad de Azángaro.

Tabla 1 población

Grado	Sección				Total
	A	B	C	D	
1ro	25	24	24	-	73
2do	24	26	24	20	94
3ro	15	18	19	18	70
4to	21	16	15	16	68
5to	17	27	14	17	75
TOTAL	102	111	96	71	380

Fuente: según nómina de IES INA 21 Azángaro

3.2.2. Muestra

Cálculo del tamaño de la muestra conociendo el tamaño de la población. La fórmula para calcular el tamaño de muestra cuando se conoce el tamaño de la población es la siguiente:

$$n = \frac{N \times Z_a^2 \times p \times q}{d^2 \times (N - 1) + Z_a^2 \times p \times q}$$

En donde:

N = tamaño de la población

Z = nivel de confianza,

P = probabilidad de éxito, o proporción esperada

Q = probabilidad de fracaso

D = precisión (Error máximo admisible en términos de proporción).

N = tamaño de muestra

N	380
P	0.5
Q	0.5
Z	1.96
D	0.025
Muestra	305

3.3. Diseño estadístico

El tipo de investigación corresponde al tipo descriptivo simple y el diseño diagnóstico.

3.4. Confiabilidad del instrumento

Se presenta el análisis de las actividades del tiempo ocio y estadísticas de los ítems y el estudio de la fiabilidad de la escala total se presenta de los 37 ítems de la variable actividades del tiempo ocio en los estudiantes de la institución educativa secundaria INA 21 de la ciudad

de Azángaro. Para el cálculo de la fiabilidad total de la escala se utilizó el procedimiento clásico propuesto por Cronbach y que implementa el software SPSS versión 24. El coeficiente de Alfa debe interpretarse como un indicador de la consistencia interna de los ítems puesto que se calcula a partir de la covarianza entre ellos. Además, nos presenta el límite inferior de la fiabilidad de la prueba obteniendo estadísticas de fiabilidad de Alfa de Cronbach de 0,867. Y un Alfa de Cronbach basado en elementos estandarizados de 0,869, tal como lo demuestra el siguiente cuadro.

Estadísticas de fiabilidad		
Alfa de Cronbach	Alfa de Cronbach basada en elementos estandarizados	N de elementos
,867	,869	37

Concluimos que a partir de la fiabilidad del Alfa de Cronbach de 0,867 con un nivel de intervalo de confianza del 95%, que la fiabilidad obtenida resulta estadísticamente significativa. Por lo tanto, la aplicabilidad de dicho instrumento es viable desde el punto de vista estadístico.

3.5. Procedimiento

El procedimiento de datos, se realizó con un método estadístico, de acuerdo al diseño estadístico. Para ello se utilizó Microsoft Office Excel 2016.

3.7. Variable

VARIABLES	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE VALORACIÓN	INSTRUMENTOS
VARIABLE Actividades del tiempo ocio	1. Lúdica.	1.1. Te diviertes mediante video juegos. 1.2. Te entretienes con los juegos tradicionales. 1.3. Practicas juegos de mesa (damas, cartas, entre otros). 1.4. Te diviertes mediante los juegos tradicionales (dancing, pinboll, tragamonedas, entre otros).	1. Nunca. 2. Raramente. 3. Con alguna frecuencia. 4. Muchas veces. 5. Siempre.	Cuestionario
	2. Deportiva.	2.1. Natación. 2.2. Judo, karate, taekwondo, etc 2.3. Futbol. 2.4. Baloncesto. 2.5. Voleibol. 2.6. Tenis. 2.7. Futsal. 2.8. Atletismo.		
	3. Festiva.	3.1. Celebrar fiestas, en una casa, con la familia. 3.2. Celebrar fiestas, en una casa, con los amigos. 3.3. Participar en fiestas organizados en el barrio. 3.4. Participar en fiestas organizados en la ciudad. 3.5. Participar en fiestas organizados por el colegio. 3.6. Salir a comer o cenar a un restaurante con la familia.		
	4. Creativa.	4.1. Hacer alguna colección (libros, videos, entre otros.) 4.2. Leer revistas, periódicos, libros. 4.3. Hacer pasatiempos: crucigramas, sopas de letras. 4.4. Visitar a una exposición, museo 4.5. Cerámica (manualidades). 4.6. Ir al cine o teatro		
	5. Ecológica	5.1. Salir a jugar al parque. 5.2. Dar paseos por la ciudad. 5.3. Dar paseos por el campo. 5.4. Hacer excursiones. 5.5. Cultivar la agricultura. 5.6. Cuidar algún animal doméstico. 5.7. Cuidar plantas. 5.8. Ocuparse del jardín.		
	6. Digital.	6.1. Internet. 6.2. Google. 6.3. Facebook. 6.4. Youtube.		

IV. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1. Resultados

Los resultados se obtendrán del cuestionario aplicado en la institución educativa, a los cuales se les aplica cálculos estadísticos y nos generan los resultados en representaciones gráficas.

Tabla 2 Actividades del tiempo ocio, en la dimensión lúdica.

	INDICADOR	N	%
1	Nunca	70	23%
2	Raramente	85	28%
3	Con alguna frecuencia	46	15%
4	Muchas veces	55	18%
5	Siempre	49	16%
	TOTAL	305	100%

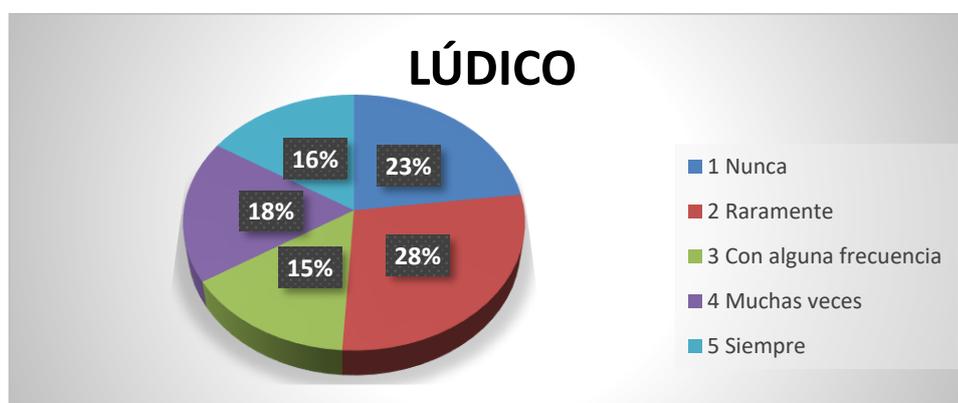


Figura 1 Actividades del tiempo ocio, en la dimensión lúdica.

Interpretación:

En la tabla y figura 1, en la dimensión lúdica, se observa que raramente realizan la actividad lúdica un 28% que representa a 85 estudiantes, el 23% que representa a 70 estudiantes nunca practican actividades lúdicas, el 18% que representa a 70 estudiantes muchas veces practican

actividades lúdicas, el 16% que representa a 49 estudiantes siempre practica actividades lúdicas y un 15% que representa 46 estudiantes con alguna frecuencia practica actividades lúdicas.

Tabla 3 Actividad del tiempo ocio, en la dimensión lúdica, según indicadores.

Dimensión	Indicadores	Nunca	Raramente	Con alguna Frecuencia	Muchas Veces	Siempre	Total de Estudiantes
		1	2	3	4	5	
Lúdica	Diversión mediante video juegos.	63	95	38	53	56	305
	Entretenimiento con juegos tradicionales.	49	96	43	65	52	305
	Practicas juegos de mesa (damas, cartas, entre otros)	53	86	58	54	54	305
	Te diviertes mediante juegos electrónicos (dancing, PinBall, tragamonedas, entre otros)	110	67	38	49	41	305

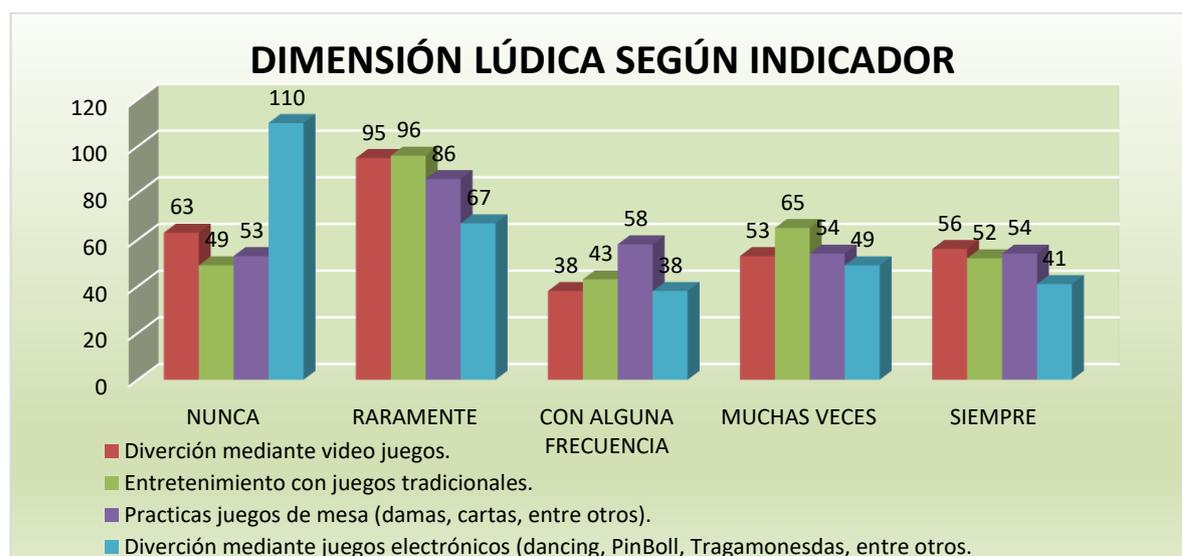


Figura 2 Actividad del tiempo ocio, en la dimensión lúdica, según indicadores.

Interpretación:

En la tabla y figura 2, se muestra los resultados que pertenecen a las actividades del tiempo ocio. En la dimensión lúdica, según indicadores:

- En el indicador de diversión mediante video juegos se observa que es practicado raramente y nunca, los cuales están representados con 95 y 63 estudiantes respectivamente. Ello refleja la poca práctica de este indicador.
- En el indicador de entretenimiento con juegos tradicionales se observa que es practicado raramente por los estudiantes en su mayoría, representado por 96 estudiantes y otra cantidad de 65 lo practica muchas veces.
- En el indicador de práctica juegos de mesa (damas, cartas entre otros) se observa que al igual que las anteriores dimensiones es practicado raramente, representado con 86 estudiantes y 58 estudiantes encuestados lo practica con alguna frecuencia.
- En el indicador de diversión mediante juegos electrónicos (dancing, PinBol, tragamonedas entre otros) se observa que nunca es practicado por la mayoría de estudiantes que es representado por 110 estudiantes y raramente es practicado por 67 estudiantes. Ello refleja que este indicador no es de la preferencia de los estudiantes.

Tabla 4 Actividades del tiempo ocio, en la dimensión deportiva.

	INDICADOR	N	%
1	Nunca	58	19%
2	Raramente	64	21%
3	Con alguna frecuencia	36	12%
4	Muchas veces	52	17%
5	Siempre	95	31%
	TOTAL	305	100%

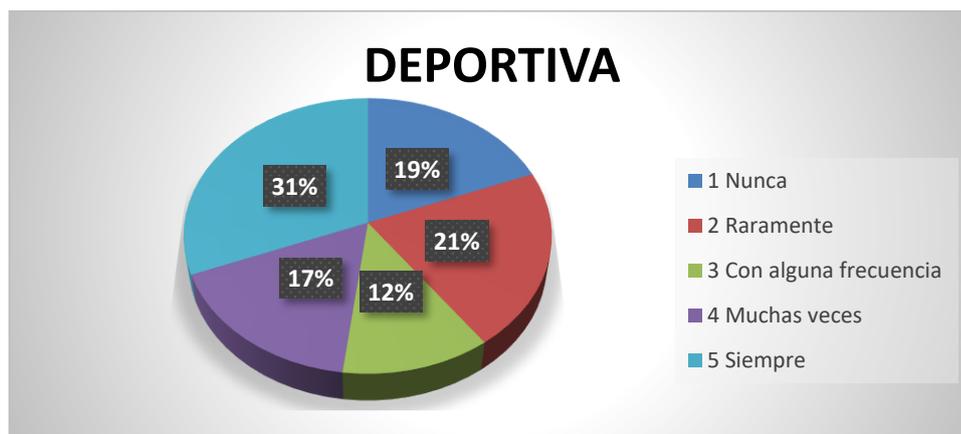


Figura 3 Actividades del tiempo ocio, en la dimensión deportiva.

Interpretación:

En la tabla y figura 3, en la dimensión deportiva, se observa que siempre es practicado la actividad deportiva por un 31% que representa a 95 estudiantes, el 21% que representa 64 estudiantes que practica raramente la actividad deportiva, el 19% que representa a 58 estudiantes nunca practica actividades deportivas, el 17% que representa a 52 estudiantes que practican muchas veces la actividad deportiva y un 12 % que representa a 36 estudiantes que con alguna frecuencia practican las actividades deportivas.

Tabla 5 Actividad del tiempo ocio, en la dimensión deportiva, según indicadores.

Dimensión	Indicadores	Nunca	Raramente	Con alguna Frecuencia	Muchas	Siempre	Total de Estudiantes
		1	2	3	4	5	
Deportiva	Natación	70	102	57	37	39	305
	Judo, kárate, taekwondo	174	74	26	18	13	305
	Fútbol	11	43	38	72	141	305
	Baloncesto	37	70	47	71	80	305
	Voleibol	25	68	41	53	118	305
	Tenis	149	66	29	23	38	305
	Futsal	23	44	29	67	142	305
	Atletismo	30	84	48	67	76	305

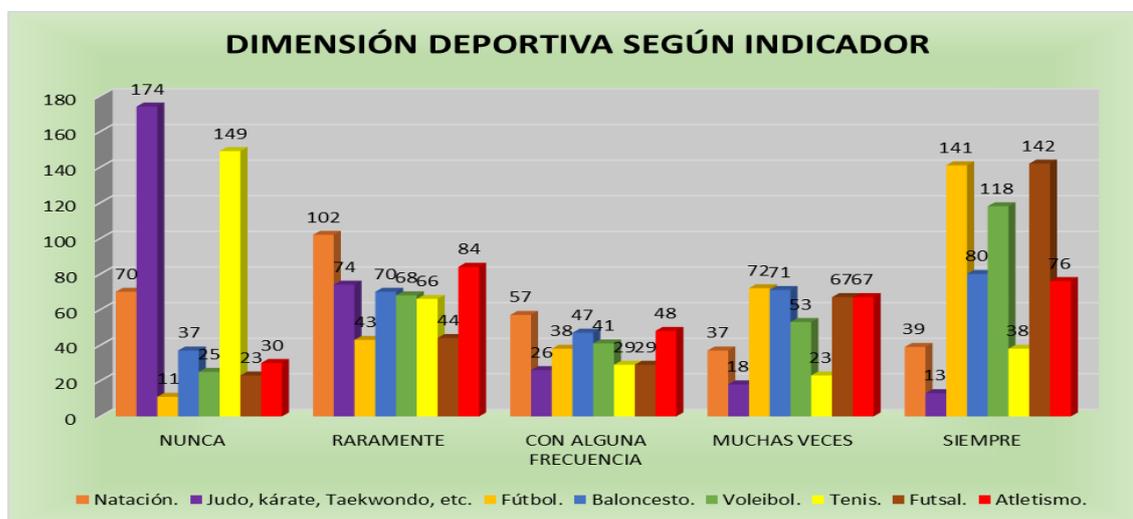


Figura 4 Actividad del tiempo ocio, en la dimensión deportiva, según indicadores.

Interpretación:

En la tabla y figura 4, se muestra cantidad de estudiantes en la actividad del tiempo ocio. En la dimensión deportiva, según indicadores:

- En el indicador de natación se observa que es practicado raramente por a la mayoría de los estudiantes representado por 102 estudiantes y nunca es practicado por 70 estudiantes.
- En el indicador de judo, karate, taekwondo, etc. se observa que nunca es practicado por la mayoría de los estudiantes, ello está representado por 174 estudiantes y raramente es practicado por 74 estudiantes.
- En el indicador de futbol se observa que siempre es practicado por la mayoría de los estudiantes, representado con un total de 141 estudiantes y muchas veces es practicado por 72 estudiantes.
- En el indicador de baloncesto se observa que al igual que al anterior indicador la mayoría de los estudiantes lo practica siempre, representado por 80 estudiantes y muchas veces es practicado por 71 estudiantes.
- En el indicador de voleibol se observa que siempre es practicado por la mayoría de los estudiantes, representado por 118 estudiantes y raramente lo practican 68 estudiantes.
- En el indicador de tenis se observa que nunca es practicado por la mayoría de los estudiantes, representado por 149 estudiantes y raramente es practicado por 66 estudiantes.
- En el indicador de futsal se observa que siempre es practicado por la mayoría de los estudiantes, representado por 142 estudiantes y muchas veces es practicado por 67 estudiantes.

- En el indicador de atletismo se observa que es raramente practicado por la mayoría de los estudiantes, representado por 84 estudiantes y siempre lo practican 76 estudiantes.

Estos resultados reflejan que, en esta dimensión deportiva, los juegos colectivos son los preferidos por los estudiantes, así como el fustal, futbol, voleibol y baloncesto respectivamente.

Tabla 6 Actividades del tiempo ocio, en la dimensión festiva.

	INDICADOR	N	%
1	Nunca	58	19%
2	Raramente	73	24%
3	Con alguna frecuencia	40	13%
4	Muchas veces	55	18%
5	Siempre	79	26%
	TOTAL	305	100%



Figura 5 Porcentaje de las actividades del tiempo ocio, en la dimensión festiva.

Interpretación:

En la tabla y figura 5, en la dimensión festiva, se observa que siempre participan en las actividades festivas un 26% que representa a 79 estudiantes, el 24% representa a 73 estudiantes que raramente participan en las actividades festivas, el 19% que representa a 58 estudiantes que nunca han participado en una actividad festiva, el 18% que representa a 55 estudiantes que muchas veces participan en la actividad festiva y un 13% que representa a 40 estudiantes que con alguna frecuencia participa en la actividad festiva.

Tabla 7 Actividad del tiempo ocio, en la dimensión festiva, según indicadores.

Dimensión	Indicadores	Nunca	Raramente	Con alguna Frecuencia	Muchas	Siempre	Total de Estudiantes
		1	2	3	4	5	
Festiva	Celebrar fiestas, en una casa, con la familia.	12	75	49	74	95	305
	Celebrar fiestas, en una casa, con los amigos.	114	103	34	30	24	305
	Participar en fiestas organizadas en el barrio.	112	88	35	38	32	305
	Participar en fiestas organizadas en la ciudad.	95	95	44	40	31	305
	Participar en fiestas organizadas por el colegio.	14	46	32	71	142	305
	Salir a comer o cenar a un restaurante con la familia.	10	62	52	74	107	305

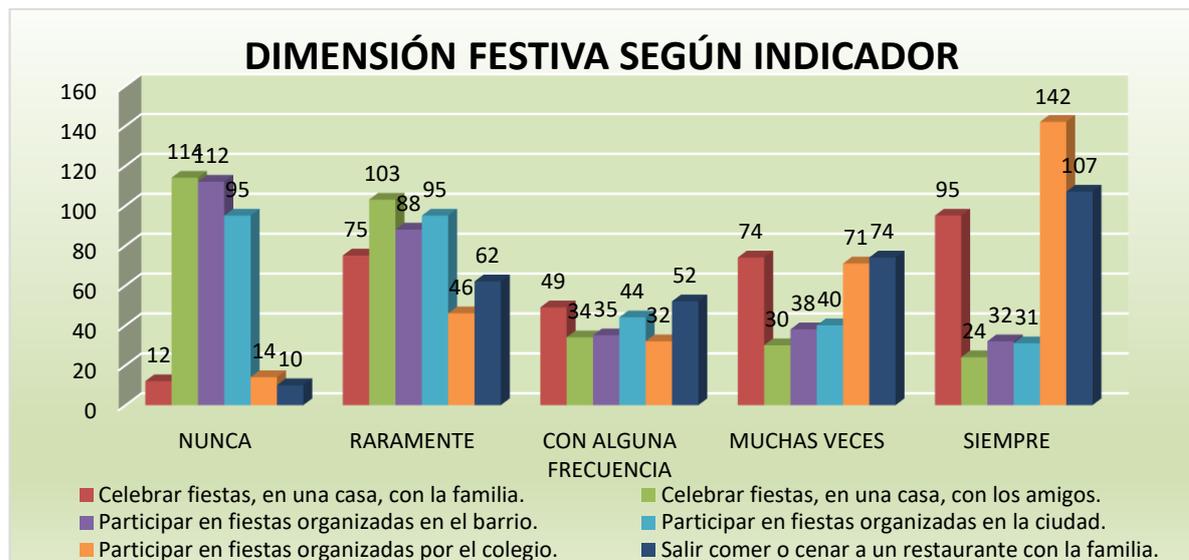


Figura 6 Actividad del tiempo ocio, en la dimensión festiva, según indicadores.

Interpretación:

En la tabla y figura 6, se muestra los resultados de las actividades del tiempo. En la dimensión festiva, según indicadores:

- En el indicador de celebrar fiestas, en una casa con la familia se observa que siempre es practicado por la mayoría de los estudiantes, representado por 95 estudiantes y raramente es practicado por 75 estudiantes.
- En el indicador de celebrar fiestas, en una casa con los amigos se observa que nunca es practicado por la mayoría de estudiantes, representado por 114 estudiantes y raramente es practicado por 103 estudiantes.
- En el indicador de participar en fiestas organizadas por el barrio se observa que nunca es practicado por la mayoría de los estudiantes, representado por 112 estudiantes y raramente practicado por 103 estudiantes.

- En el indicador de participar en fiestas organizadas en la ciudad se observa que nunca es practicado por la mayoría de los estudiantes, representado por 95 estudiantes y raramente practicado también por 95 estudiantes.
- En el indicador de participar en fiestas organizadas por el colegio se observa que siempre es practicado por la mayoría de los estudiantes, representado por 142 estudiantes y muchas veces practicado por 71 estudiantes.
- En el indicador de salir a comer o cenar a un restaurante con la familia se observa que siempre es practicado por los estudiantes, representado por 107 estudiantes y muchas veces practicado por 74 estudiantes.

Estos resultados indican que, en esta dimensión, la más practicada es la participación de las fiestas organizadas en el colegio y además de ello los estudiantes prefieren salir a comer o cenar a un restaurante con la familia.

Tabla 8 Actividades del tiempo ocio, en la dimensión creativa.

	INDICADOR	N	%
1	Nunca	91	30%
2	Raramente	82	27%
3	Con alguna frecuencia	52	17%
4	Muchas veces	46	15%
5	Siempre	34	11%
	TOTAL	305	100%

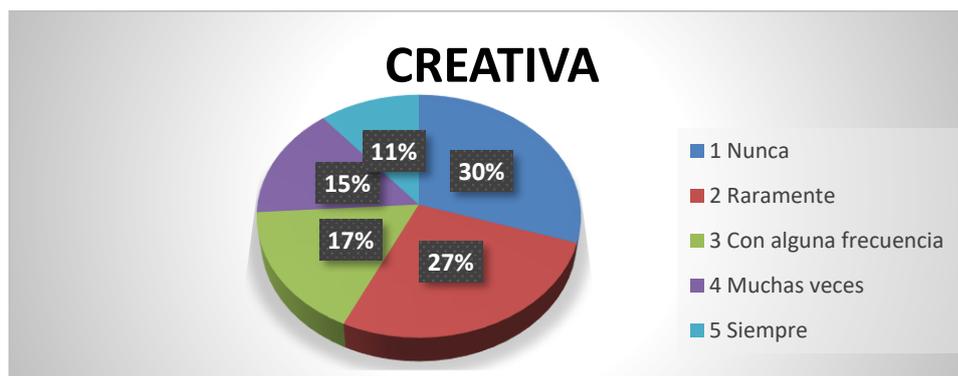


Figura 7 Porcentaje de las actividades del tiempo ocio, en la dimensión creativa.

Interpretación:

En la tabla y figura 7, en la dimensión creativa, se observa que un 30% que representa 91 estudiantes nunca lo practica, el 27% que representa a 82 estudiantes raramente lo practica, el 15% que representa a 46 estudiantes lo practican muchas veces y un 11% que representa a 34 estudiantes siempre lo practica.

Tabla 9 Actividad del tiempo ocio, en la dimensión creativa, según indicadores.

Dimensión	Indicadores	Nunca	Raramente	Con alguna Frecuencia	Muchas	Siempre	Total de Estudiantes
		1	2	3	4	5	
Creativa	Hacer alguna colección (libros, videos, entre otros).	46	74	37	63	85	305
	Leer revistas, periódicos, libros.	10	59	60	82	94	305
	Hacer pasatiempos crucigramas	21	80	67	83	54	305
	Visitar una exposición.	101	108	50	33	13	305
	Cerámica (manualidades).	165	64	44	23	9	305
	Ir al cine, teatro, pintura.	79	76	50	45	55	305



Figura 8 Actividad del tiempo ocio, en la dimensión creativa, según indicadores.

Interpretación:

En tabla y figura 8, se muestra la actividad del tiempo ocio. En la dimensión creativa, según indicadores:

- En el indicador de hacer alguna colección se observa que siempre es practicado por la mayoría de los estudiantes, representado por 85 estudiantes y raramente lo practica 74 estudiantes.
- En el indicador de leer revistas, periódicos, libros se observa que siempre es practicado por la mayoría de los estudiantes, representado por 94 estudiantes y muchas veces lo practican 82 estudiantes.
- En el indicador de hacer pasatiempos: crucigramas, sopa de letras se observa que muchas veces lo practican la mayoría de los estudiantes, representado por 83 estudiantes y raramente lo practican 80 estudiantes.

- En el indicador de visitar una exposición, un museo se observa que la mayoría de los estudiantes lo practica raramente, representado por 108 estudiantes y nunca lo practican 101 estudiantes.
- En el indicador de cerámica (manualidades) se observa que la mayoría de los estudiantes nunca lo practican, representado por 165 estudiantes y raramente lo practican 64 estudiantes.
- En el indicador de ir al cine, teatro, pintura se observa que la mayoría de los estudiantes nunca lo practican, representado por 79 estudiantes y raramente lo practican 76 estudiantes.

Tabla 10 Actividades del tiempo ocio, en la dimensión ecológica.

	INDICADOR	N	%
1	Nunca	30	10%
2	Raramente	49	16%
3	Con alguna frecuencia	43	14%
4	Muchas veces	76	25%
5	Siempre	107	35%
	TOTAL	305	100%

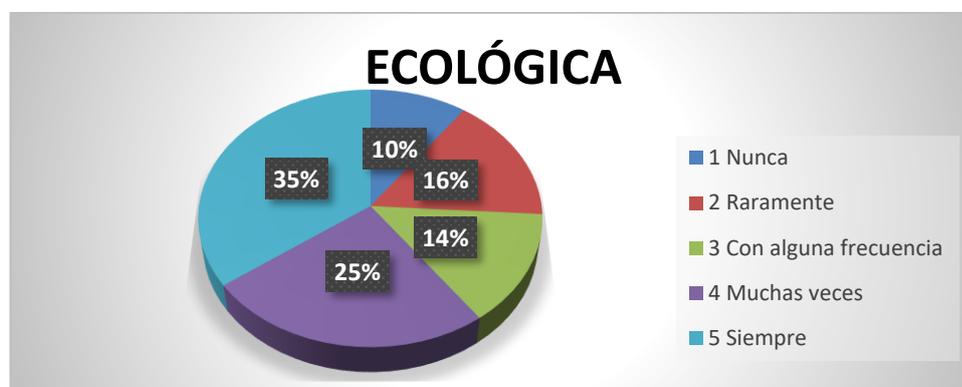


Figura 9 Actividades del tiempo ocio, en la dimensión ecológica.

Interpretación:

En la tabla y figura 9, en la dimensión ecológica, se observa que un 35% que representa 107 estudiantes siempre lo practican las actividades ecológicas, el 25% que representa a 76 estudiantes muchas veces practican las actividades ecológicas, el 16% que representa 49 estudiantes practica raramente las actividades ecológicas, 14% que representa 43 estudiantes que con alguna frecuencia practican actividades ecológicas y un 10% que representa a 30 alumnos que han practicado actividades ecológicas.

Tabla 11 Actividad del tiempo ocio, en la dimensión ecológica, según indicadores.

Dimensión	Indicadores	Nunca	Raramente	Con alguna	Frecuencia	Muchas	Siempre	Total de
		1	2	3	4	5	Estudiantes	
Ecológica	Salir a jugar al parque.	22	57	55	71	100	305	
	Dar paseos por la ciudad.	21	79	46	83	76	305	
	Dar paseos por el campo.	10	63	50	75	107	305	
	Hacer excursiones.	39	104	69	51	42	305	
	Cultivar la agricultura.	32	75	53	62	83	305	
	Cuidar algún animal doméstico.	24	36	33	76	136	305	
	Cuidar plantas.	20	25	33	90	137	305	
	Ocuparse del jardín.	51	58	49	72	75	305	

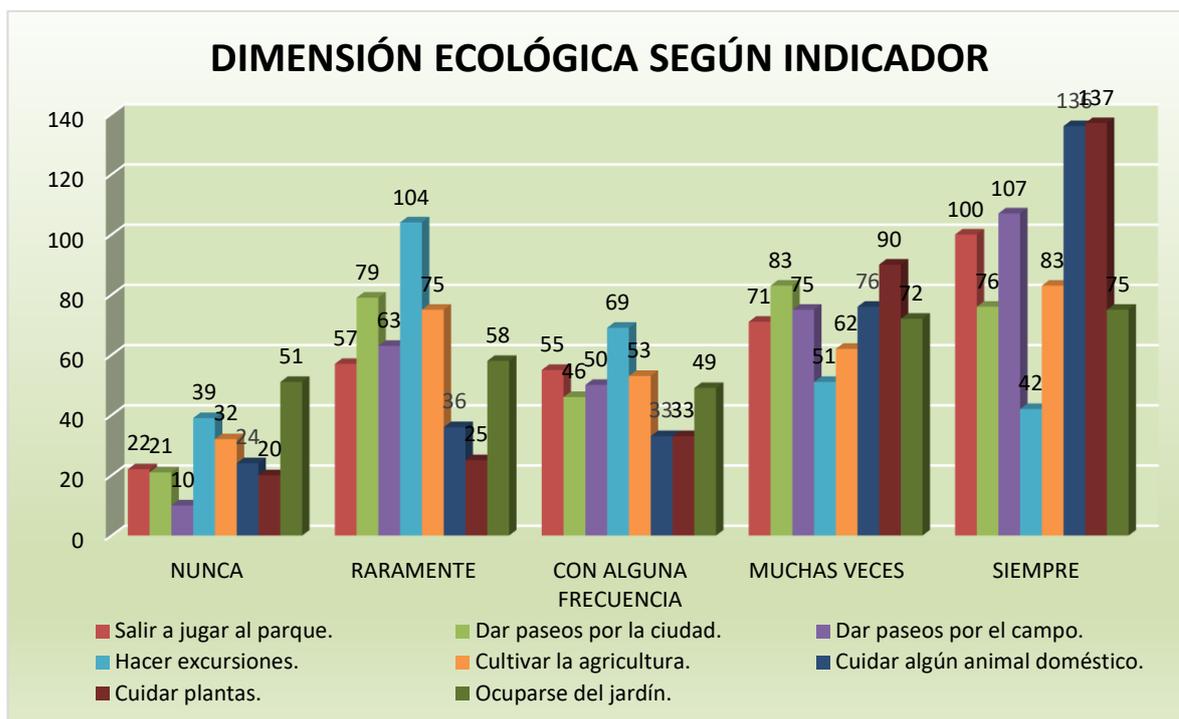


Figura 10 Actividad del tiempo ocio, en la dimensión ecológica, según indicadores.

Interpretación:

En la tabla y figura 10, se muestra las actividades del tiempo ocio. En la dimensión ecológica, según indicadores:

- En el indicador de salir a jugar al parque se observa que la mayoría de los estudiantes lo practica, representado por 100 estudiantes y 71 estudiantes lo practican muchas veces.
- En el indicador de dar paseos por la ciudad se observa que la mayoría de los estudiantes lo practican muchas veces, ello representado por 83 estudiantes y 79 estudiantes lo practican raramente.

- En el indicador de dar paseos por el campo se observa que la mayoría de los estudiantes lo practican, representado por 107 estudiantes y muchas veces lo practican 75 estudiantes.
- En el indicador de hacer excursiones se observa que la mayoría de los estudiantes practican raramente, representado por 104 estudiantes y con alguna frecuencia lo practican 69 estudiantes.
- En el indicador de cultivar la agricultura se observa que la mayoría de los estudiantes lo practican siempre, representado por 83 estudiantes y raramente lo practican 75 estudiantes.
- En el indicador de cuidar algún animal doméstico se observa que siempre lo practican la mayoría de los estudiantes, representado por 136 estudiantes y muchas veces lo practican 76 estudiantes.
- En el indicador de cuidar plantas se observa que siempre lo practican la mayoría de los estudiantes, ello representado por 137 estudiantes y muchas veces lo practican 90 estudiantes.
- En el indicador de ocuparse del jardín se observa que la mayoría de los estudiantes lo practican siempre, representado por 75 estudiantes y muchas veces lo practican 72 estudiantes.

De acuerdo a estos resultados se tiene que los estudiantes prefieren cuidar algún animal doméstico o cuidar las plantas y cultivar la agricultura. Lo cual es muy bueno y saludable tanto para el estudiante y el medio ambiente.

Tabla 12 Actividades del tiempo ocio, en la dimensión digital.

	INDICADOR	N	%
1	Nunca	46	15%
2	Raramente	45	15%
3	Con alguna frecuencia	40	13%
4	Muchas veces	58	19%
5	Siempre	116	38%
	TOTAL	305	100%

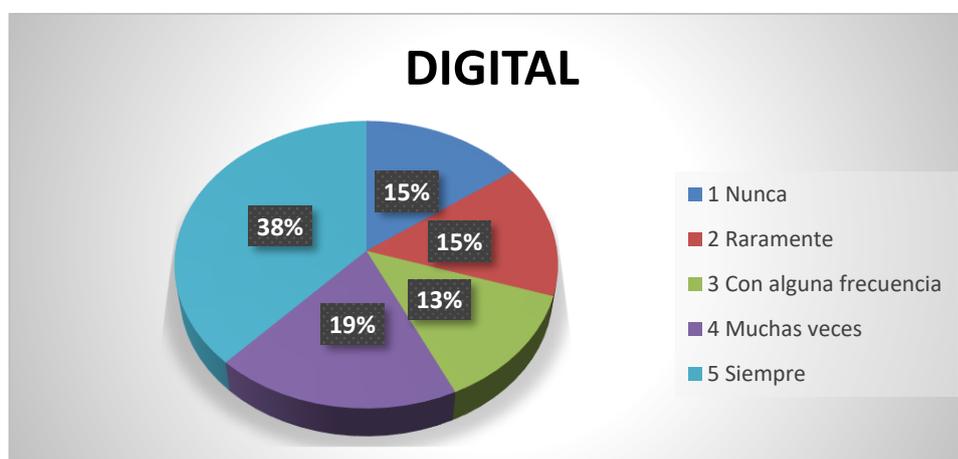


Figura 11 Actividades del tiempo ocio, en la dimensión digital.

Interpretación:

En la tabla y figura 11, en la dimensión digital, se observa que un 38% que representa 116 estudiantes siempre practican las actividades digitales, el 19% que representa a 58 estudiantes practican muchas veces las actividades digitales, el 15% que representa a 45 estudiantes que raramente practican las actividades digitales, el 15% que representa a 46 estudiantes nunca practica actividades digitales y el 13% que representa a 40 estudiantes que con alguna frecuencia practican actividades digitales.

Tabla 13 Actividad del tiempo, en la dimensión digital, según indicadores.

Dimensión	Indicadores	Nunca	Raramente	Con alguna Frecuencia	Muchas	Siempre	Total de Estudiantes
		1	2	3	4	5	
Digital	Internet	33	70	53	65	84	305
	Google	34	54	57	64	96	305
	Facebook	46	41	37	60	121	305
	Youtube	40	56	41	62	106	305
	Watsapp	62	33	24	47	139	305

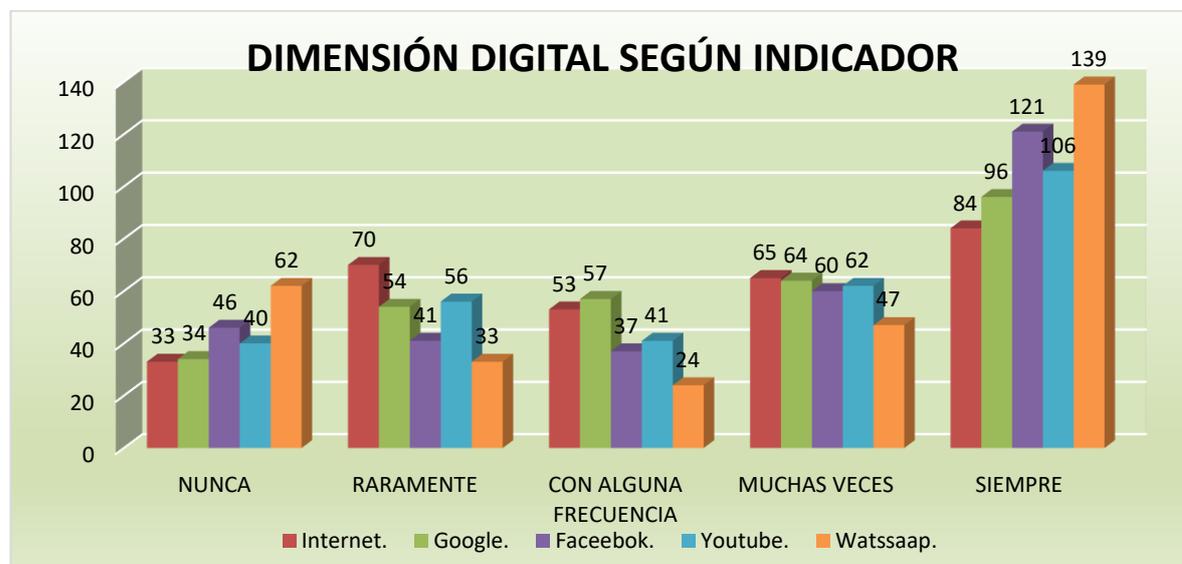


Figura 12 Actividad del tiempo ocio, en la dimensión digital, según indicadores.

Interpretación:

En la tabla y figura 12, se muestra las actividades del tiempo ocio. En la dimensión digital, según indicadores:

- En el indicador de internet se observa que la mayoría de los estudiantes lo practican siempre, representado por 84 estudiantes, raramente lo practican 70 estudiantes y muchas veces lo practican 65 estudiantes.
- En el indicador de Google se observa que la mayoría de los estudiantes lo practican siempre, representado por 96 estudiantes y muchas veces lo practican 64 estudiantes
- En el indicador de Facebook se observa que al igual que los anteriores indicadores es practicado siempre por la mayoría, representado por 121 estudiantes y muchas veces lo practican 60 estudiantes.
- En el indicador de YouTube se observa que también es practicado siempre por la mayoría de los estudiantes, representado por 106 estudiantes y muchas veces es practicado por 62 estudiantes.
- En el indicador de WhatsApp se observa que es practicado siempre por la amplia mayoría, representado por 139 estudiantes y nunca es practicado por 62 estudiantes.

Tabla 14 Actividad del tiempo ocio en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria INA 21 de la ciudad de Azángaro. Resultado general

INDICADOR	Nunca		Raramente		Con Alguna Frecuencia		Muchas Veces		Siempre		TOTAL	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
	LÚDICO	70	23%	85	28%	46	15%	55	18%	49	16%	305
DEPORTIVO	58	19%	64	21%	36	12%	52	17%	95	31%	305	100%
FESTIVO	58	19%	73	24%	40	13%	55	18%	79	26%	305	100%
CREATIVO	91	30%	82	27%	52	17%	46	15%	34	11%	305	100%
ECOLÓGICO	30	10%	49	16%	43	14%	76	25%	107	35%	305	100%
DIGITAL	46	15%	45	15%	40	13%	58	19%	116	38%	305	100%
PROMEDIO	59	19%	66	22%	43	14%	57	19%	80	26%	305	100%



Figura 13 Actividad del tiempo ocio en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria INA de la ciudad de Azángaro. Resultado general

Interpretación:

En la tabla y figura 13, se muestra los resultados de las actividades del tiempo ocio en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria INA 21 de la ciudad de Azángaro. Resultados más resaltantes.

- En la dimensión lúdica se puede observar que 85 estudiantes que representa un 28% practican raramente las actividades lúdicas.
- En la dimensión deportiva se puede observar que 95 estudiantes que representa un 31% practican siempre las actividades deportivas.
- En la dimensión festivo se puede observar 79 estudiantes que representa un 26% participan siempre en las actividades festivas.
- En la dimensión creativo se puede observar 91 estudiantes que representa un 30% que nunca practican las actividades creativas.

- En la dimensión ecológica se puede observar 107 estudiantes que representa un 35% que siempre practican actividades ecológicas.
- En la dimensión digital se puede observar 116 estudiantes que representa un 38% que practican siempre las actividades digitales

Concluyendo que los estudiantes se dedican más a las actividades digitales en un 38% que representa 116 estudiantes y a las actividades ecológicas en un 35% que representa 107 estudiantes.

4.2. Discusión

Los resultados obtenidos por Bailón (2014). Se asemeja a los resultados en cuanto a escala de valoración ya que un 31,5% practica raramente las actividades lúdicas en comparación a los resultados obtenidos en la dimensión de la práctica de actividades lúdicas en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria INA 21 un 28% practican raramente las actividades lúdicas. En estos últimos años el interés por las actividades lúdicas han sido muy pocas por ende no hay mucha importancia a esta dimensión.

Carratalá y García (1999). Universidad Valencia, las motivaciones hacia la práctica deportiva y en las actividades de ocio, concluyendo que, dentro del grupo de no deportistas, respondieron a la pregunta, ¿practicar deporte? de forma afirmativa 171 sujetos (36'9%), y que no practicaban deporte 293 (63'1%), este resultado es similar a los resultados obtenidos por Bailón (2014). Se puede apreciar que los resultados un 34,7 nunca practican las actividades deportivas, por lo contrario, los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria INA 21 un 31% practican siempre las actividades deportivas, entonces el interés

por las actividades deportivas ha ido mejorando de manera progresiva comparado con años anteriores en particular se ha dado mucho interés a los deportes colectivos.

Los resultados obtenidos por Bailón (2014). Se puede apreciar los siguientes resultados que son un 25,4% que practica las actividades festivas raramente, por otro lado, se puede apreciar los resultados que se asemejan a Sandoval (2016). En la universidad de Nacional Experimental del Táchira-Venezuela, diagnosticar el uso del ocio y el tiempo libre en los estudiantes, concluyendo que la actividad que más suelen realizar durante el tiempo libre y de ocio es salir con los amigos, frente a la lectura que representa el menor interés, los momentos de ocio se dan con mayor frecuencia durante los fines de semana. En cambio, los resultados obtenidos se contradicen con práctica de las actividades festivas en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria INA 21 un 26% en donde siempre participan en las actividades festivas.

Los resultados obtenidos en la práctica de las actividades creativas en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria INA 21 es un 30% que nunca practican las actividades creativas a comparación de Bailón (2014). Se puede apreciar que los resultados son semejantes un 27,4 practican raramente practican las actividades creativas asimismo se asemejan Sandoval (2016). En la universidad de Nacional Experimental del Táchira-Venezuela, diagnosticar el uso del ocio y el tiempo libre en los estudiantes, concluyendo que la actividad que más suelen realizar durante el tiempo libre y de ocio es salir con los amigos, frente a la lectura que representa el menor interés, los momentos de ocio se dan con mayor frecuencia durante los fines de semana.

Bailón (2008). Se puede apreciar que los resultados son un 29,7 raramente practican las actividades ecológicas. En cambio, los resultados obtenidos son lo contrario en la práctica de las actividades ecológicas en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria INA 21 un 35% que siempre practican actividades ecológicas, teniendo en cuenta que esta institución es un colegio agropecuario por lo que dan mayor interés a la dimensión ecológica.

Los resultados obtenidos en la práctica de las actividades digitales en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria INA 21 un 38% que practican siempre las actividades digitales en donde se les da más importancia a WhatsApp, Facebook y el YouTube. Esto se debe al uso de la tecnología digital, así como los celulares con los que cuentan los estudiantes y a las cabinas de internet. A comparación con los resultados de Bailón (2008). Se puede apreciar que un 40,4% siempre practican las actividades digitales. Por otro lado, Ricoy y Fernández (2016). En Murcia-España, analizan las actividades y recursos de ocio de los adolescentes Las conclusiones de la investigación pone de manifiesto que desarrollan distintas actividades saludables en su tiempo libre a través de recursos variados, las asociadas con la música, así como las de tipo digital. Estas últimas se centran en ver la tv, chatear, navegar por la red y jugar con videojuegos; mientras el uso de las redes sociales adquiere una incidencia moderada.

En cuanto a las actividades del tiempo ocio en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria INA 21, se concluye que los estudiantes se dedican más a las actividades digitales en un 38% como también en las actividades ecológicas en un 35%. Estos resultados son similares a los encontrados por Expósito, García, Sanhueza, y Angulo. (2008). Universidad Complutense de Madrid, conocer las actividades principales de los alumnos durante los días de ocio, Las conclusiones nos indican que “los chicos prefieren ir de copas, practicar deporte

y usar ordenadores y vídeo juegos, mientras que las chicas se destacan en mayor medida por las actividades culturales (leer, cine, teatro, exposiciones). Son similares a los obtenidos por Rodríguez. (2011). Universidad de Salamanca conocer las prácticas de ocio en los adolescentes seleccionados Conclusiones interesantes son el deporte, la informática, la televisión, la lectura, las drogas, etc., temas que están presentes en la vida de cualquier adolescente.

V. CONCLUSIONES

- PRIMERA** : Se concluye que en la dimensión lúdica que se ubica en la escala Raramente es practicado por un 28% que representa a 85 estudiantes, en donde los indicadores te diviertes con juegos electrónicos y entretenimiento con juegos tradicionales son poco practicados.
- SEGUNDA** : En lo que respecta a la dimensión deportiva son variadas, por ejemplo; los deportes colectivos son los más practicados y preferidos, así como el futsal, futbol, voleibol y baloncesto que se encuentra en escala de valoración Siempre por 95 que representa a 31% de estudiantes.
- TERCERA** : Se concluye en, la dimensión festiva se ubica en la escala de valoración Siempre por un 26% que representa 79 estudiantes, en los indicadores, las más practicadas son las participaciones de las fiestas organizadas en el colegio y además de ello los estudiantes prefieren salir a comer o cenar a un restaurante con la familia.
- CUARTA** : La dimensión creativa se ubica en la escala de valoración Nunca por un 30% que representa a 91 estudiantes. Los indicadores realizas cerámicas (manualidades), visitar una exposición, museo nunca es practicado por la mayoría de los estudiantes.
- QUINTA** : Se concluye en la dimensión ecológica que se en ubica en la escala de valoración Siempre un 35% que representa a 107 estudiantes, en donde los indicadores como cuidar algún animal doméstico y cuidar las plantas son los más practicados y preferidos por los estudiantes.
- SEXTA** : La conclusión, en la dimensión digital, que se ubica el en la escala de valoración Siempre que un 38% que representa a 116 estudiantes. Cabe resaltar que el indicador WhatsApp, Facebook y youtube son los preferidos por los estudiantes. Esto se debe al uso de la tecnología digital, así como los celulares con los que cuentan los estudiantes y a las cabinas de internet.

VI. RECOMENDACIONES

- PRIMERA** : Se recomienda al docente de la Institución Educativa Secundaria INA 21 que valore y aplique los juegos de tiempo de ocio tradicionales por ser una riqueza cultural y de esa manera preservar la cultura ancestral en nuestros estudiantes.
- SEGUNDA** : Recomiendo a los docentes de educación dar importancia a las disciplinas individuales ya que la mayoría de los docentes no lo trabajan como se debe en su sesión de aprendizaje por otro lado inculcar más al deporte a los estudiantes esto para desarrollo físico y cognitivo de los estudiantes.
- TERCERA** : Recomiendo inculcar valores a los estudiantes tanto en el colegio como en la casa como también dar más importancia al curso de tutoría para así hablar de estos temas importantes.
- CUARTA** : Recomiendo a los docentes inculcar a los estudiantes el hábito de la lectura, como también que salgan a ver a los museos porque claramente en los resultados de encuesta da a conocer que los estudiantes nunca fueron a un museo u o exposición, es importante que conozco nuestras culturas.
- QUINTA** : Recomiendo inculcar valores sobre el cuidado del medio ambiente y dar a mas a conocer sobre el reciclaje.
- SEXTA** : Recomiendo que en las instituciones educativas prohíban el uso de celulares ya que estos aparatos perjudican la concentración y aprendizaje del estudiante y los docentes de educación física inculquen más a los deportes.

VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Andreu, E. (2010). ¿Juego o deporte? Análisis psicopedagógico de la riqueza motriz de los juegos tradicionales. Wanceulen. Sevilla.
- Agulló, R. (2003). Diccionario Espasa términos deportivos. España: Espasa Calpe, S. A.
- Ataurima, T. (2003) "Los videojuegos y el aprendizaje en el Centro Educativo Francisco Bolognesi" Ayacucho.
- Bailón. (2014). Ocupación del ocio en estudiantes del séptimo ciclo de la Institución Educativa Secundaria Comercial N° 45 Emilio Romero Padilla de la Ciudad De Puno". - 2015 (tesis de pre grado). Universidad Nacional del Altiplano, Perú
- Bartolomé, A. (2008): E-Learning 2.0 - Posibilidades de la Web 2.0 en la Educación Superior <http://www.usmp.edu.pe/publicaciones/boletin/fia/info69/sociales.pdf>
- Carreño, J., Rodríguez, A., Uribe., J. (2014). Recreación, ocio y formación. Fundamentos y perspectivas. Armenia, Colombia: Editorial Kinesis.
- Castañeda, L. (2011). Campamentos, Armenia, Colombia; Editorial Kinesis
- Carratalá, V. y García, A. (1999). Diferencias en las motivaciones y actividades de ocio y tiempo libre entre adolescentes deportistas y no deportistas. Revista Motricidad, (5), 111-131.
- Caride, J., Lopez, J. (2002). (ed.). ocio y voluntario social. Búsquedas para un equilibrio integrador, Bilbao Universidad Deusto.
- Celaya, J. (2008). La Empresa en la WEB 2.0. Editorial Grupo Planeta, España.
- Cuenca, M. (2014). Aproximación al ocio valioso. Revista Brasileira de Estudos do Lazer. Belo Horizonte, 1(1), 21-24.
- Cuenca, M. (2000). Ocio humanista: dimensiones y manifestaciones actuales del ocio. Bilbao: Universidad de Deusto.
- Cuenca, M., Izaguirre, M. (2010). (eds.). Ocio y juegos de azar. Bilbao: Universidad de Deusto.
- Cuenca, M. (2009). Aproximación Multidisciplinar a los Estudios de Ocio. Documentos de Estudios de Ocio núm. 31. Bilbao: Universidad de Deusto.

- Cuenca, M. (2004). Pedagogía del ocio: módelos y propuestas, Bilbao, Universidad de Deusto.
- Cuenca, M. (1995). Temas de Pedagogía del Ocio. Bilbao, Univ. Deusto. <https://eala.files.wordpress.com/2011/02/pedagogc3ada-del-ocio.pdf>.
- Diem, C. (1966). Historia de los deportes, vol. II. Barcelona: Luis de Caralt.
- Durkhlim, E. (1982). Las Armas elementales de la vida religiosa. AKAL, 360. <http://www.vianayborgia.es/bibliotecaPDFs/CUET-0055-0000-0043-0058.pdf>
- Dumazedier, J. (1964). Hacia una civilización del ocio. Barcelona: Estela.
- Escudero, C. (2017). Las fiestas populares en el ecuador: un factor de interacción comunitaria. ISSN, 9(3), 2218-3620.
- Expósito, J., García, L., Sanhueza, C., y Angulo, T. (2008). Análisis de las actividades de ocio en estudiantes de primer curso de la Facultad de Educación: Relación con el alcohol. ISSN, 20 (1), 165-192.
- Entralgo, P. (1993). Creer, esperar, amar, Barcelona, círculo de lectores-galixia Gutenberg, 31-31
- Frasca, G. (2001). Videogames of the Oppressed: Videogames as a Means for Critical Thinking and Debate. Georgia: Institute of Technology.
- Fleta, J., Mur de frenne, L., Garagorri, J., Moreno, L., Bueno, M. (1997). Actividad física y ocio en jóvenes. I: Influencia del nivel socioeconómico. ISSN, 46(2), 119-125
- Gil, A. Vida, T. (2007). Los videojuegos. Barcelona, España: Editorial MEDIA active, S.L.
- Goytia, A. (2007.) Modelo para el análisis de turistas en función de la experiencia de ocio. Bilbao: Universidad de Deusto. Tesis doctoral.
- Gutiérrez, A. (2009). El estudio de las prácticas y las representaciones sociales de la lectura: génesis y el estado del arte. Anales de documentación, (12), 53-67.
- Jurado, F. (2008). Máster de cultura y patrimonio “El concepto de Patrimonio” <http://www.franciscojurado.es/ARTICULOS/El%20concepto%20de%20Patrimonio.pdf>

- Leiner, B., Cerf, V., Clark, D., Kahn, R., Kleinrock, L., Lynch, D. C., Wolff, S. (2009). A brief history of the internet. *Acm Sigcomm Computer Communication Review*, 39(5), 22.
- Mohammed, J. y Ramírez. (2009). Herramientas Web 2.0 para el aprendizaje colaborativo. Recuperado de: http://remo.det.uvigo.es/solite/attachments/038_Web%202.0.pdf
- Mulla, A. (2011). El mundo maravilloso de los cuentos kuwaitíes y su traducción al español desde una perspectiva ideológica e intercultural. (Tesis Doctoral) Universidad de Salamanca, España.
- Nuviala, A., Ruiz, F., y García, E. (2003). Tiempo Libre, Ocio y actividad física en los Adolescentes. La influencia de los padres. *ISSN Edición Empresa*, (06), 13-20.
- Ortega, C., Izaguirre, M. (2010). (eds.) Los eventos: Funciones y tendencias. Bilbao: Universidad de Deusto.
- Pascucci, M. (2015). Los jóvenes universitarios y el ocio. *European Scientific Journal*. ISSN, (01), 1857 – 7881.
- Piaget, J. (1951). *Play, Dreams and Imitation in Children*. London: Routledge.
- Perea, M. (2009). *Natación teoría y práctica*, México: Editorial Trillas
- Pieper, J. (1974). *El Ocio y la vida intelectual*. Madrid: Rialp.
- Ramos, F. (1986). *Fundamentos de la recreación*. Venezuela: Imprenta Instituto Pedagógico de Caracas.
- Ricoy, M., Fernández, J. (2016). Prácticas y recursos de ocio en la adolescencia. *ISSN*, Vol. 34(2), 103-124.
- Rebollo, E. (2013). El juego, fuente de placer. Recurso de intervención educativa en la etapa de la infantil. Universidad internacional de la Rioja
- Ramos, P., Ponce de León, A., SANZ, E. (2010). El ocio físico-deportivo en adolescentes, Análisis y propuestas de intervención. Logroño: Universidad de la Rioja, servicio de publicaciones.
- Rodríguez, A. (2011). *Juventud, Violencia, ocio y diversión*. Madrid, España: Ediciones Díaz de Santos.

- Rivera M. (2014). Los parques urbanos como indicadores de calidad de vida, símbolos de bienestar y espacios de uso recreativo: una investigación en Bucaramanga. *Revista Universitaria*, 16(27), 207-229.
- Stebbins, R. (1992). Serious Leisure: a conceptual statement, *Sociological Review*. 115 -142.
- Salazar, C, Salas, G. (1999). Recreación Familiar. *Revista Reflexiones*, (78), 123-134.
- Sandoval, N. (2006). Diagnóstico acerca del uso del ocio y el tiempo libre entre los estudiantes de la Universidad Nacional experimental del Táchira. SIPS. *Revista interuniversitaria*, (30), 169-188.
- San Salvador Del Valle, R. (2000). Políticas del ocio. Cultura, Turismo, Deporte y Recreación. Documentos de estudio ocio, 17. Bilbao: Universidad de Deusto.
- Steinberg L. (1996). *Adolescence*, 4th ed. New York: McGraw-Hill.
- Sucari L., Guillén, M. (2017). El ocio y su relación con el rendimiento académico de los estudiantes del cuarto grado de secundaria de la institución educativa Simón Bolívar del distrito de Socabaya, Arequipa, tesis (Pre grado). Universidad Nacional de San Agustín, Perú.
- Trigueros, C. (2000). Nuevos significados del juego tradicional en el desarrollo del curriculum de la educacuion física en centros de educación primaria de Granada. Tesis Doctoral, Universidad de Granada.
- Trenberth, L. 2005. Recreación como estrategia para el afrontamiento del estrés en ámbitos laborales.
- UNESCO (1999). Declaración sobre la ciencia y el uso del saber científico. conferencia mundial sobre la ciencia (WSC) para el siglo
- Viñals, A. (2013). Las Redes Sociales Virtuales como espacios de ocio digital. ISBN, 978(84), 42-8
- Vazsonyi, A.T., Lloyd E., Pickering, L.E., Belliston, L.M., Helsing, D., Y Junger, M. (2002). Routine activities and deviant behaviors: American, Dutch, Hungarian, and Swiss youth. *Journal of Quantitative Criminology*, 18(4), 397-422.
- Vergara, D. (2010). Juegos deportivos y formas de jugadas. Armenia, Colombia: Editorial KINESIS

- Verbakel, E. (2013). Leisure values of Europeans from 46 countries. *European Sociological Review*, 29(3), 669-682.
- Viladevall, M. (2003). Patrimonio cultural de un México barroco http://catarina.udlap.mx/u_dl_a/tales/documentos/lar/sanchez_m_n/capitulo-1.pdf
- Wilbur, S. (2000). “An Archaeology of cyberspaces: Virtuality, community, identity”. En D. Bell & B. M. Kennedy (Eds.), *the Cybercultures Reader*. New York: Routledge.
- Wissel, H. (2011). *Baloncesto aprender y progresar*, Badalona, España: Editorial ISBN

ANEXOS

Universidad Nacional del Altiplano Puno
 Facultad de Ciencias de la Educación
 Escuela Profesional de Educación física

CUESTIONARIO DE OCUPACIÓN DEL OCIO EN ESTUDIANTES DEL SÉPTIMO CICLO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA

Institución Educativa Secundaria: _____

Grado: _____

Sección: _____

Edad: _____

Sexo Masculino () Femenino ()

Fecha de aplicación: _____ / _____ / 2018

Este cuestionario busca conocer las actividades que realizas de manera voluntaria tras haberte liberado de tus obligaciones escolares y familiares para el descanso, distracción y desarrollo personal.

Para conocer las actividades que realizas se presentan 39 ítems para que los leas atentamente y la respondas con sinceridad, según sea tu opinión.

Para ello encierra dentro de un círculo al lado de cada ítem el número que más se acerque a tu opinión, la escala va del 1 al 5. Si **NUNCA** Realizaste la actividad encierra el 1 y si **SIEMPRE** realizaste la actividad encierra con un círculo el número 5. Las opiniones dudosas las contestas empleando el 2,3 o el 4, según se acerque más opinión a nunca o siempre.

No hay respuestas correctas ni incorrectas, no se trata de un examen, recuerda que todo lo que expreses en este cuestionario será tratado de forma privada y confidencial, de ahí que te ruego que respondas con sinceridad.

Gracias por tu colaboración.

1 NUNCA	2 RARAMENTE	3 CON ALGUNA FRECUENCIA	4 MUCHAS VECES	5 SIEMPRE
--------------------	------------------------	--	-------------------------------	----------------------

Este cuestionario busca conocer las actividades que realizas de manera voluntaria tras haberte liberado de tus obligaciones escolares y familiares para el descanso distracción y desarrollo personal.

¿Indique cómo realizas o no las siguientes actividades?

1. Te diviertes mediante video juegos	1	2	3	4	5
2. Te entretienes con juegos tradicionales	1	2	3	4	5
3. Practicas juegos de mesa damas cartas otros	1	2	3	4	5
4. Te diviertes mediante juegos electrónicos (dancing, pimbool, tragamonedas, entre otros)	1	2	3	4	5

1 NUNCA	2 RARAMENTE	3 CON ALGUNA FRECUENCIA	4 MUCHAS VECES	5 SIEMPRE
------------	----------------	-------------------------------	----------------------	--------------

¿Indique como prácticas o no las siguientes actividades en su tiempo ocio?

5. Natación	1	2	3	4	5
6. Yudo, karate	1	2	3	4	5
7. Fútbol	1	2	3	4	5
8. Baloncesto.	1	2	3	4	5
9. Voleibol	1	2	3	4	5
10. Tenis.	1	2	3	4	5
11. Futsal	1	2	3	4	5
12. Atletismo	1	2	3	4	5

13. Celebrar fiestas, en una casa, con la familia	1	2	3	4	5
14. Celebrar fiestas, en una casa, con los amigos	1	2	3	4	5
15. Participar en fiestas organizadas en el barrio	1	2	3	4	5
16. Participar en fiestas organizadas en la ciudad	1	2	3	4	5
17. Participar en fiestas organizadas por el colegio	1	2	3	4	5
18. Salir comer o cenar a un restaurante con la familia	1	2	3	4	5

19. Hacer alguna colección (libros, videos, entre otros)	1	2	3	4	5
20. Leer revistas, periódicos, libros	1	2	3	4	5
21. Hacer pasatiempos: crucigramas, sopas de letras.	1	2	3	4	5
22. Visitar una exposición, un museo	1	2	3	4	5
23. Cerámica (manualidades)	1	2	3	4	5
24. Ir al cine, teatro, pintura.	1	2	3	4	5

25. Salir a jugar al parque	1	2	3	4	5
26. Dar paseos por la ciudad	1	2	3	4	5
27. Dar paseos por el campo.	1	2	3	4	5
28. Hacer excursiones.	1	2	3	4	5
29. Cultivar la agricultura	1	2	3	4	5
30. Cuidar algún animal doméstico.	1	2	3	4	5
31. Cuidar plantas.	1	2	3	4	5
32. Ocuparse del jardín	1	2	3	4	5

33. Internet	1	2	3	4	5
34. Google	1	2	3	4	5
35. Faceebok	1	2	3	4	5
36. Youtube	1	2	3	4	5
37. Watssaap	1	2	3	4	5

“Cuestionario de ocupación del ocio en estudiantes del séptimo ciclo de la institución educativa secundaria”. Según. Bailón, D. (2016)