

PODIUM

Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física

Volumen 19
Número 2

2024

Universidad de Pinar del Río "Hermanos Saíz Montes de Oca"



Artículo de revisión

El tiempo libre y la recreación, en el contexto de las Escuelas de Iniciación Deportiva

Leisure and recreation in the context of Basic Sport Formation Schools.

Tempo livre e recreação, no contexto de escolas de iniciação esportiva

Yardley Noda Rabelo*¹ , Luis Alberto Cuesta Martínez*¹ , Aldo Pérez Sánchez*² , Zayre
Bolufé Fernández*¹ , Yaimara Díaz Leal*¹ 

*¹Universidad de Pinar del Río "Hermandos Saiz Montes de Oca"

*²Universidad de Ciencias de la Cultura Física "Manuel Fajardo"

Autor para la correspondencia: yardleysnodarabelo@gmail.com

Recibido: 02/05/2024

Aprobado: 31/05/2024

RESUMEN

El tiempo libre y su adecuada utilización por medio de la recreación constituye una temática a la que se le ha conferido gran atención en los últimos años, por numerosas instituciones e investigadores de diferentes partes del mundo; lo que adquiere mayor significación cuando se aborda en el contexto educativo, por su evidente relación con la formación integral y la calidad de vida de los estudiantes. Entre los centros educativos, merecen singular atención las escuelas del sistema de enseñanza y formación deportiva, donde se complejizan las



exigencias al combinarse de forma armónica la academia, la práctica y la formación deportiva. Es por ello, que el objetivo del presente artículo se centró en valorar la importancia de la utilización de la recreación en el tiempo libre educativo y creativo, desde el contexto de las Escuelas de Iniciación Deportiva, en función de la formación integral de los estudiantes-atletas. Se partió del análisis de trabajos publicados que abordaron la temática en los centros de enseñanza deportiva, para efectuar una valoración. Como resultados, se vislumbró la necesidad de profundizar en las particularidades y necesidades para propiciar un aprovechamiento adecuado del tiempo libre, con actividades recreativas variadas que contribuyan a la satisfacción recreativa, la formación integral y el mejoramiento de la calidad de vida.

Palabras clave: actividades recreativas, estudiantes-atletas, recreación, tiempo libre

ABSTRACT

Free time and its adequate use through recreation constitute a problem that has been given great attention in recent years by some institutions and authors from different parts of the world, which acquires greater significance when it is approached in the context of educational centers, due to its evident relation with the integral formation and quality of life of these schoolchildren. Within the educational centers, the schools of the sports education and training system deserve special attention, where the demands become more complex when academic education is harmoniously combined with sports practice and training. That is why the objective of this article focuses on assessing the importance of the use of Recreation in an educational and creative free time, from the context of the Basic Sports Formation, in terms of the integral formation of student-athletes. Starting from the analysis of published works related to the subject, the article makes an assessment in the context of the reality of student-athletes in these educational-sports centers. The need to deepen in the study of this population, their particularities and needs to provide them with an adequate use of their free time through varied recreational activities that contribute to their recreational satisfaction, integral formation and improvement of their quality of life is glimpsed.



Key words: recreational activities, student-athletes, recreation, leisure time

RESUMO

O tempo livre e seu aproveitamento adequado por meio da recreação é um tema que tem recebido grande atenção nos últimos anos por inúmeras instituições e pesquisadores de diversas partes do mundo; que adquire maior significado quando abordado no contexto educacional, devido à sua evidente relação com a formação integral e qualidade de vida dos estudantes. Dentre os centros educacionais, merecem especial atenção as escolas do sistema de educação e treinamento esportivo, onde as demandas tornam-se mais complexas quando a academia, a prática e o treinamento esportivo se combinam harmoniosamente. Por esse motivo, o objetivo deste artigo centrou-se em avaliar a importância da utilização da recreação nos tempos livres educativos e criativos, a partir do contexto das Escolas de Iniciação Esportiva, a partir da formação integral dos alunos atletas. O ponto de partida foi a análise de trabalhos publicados que abordavam o tema em centros de ensino esportivo, para fazer uma avaliação. Como resultados, viu-se a necessidade de se aprofundar nas particularidades e necessidades de promover o uso adequado do tempo livre, com atividades recreativas variadas que contribuam para a satisfação recreativa, a formação integral e a melhoria da qualidade de vida.

Palavras-chave: atividades recreativas, estudantes-atletas, recreação, tempo livre

INTRODUCCIÓN

El tiempo libre es entendido, de manera general, como aquella parte del tiempo social que el sujeto dispone para la realización de actividades que no forman parte de sus obligaciones, una vez satisfechas sus necesidades básicas; por su parte, la recreación se refiere a aquellas actividades que los individuos realizan en su tiempo libre por elección propia, para su diversión, entretenimiento o mejora personal. Ambas constituyen temáticas estrechamente relacionadas que han sido abordadas por una gran diversidad de autores a lo largo de la



historia, cuyas concepciones varían en función de una situación y formación histórica determinada y responden a una realidad socio-política existente, problemática que en la actualidad mantiene su vigencia, interés y polémica.

Como refiere Meléndez (2008) el tiempo libre es importante en todas las fases de la vida, desde la infancia hasta la vejez, en entornos tanto urbanos como rurales, y presenta la posibilidad de enriquecerse por medio de la participación en actividades de recreación, incluidas las artes, las ciencias, el contacto con la naturaleza, los viajes y la actividad física, entre muchas otras que ofrecen al ser humano la oportunidad de desarrollar sus facultades esenciales, el libre desempeño de la voluntad, la toma de decisiones ponderadas, la sabiduría, el sentido de responsabilidad social y la capacidad creativa.

En este sentido, Villa *et al.* (2017) plantean que el uso consiente y la incursión de actividades físicas saludables en el tiempo libre constituyen un pilar de suma importancia que incide en la formación de los individuos y en el desarrollo de capacidades, al experimentar vivencias corporales y sociales, a través de actividades lúdicas de esparcimiento y diversión.

En consecuencia, la recreación como medio para emplear el tiempo libre es una necesidad social que permite llegar al permanente enriquecimiento físico y espiritual del hombre, y su positiva utilización es una condición importante en su formación integral; por lo que se hace necesario motivar y orientar adecuadamente su uso, hacia actividades que sirvan de recreación placentera, creativa y formadora.

En resumen, como expresa Carmona (2015) "(...) el buen uso del tiempo libre, que incluye la realización de actividad física, puede llevar al mejoramiento de la calidad de vida, la reducción del estrés, y a un desarrollo mental y físico saludable" (p.17).

Numerosas son las publicaciones que se han realizado en torno al tiempo libre y su utilización en la recreación, estas abarcan diversas aristas y grupos etéreos. En las últimas décadas, resulta notorio el tratamiento de esta temática en los centros educacionales de las diferentes enseñanzas, entre los que se pueden mencionar autores como Arriagada y Fuentes (2023); Camargo y Berjas (2021); Camino *et al.* (2021); Carreño *et al.* (2011); Lugones



et al. (2020); Martínez y Caraballo (2023); Sarrate (2008); Suárez y Moreno (2022); Vera (2018).

En estos trabajos, se evidencia el reconocimiento que actualmente se le concede a dicha temática y se vislumbra la importancia de la atención al uso recreativo que los estudiantes le asignan al tiempo libre, así como el perfil educativo de la recreación potenciadora de una vivencia recreativa, enriquecedora e integradora de valores personales y del sentido que se otorga a la vida; lo que contribuye a la formación de la persona y el reforzamiento de valores como la creatividad, la solidaridad y la tolerancia.

En este sentido, meritan particular interés los centros educativos donde se combina la actividad académica con la práctica deportiva y, en particular, los de la etapa de iniciación que comprende la población de niños, adolescentes y jóvenes. Se trata de estudiantes-atletas que comienzan a entrenar deportes de forma sistemática en una escuela deportiva, con un horario de actividades que organiza la vida, desde la formación escolar, el deporte, los procesos de alimentación y aseo, y el tiempo libre.

Estos estudiantes tienen que compaginar sus estudios con la práctica deportiva de alto nivel, dos actividades igualmente demandantes y que sin el apoyo y acompañamientos apropiados, difícilmente pueden tributar a la formación integral, incluso pueden entorpecer su inclusión armónica, en el contexto curricular y extracurricular (Álvarez et al. 2022).

Las demandas académicas y deportivas en conjunto imponen cargas difíciles de sobrellevar; las altas expectativas de las personas que rodean al estudiante-atleta (familia, entrenadores, compañeros de equipo, e incluso la comunidad en general) pueden afectar su funcionamiento en diversas áreas o dimensiones de su vida que pueden derivar, incluso, en problemas de autoestima (Álvarez et al. 2023).

Es por ello, que resulta primordial la atención al uso del tiempo libre de que disponen estos estudiantes-atletas, e identificar cuál posibilita el diseño de una recreación contextualizada a sus particularidades e intereses, para que se proporcionen los espacios y actividades que compensen las exigencias de las cargas de estudio y entrenamiento a que son sometidos, y



se satisfagan sus necesidades de esparcimiento y, a la vez, contribuya a su formación integral.

Por lo anterior, el objetivo del presente artículo se centró en valorar la importancia de la utilización de la recreación en un tiempo libre educativo y creativo, desde el contexto de las Escuelas de Iniciación Deportiva, en función de la formación integral de los estudiantes-atletas.

DESARROLLO

La utilización adecuada del tiempo libre es una temática abordada con frecuencia desde la perspectiva educativa, tanto desde el punto de vista individual como colectivo, en torno a su racionalización y las vivencias positivas para llegar a gozar plenamente del mismo, con dignidad y en función de la formación integral de los estudiantes.

Según se acota en la Carta Internacional de la Asociación Mundial de Tiempo Libre y Recreación (WLRA, 1994), el objetivo general del tiempo libre en las escuelas es ayudar a los estudiantes a que alcancen una calidad de vida anhelada mediante su uso, lo que se puede lograr mediante el desarrollo y estimulación de valores, actitudes, conocimientos y destrezas, en aras del desarrollo personal, social, físico, afectivo e intelectual. Esto tiene un impacto sobre la familia, la comunidad y la sociedad.

En tal sentido, Arráez (2013) expresa que el buen uso del tiempo libre como agente socializador debe ser aplicado por los docentes en el área educativa, para procurar el desarrollo armónico de todas las dimensiones humanas: estética, cultural, social y el aspecto recreativo. De ahí que tomen en cuenta los intereses, expectativas y necesidades de satisfacción personal y grupal y el fortalecimiento de valores, a través de acciones y de actividades elegidas consciente y responsablemente, en un tiempo libre constructivo, con asimilación de normas de vida, convivencia, interrelación social y conocimientos de la importancia sobre el proceso de socialización. Además, del desarrollo de las potencialidades y una formación integral sin limitaciones, que fortalezca la autorrealización y el desarrollo humano.



Se asume por formación integral, una forma de brindar la educación, un estilo que pretende no solo instruir a los estudiantes en su aspecto mental, memorístico, repetitivo, con los saberes específicos (aspecto cognitivo) de las ciencias, sino ofrecerles los elementos necesarios para que crezcan interiormente y desarrollen todas sus características, condiciones y potencialidades (Guerra, et al., 2014).

La formación integral es un proceso continuo, permanente y participativo que busca desarrollar armónica y coherentemente todas y cada una de las dimensiones del ser humano: ética, espiritual, cognitiva, efectiva, comunicativa, estética, corporal y sociopolítica, para lograr la realización plena de la persona como parte activa de la sociedad (Rivera, et al., 2016).

Por su parte, la recreación ha sido identificada durante muchos años como una trama de relaciones donde la persona, por medio de experiencias y vivencias, encuentra descanso y aprovechamiento del tiempo libre en contextos sociales y culturales (Quintero, 2011). En tanto, Pérez (2010) considera que la recreación es:

el conjunto de fenómenos y relaciones que surgen en el proceso de aprovechamiento del tiempo libre mediante la actividad terapéutica, profiláctica, cognoscitiva, deportiva o artística-cultural, sin que para ello sea necesario una compulsión externa y mediante las cuales se obtiene felicidad, satisfacción inmediata y desarrollo de la personalidad. (p. 15)

En el contexto educativo, la recreación fue en su momento reconocida como una estrategia educativa para promover el control social, y ocupar racionalmente, el tiempo vago y ocioso con actividades consideradas como útiles o saludables, actividades de carácter físico, moral y social (Elizalde y Gomes, 2010). Según criterios de estos autores, la recreación es sinónimo de actividades placenteras con un fin, no especificado desde un ámbito educativo, sino como una intervención para el uso del tiempo libre y su buena utilidad.

En un acercamiento a la teoría de la recreación educativa Waichman (2015), se refiere al recreacionismo, que suele considerar a la recreación como una suma de actividades cuyo único fin es divertirse, son impuestas, y quienes las dirigen tienden a actuar como un



"showman"; por lo que se considera que la denominación recreación educativa sostiene un enfoque diferente y en muchos aspectos opuesto al recreacionismo. En la concepción de la recreación educativa, se sostiene como aspiración que esta colabore en la transformación del tiempo disponible o libre de obligaciones de los participantes, en praxis de la libertad y genere protagonismo y autonomía.

Para este autor, la recreación obtiene el carácter de educativa, en tanto existe una dirección exterior a las personas; establece objetivos de transformación cualitativa; es llevada a cabo en estructuras específicas, al referirse a los escenarios donde se realiza; posee metodologías de acción, para el logro de los objetivos; y cuenta con personal formado profesionalmente. Desde esta óptica, la mejor actividad recreativa es aquella que está por inventarse, decidir sus condiciones, reglas, la calidad de participación de cada miembro del grupo y el modo de evaluarla.

Por su parte, Carreño et al. (2011) afirma que la recreación adquiere un lugar central dentro de la escuela, pues no es una acción que se realiza en un determinado momento, sino que concibe a la escuela como un contexto donde hay que hacer algo más allá de lo simple y lo tradicional. En este sentido, abrir la posibilidad de relacionarse con el mundo, encontrar nuevos caminos de socialización, tanto social como cultural y dar la posibilidad de crear mundos imaginarios.

La recreación es vista como un medio que contribuye al ámbito educativo y abre posibilidades de intervención y trabajo, con aporte a la formación en los procesos educativos (Lema, 2011); en el contexto de la escuela, vuelve a re-crear, en ciertos casos, espacios de tiempo y lugar para pensar y disfrutar. Esta manera de posibilitar los espacios invita a los maestros y estudiantes a cambiar su manera de convivir en la escuela y ser más participes en actividades recreativas que orienten un trabajo pedagógico, innovador y llamativo (Carreño, et al., 2014).

El propio autor agrega que la recreación vista como una nueva asignatura en la escuela, no solo debe estar vinculada en la organización de actividades para el aprovechamiento del



tiempo libre, sino también con la posibilidad de trabajar en proyectos transversales, diseños de espacios como ludotecas o espacios de modelo pedagógico de interacción en el aula.

Arráez y Montes (2014) consideran la construcción de un modelo idóneo para la buena utilización del tiempo libre desde la escuela, donde las actividades recreativas son las protagonistas, recurre a la participación activa y efectiva de todos los actores sociales, está conformado por especialistas en el área de la recreación, e integra a todos los docentes.

Es un gran reto lograr que los estudiantes primero cumplan con sus deberes y luego empleen su tiempo libre en actividades sanas; puede ser algo difícil hacer que dejen sus dispositivos móviles y compartan más con sus compañeros de clase, lo ideal es hacerles comprender que al aprovechar más su tiempo y ser más productivas sus tareas, pueden disfrutar más de su tiempo libre (Prado y Sivincha, 2019).

Un aspecto a considerar es la particularidad de los estudiantes que pertenecen a centros de estudios donde se combina la enseñanza académica con la práctica en la formación deportiva. Estas instituciones docente-deportivas se caracterizan por tener un reglamento de obligatorio cumplimiento que norma y regula la organización, en correspondencia con el régimen escolar definido, ya sea externo, semi-interno o interno, acorde con su encargo estatal o misión social.

En ellas, se propicia la participación activa y consciente en actividades de estudio, deporte y trabajo, en un ambiente agradable y placentero; además, se combinan adecuadamente los métodos formativos y de enseñanza-aprendizaje en función del desarrollo multilateral y armónico de la personalidad, como finalidad de la educación cubana.

Tal es el caso, en Cuba, de las Escuelas de Iniciación Deportiva (EIDE), las Academias Deportivas y la Escuela Superior de Atletas de Alto Rendimiento (ESFAR), las que forman parte de la pirámide de alto rendimiento del deporte cubano.

Específicamente, las EIDE son centros especializados dentro del sistema nacional de educación, donde se ofrece la enseñanza correspondiente a los planes de estudio y



programas establecidos, y en las que se enfatiza en el desarrollo de las habilidades y destrezas deportivas, desde edades tempranas; cuentan con alojamiento, alimentación, implementos deportivos, servicios de medicina deportiva, con los mejores profesores y técnicos de cada una de las regiones, y tienen carácter gratuito. Allí llegan los estudiantes-atletas provenientes de las enseñanzas primaria, secundaria y preuniversitaria con aptitudes para convertirse en futuros campeones, los que inician una rigurosa etapa de preparación, sin descuidar la docencia (Labrada et al., 2007).

La particularidad radica en que los estudiantes que ingresan a estos centros, a partir de los objetivos educativos y misión, transitan por las diferentes categorías (escolar, juvenil), con un horario de actividades que organiza la vida desde la formación escolar, el deporte, los procesos de alimentación, aseo, y el tiempo libre (García y González, 2019). En esta etapa son sometidos a un mayor régimen de entrenamiento y se elevan las exigencias de las cargas, con el fin de perfeccionar su rendimiento deportivo, y la posterior inserción en los equipos nacionales.

Unido a este proceso de entrenamiento, se desarrolla con igual rigurosidad el proceso docente educativo, incluido el de la Enseñanza Preuniversitaria, con las exigencias de la misma y se adiciona la preparación para las pruebas de ingreso a la Educación Superior. Todo ello demanda una atención al desarrollo de la vida del estudiante-atleta, por parte de los diversos factores que deben garantizar un eficiente proceso de formación, a partir de la organización del tiempo real disponible, de forma que se garantice en armonía, el rendimiento docente y el deportivo y se propicie un desarrollo integral.

Según revelan Álvarez et al. (2022), diversos estudios realizados en torno al proceso formativo de los deportistas de alto nivel ponen de manifiesto que sin los recursos y apoyos adecuados a lo largo de su trayectoria vital, se reducen considerablemente las posibilidades de compaginar de manera efectiva la educación, con la práctica deportiva de alta competición.

Por otro lado, la formación integral del estudiante-atleta implica promover el crecimiento multidimensional de la persona, desarrolla aspectos como la inteligencia emocional,



intelectual, social, moral, ética, espacial y corporal. Esta es una realidad cada vez más demandante de atención sobre todo, si se toma en consideración que una parte de los estudiantes insertados en centros de iniciación deportiva no culminan su vida adulta como atletas de élite, sino que se integran a distintos centros de educación para luego incorporarse a la vida social desde diversos espacios (Álvarez, et al. 2023).

Es por ello que constituye un elemento de vital importancia la correcta organización y utilización del tiempo libre de estos estudiantes, lo que presupone una relación dialéctica con la salud mental y física en aras de un mejor estilo y calidad de vida. Para ello, las actividades planificadas y organizadas en este tiempo deben estar acorde con el deporte practicado y sus particularidades, necesidades e intereses, así como los objetivos de la institución.

Sin embargo, en la práctica cotidiana, tal como lo reflejan García y González (2019) se observa que en ocasiones en los centros deportivo-docentes existe poca participación de los estudiantes-atletas en actividades físicas recreativas variadas por la pobre oferta que se realiza de estas, y tienen poca influencia educativa; a la vez, no siempre se manifiesta la participación del personal del centro (profesores, entrenadores, otros trabajadores) en el proceso de la recreación y utilización del tiempo libre para los estudiantes y existen insuficiencias en el conocimiento de los primeros en cuanto a la labor que puede desempeñar la recreación en la escuela.

Estas irregularidades provocan desmotivación en los estudiantes, inciden negativamente en su rendimiento, tanto en el aula como en el entrenamiento y repercuten en el cumplimiento del encargo social de la institución (formación y educación). Para evitar esto, las escuelas del sistema de enseñanza y formación deportiva deben lograr la implementación de proyectos y estrategias recreativas de utilización del tiempo libre que partan del diagnóstico de sus necesidades, gustos y preferencias y la caracterización de los estudiantes-atletas, se concreten en una programación variada que contemple ofertas artísticas, históricas y sociales, en la que se involucren los diferentes actores (profesores, entrenadores, trabajadores, familia).



Se coincide con Díaz et al. (2023) cuando expresa que la recreación implica un universo sensible lleno de complejidades y soluciones que exige una sistemática labor, matizada por el ejercicio de la creatividad, sobre la base de actividades novedosas, caracterizadas por su diversidad y orientación educativa, desde el diseño y la puesta en práctica de propuestas que estimulen la participación de los sujetos, como principales protagonistas de este proceso.

CONCLUSIONES

A partir de la importancia concedida en el mundo contemporáneo a la temática sobre el uso del tiempo libre mediante la recreación, se reconoció la atención que se le debe prestar al uso recreativo que los estudiantes le consignan a este tiempo, a partir de su perfil educativo, y como potenciadora de una vivencia enriquecedora dirigida hacia la satisfacción de necesidades e intereses, así como a la formación integral.

Dadas las particularidades de los centros docente-deportivos en que se combina las exigencias de los estudios con el proceso de entrenamiento deportivo, se develó la necesidad de prestar una atención priorizada a la utilización de la recreación en el tiempo libre educativo y creativo, desde el contexto de las EIDE, en función de satisfacer las necesidades, intereses y la formación integral de estos estudiantes-atletas. Para ello fue esencial la consecución e implementación de proyectos y estrategias recreativas, con una programación variada e integra, desde el diagnóstico, en la que se involucre todo el personal de la institución, en coordinación con otros factores.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Álvarez Cobas D., Cala Peguero T. Y. & Ordaz Hernández M. (2022). Estrategia de orientación psicopedagógica para la calidad educativa: un reclamo en la formación de atletas. *Podium. Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 17(3), 925-941.

Álvarez Cobas D., Cala Peguero T. Y., Ordaz Hernández M. & Castro Peñate E. (2023). El trabajo colaborativo en la formación integral de estudiantes-atletas. Aportes desde la



- orientación psicopedagógica. *Lecturas: Educación Física Y Deportes*, 28(300), 105-117.
<https://doi.org/10.46642/efd.v28i300.3339>
- Arráez, O. J. (2013). Educar para la buena utilización del tiempo libre y mejorar la calidad de vida. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 18(185), 1-6.
- Arráez Rodríguez O. J., Montes Zavarce E. L. (2014). La recreación en la acción educativa para optimizar el tiempo libre. *EFDeportes.com, Revista Digital*. Buenos Aires, Año 18, N° 188.
- Arriagada, C. R. & Fuentes Vilugron G. (2023). La calidad del uso del tiempo libre de los estudiantes en beneficio del ocio, recreación y actividad física en centros educativos de enseñanza básica de la comuna de Padre las Casas, IX región, Chile (The quality of students' use of free time for leisure, recreation and physical activity in elementary schools in the commune of Padre las Casas, IX region, Chile). *Retos*, 48, 190196. <https://doi.org/10.47197/retos.v48.96793>
- Camargo Casadiego, Y. M., & Bejas Monzant, M. (2021). Actividades institucionales para el uso del tiempo libre de los alumnos. *Revista De Propuestas Educativas*, 2(4), 155171. <https://doi.org/10.33996/propuestas.v2i4.228>
- Camino Herrera, E. A.; Fernández Sánchez, M. E.; Montero Rodríguez, M. E. (2021). Estrategias para el uso adecuado del tiempo libre en los recreos escolares del bachillerato. (Revisión). *Roca. Revista científico-educacional de la provincia Granma*, 17(1), 500-514.
- Carmona, V. (2015). Aprovechamiento del tiempo libre y realización de actividad física regular en comunidad universitaria de Colombia. Prueba piloto. *CES Movimiento y Salud*. 3(1): 16-22.
- Carreño, J., Rodríguez A. y Gutiérrez, P. (2011). La recreación como resignificación social de la cultura desde la escuela (debate en torno a la representación social). Recuperado de



- http://sedici.unlp.edu.ar/bitstream/handle/10915/35087/Documento_completo_M44.pdf?sequence=1.
- Carreño J., Rodríguez A. y Gutiérrez P. (2014). Lineamientos de intervención de la recreación en la escuela. *Magis. Revista internacional de investigación en educación*, 6 (13), 83-97.
- Díaz Rodríguez del Rey, Carmen Raquel, Rodríguez Galindo, Emilio Javier, Sosa Loy, Desiderio Alberto, Gómez Anoceto, Omar, Hernández Hernández, Noslén, & Rodríguez Díaz, Raquel. (2023). Orientación educativa de la recreación física en la enseñanza artística en Villa Clara. *Conrado*, 19(90), 408-420. Epub 27 de febrero de 2023. Recuperado en 21 de abril de 2024, de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S199086442023000100408&lng=es&tlng=pt.
- Elizalde R. y Gomes C. (2010). Ocio y recreación en américa latina: conceptos, abordajes y posibilidades de re significación. *Polis, revista de la Universidad Bolivariana*, 9 (26), 2-16.
- García Velazco O.L, & González A. (2019). Actividades físico-recreativas para la formación integral de estudiantes-atletas de las escuelas deportivas. *Ciencia y Actividad Física*, 6(2), 47-59.
- Guerra Y. M., Rubio A. M. M. & Silva N. C. B. (2014). Formación integral, importancia de formar pensando en todas las dimensiones del ser. *Educación y desarrollo social*, 8(1), 48-69.
- Labrada, E., Almaguer, A. y Sánchez, J. L. (2008). Las bases del deporte de alto rendimiento en Cuba. *Revista Digital*, 13 (119), Recuperado de <http://www.efdeportes.com/efd119/las-bases-del-deporte-de-altorendimiento-en-cuba.htm>



- Lema, R. (2011). La recreación educativa: modelos, agentes y ámbitos. *Revista latinoamericana de recreación*, 1 (1), 77-90.
- Lugones León, N. M; Nieves Pérez, M. D.; Pérez Surita, Y. & Pérez León, I. (2020). Estudio del tiempo libre en estudiantes becados de Ciencias Médicas de Villa Clara. *Ciencia y Actividad Física*, 7(1), 88-103.
- Martínez G. H. & Caraballo O. J. V. (2023). Estrategias para el aprovechamiento del tiempo libre en los estudiantes de octavo grado de la Institución Educativa Liceo La Pradera. *GADE: Revista Científica*, 3(4), 115-136.
- Meléndez Brau, N.(2008).Educación para el tiempo libre. *Revista pedagogía*, volumen 41, número 1, 87-112.
- Pérez Sánchez, A. (2010). *Recreación: fundamentos teórico metodológicos*. Instituto Politécnico Nacional.
- Prado Espinoza A. & Manuel Sivincha D. M. (2019). Efecto del programa educativo" emprendí el éxito a mi favor" en la práctica del uso del tiempo libre de adolescentes IE Bethoven Alto Selva Alegre-2018.
- Quintero, M. (2011). La recreación como campo. Aproximaciones a una posible realidad. *Revista latinoamericana de recreación*, 1 (1), 64-76.
- Rivera, D. L. A., Gutiérrez, M. D. C. V., Contreras, J. A. V., Fernández, N. B., & Ramírez, M. D. J. G. (2016). Los estilos de aprendizaje en la formación integral de los estudiantes. *Boletín Redipe*, 5(4), 109-114.
- Sarrate Capdevila, M. L. (2008). Ocio y tiempo libre en los centros educativos. *Bordón: revista de pedagogía*, 60(4), 51-61.
- Suárez Ortega, C. M., & Moreno Carmona, N. D. (2022). Incidencia de las actividades extraescolares deportivas en los procesos escolares y en aspectos sociofamiliares y



psicológicos de niños, niñas y adolescentes. *Retos: Nuevas Perspectivas de Educación Física, Deporte y Recreación*, 46.

Vera, S. E. P. (2018). Factores que aportan las actividades lúdicas en los contextos educativos. *Revista Cognosis*. ISSN 2588-0578, 3(2), 93-108.

Villa, J. A. R., Sosa, O. P., & Félix, J. M. (2017). Estudio descriptivo del empleo de tiempo libre en estudiantes de la escuela secundaria Artemisa Córdova de Moreno, Sonora México. *EmásF: Revista digital de Educación Física*, (48), 96-107.

Waichman, P. A. (2015). Recreación: ¿educación o pasatismo? De la alienación a la libertad. *Quadernsanimacio. net*, 21, 1-16.

WLRA (1994). "International CharterforLeisureEducation", ELRA (EuropeanLeisure and RecreationAssociation), summer, 13-16. Edición en español en Cuenca, M. (2004), *Pedagogía del ocio: Modelos y Propuestas*. Universidad de Deusto, Bilbao: pp. 315-324.

Conflictos de intereses:

Los autores declaran no tener conflictos de intereses.

Contribución de los autores:

Los autores han participado en la redacción del trabajo y análisis de los documentos.



Esta obra está bajo una licencia de Creative Commons Reconocimiento-NoComercial 4.0 Internacional.

