



UNIVERSIDAD
DE ATACAMA

FACULTAD DE HUMANIDADES Y EDUCACIÓN

DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTES Y RECREACIÓN

**“DISEÑO Y VALIDACIÓN DE UN INSTRUMENTO PARA DETERMINAR EL
USO DEL TIEMPO LIBRE Y DE OCIO EN PERIODO DE PANDEMIA POR
PARTE DE LOS ALUMNOS Y ALUMNAS DE ENSEÑANZA BÁSICA”**

Trabajo de titulación presentado en conformidad a los requisitos para obtener el Grado
de Licenciado en Educación y Título de Pedagogía en Educación Física

Profesor patrocinante: Mg. César Araya Zarricueta

Kimberly Ninoska Gómez López

Copiapó, Chile 2023

Índice

DEDICATORIA	4
AGRADECIMIENTOS	5
RESUMEN	6
ABSTRACT	8
CAPÍTULO I: MARCO INTRODUCTORIO	9
OBJETIVO GENERAL:.....	11
OBJETIVOS ESPECÍFICOS:	11
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA:	12
ANTECEDENTES:	12
JUSTIFICACIÓN	14
CAPÍTULO 2. MARCO TEÓRICO	15
2.1. El Sistema Educativo en Chile:.....	15
2.1.1. Características del sistema escolar chileno:	17
2.2.2 Departamento de Administración Educacional Municipal (DAEM).....	18
2.2.3 Servicio Local de Educación Pública (SLEP).....	18
2.2.3.1. Servicio Local de Educación Pública Huasco (SLEP Huasco).....	19
2.2.3.2 Servicio Local de Educación Pública Atacama (SLEP Atacama)	19
2.2 Pandemia.....	20
2.3 Confinamiento.....	20
2.4 Cuarentena	21
2.4.1 Cuarentena preventiva	21
2.4.2 Cuarentena total	22
2.5 Crisis social y pandemia en Chile.....	22
2.6 ¿Qué ocurrió con la educación de los estudiantes en confinamiento?	23
2.7 Plan Paso a Paso primera etapa.....	23
2.8 Tiempo Libre	24
2.8.1 Historia del Tiempo Libre.....	24
2.8.2 Importancia del tiempo libre	27
2.8.3. Los niños y el tiempo libre.....	28
2.8.4 Tiempo Libre y Recreación.....	29
2.8.5 Aprovechamiento del tiempo libre.....	29

2.8.6 Tiempo libre y Educación Física	29
2.9 Tiempo de Ocio.....	30
2.9.1 Historia Tiempo de Ocio:.....	30
2.9.2 Tiempo de Ocio y su uso.....	31
2.9.3 Actividades de Ocio focalizado	32
2.9.4 Ocio deportivo	32
2.9.5 Ocio con el componente social	32
2.9.6 Ocio digital.....	32
2.10. Factores del tiempo libre y ocio:.....	33
CARTAS DE TIEMPO LIBRE Y TIEMPO DE OCIO:	34
2.11. Carta Internacional Del Ocio	34
2.12 Carta Internacional Del Tiempo Libre	35
2.12.1. Tiempo libre y ocio en situación de pandemia Covid 19:.....	36
2.12.2. Impacto de la Pandemia en niños y niñas:	37
LOS NIÑOS ENFERMAN	37
LOS PROBLEMAS DE LA SALUD MENTAL VAN EN AUMENTO	38
2.13 Gamificación.....	38
2.13.1. Efecto de las pantallas sobre la salud infantil	39
CAPÍTULO III: METODOLOGÍA	40
3.1. Operacionalización de las variables:.....	41
3.2. Validación del instrumento:	41
3.2.1 Fase inicial: Revisión bibliográfica.....	41
3.2.2. Fase preparatoria: Diseño del cuestionario	42
3.2.3. Fase de recolección de información: distribución y cumplimentación de los cuestionarios	43
3.2.4. Fase exploratoria: Validación del instrumento por expertos.....	43
3.2.5. Fase final: elaboración del cuestionario definitivo	44
CAPÍTULO IV: ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS.....	45
4.1 Análisis de resultados	45
4.2 Análisis de fiabilidad	45
4.3 Resultados descriptivos por dimensiones	46
VALORACIÓN CUALITATIVA DE LOS EXPERTOS	52
CAPÍTULO V: CONCLUSIONES	58

CAPÍTULO VI: BIBLIOGRAFÍA	60
CAPÍTULO VII ANEXOS:	63
Anexo Nro. 1 Cronograma.....	63
Anexo Nro. 2 Operacionalización de variables	64
Anexo Nro. 3 Valoración de expertos	72
Anexo Nro. 4 Cuestionario final validado	79

DEDICATORIA

En primera instancia a mi madre María por darme la oportunidad de poder estudiar con lucha y sacrificio, por su enorme esfuerzo día a día, por demostrarme que con esfuerzo y perseverancia podemos lograr lo que queremos, Además por el cuidado y cariño que le entrega a mi hija para yo poder estudiar, por su gran preocupación que tuvo por parte de ella durante todos estos años, gracias por sacrificar tanto por mí.

Mi papa Rodrigo, él ha sido un apoyo fundamental de igual manera en mis estudios, constantemente apoyándome en todo momento cuando más lo necesite.

A mis hermanos (as), al cual me han demostrado lo difícil que podía ser, pero que con lucha todo se podía e iba a llegar lejos.

A mi pareja Nicolás quien es el padre de mi hija Eileen, al cual me ha ayudado mucho con el cuidado de ella para yo poder estudiar, gracias por apoyarme en mis momentos más difíciles de estrés y cansancio.

A todos ustedes gracias por amarme, por sus palabras de aliento preocupación y motivación, gracias por enseñarme valores, por guiarme en el buen camino, por ser parte de mi vida, por tantos y bonitos recuerdos que tengo junto a su lado, tantas risas, abrazos, enojos sin ustedes nada de esto hubiese sido posible, y sobre todo gracias por ser mi familia. Los amo a todos y muchas gracias por estar siempre a mi lado.

AGRADECIMIENTOS

Primeramente, Agradecer a la Universidad de Atacama por haberme aceptado ser parte de ella y abrir las puertas para poder estudiar mi carrera (Licenciatura en Educación y Pedagogía en Educación Física), así también a los profesores que estuvieron presentes con su apoyo día a día.

También doy gracias a la profesora Diana Flores Noya quien estuvo presente apoyándome en la construcción del instrumento (Operacionalización de variables) y así avanzar mi seminario.

Al profe Bryan, por su constante compromiso y ayuda para poder terminar mi seminario de titulación y así teniéndome toda la paciencia del mundo.

Mi querido profesor tutor César Araya Zarricueta, sin el nada de esto hubiese sido posible, quiero agradecerle enormemente todo el compromiso, paciencia, y dedicación por mi seminario de titulación, siempre apoyándome en todo momento para que esto resultara, fue lucha tras lucha, pero puedo decir que lo logramos juntos, muchas gracias por todo profesor.

Para finalizar una frase de Albert Einstein: “Nunca consideres el estudio como obligación, sino como una oportunidad para penetrar en el bello y maravilloso mundo del saber”.

RESUMEN

El buen uso del tiempo libre y el aprovechamiento del tiempo de ocio, han sido objeto de estudio por parte de diversos autores asociados al área de la filosofía, sociología, psicología y especialmente del ámbito de profesionales vinculados a la actividad física y el deporte. Incluso organizaciones internacionales representativas de países, han considerado importante definir a través de cartas, los derechos que tiene el ser humano para hacer uso de ambos tiempos.

Es por lo anterior, que se inicia esta investigación con la motivación de saber que ocurrió en los estudiantes de los establecimientos educacionales, respecto al uso de ese tiempo libre y de ocio en periodo de pandemia y especialmente qué actividades realizaron bajo esa condición, entendiendo que desde las diferentes restricciones sociales que las autoridades establecieron, esto les generó, un incremento de permanencia de tiempo, en casa.

Esta inquietud por identificar dichas actividades, llevó a revisar en la bibliografía, si había algún instrumento que permitiera establecer en que ocupaban esos tiempos libre y de ocio los estudiantes, se encontró que solo había algunas iniciativas aplicadas en tiempos normales y sólo una asociada al ocio en idioma español. Es por ello que nace el propósito de construir y validar un cuestionario sobre uso de tiempo libre y de ocio en pandemia, por parte de estudiantes de ese nivel educacional.

Para la realización del presente trabajo de investigación descriptiva, se ha empleado una metodología cualitativa no experimental, con aproximación cuantitativa en la recogida y el tratamiento de datos. De las distintas modalidades de instrumentos de recogida de información existentes, se optó por el cuestionario Para el diseño y construcción del mismo se siguió parcialmente el un proceso múltiple de validez de contenido de tres etapas: revisión documental previa, panel de expertos y aplicación a una muestra con una verificación de la fiabilidad mediante el coeficiente de consistencia interna de Alpha de CronBach.

Son múltiples las técnicas y procedimientos a seguir en este tipo de estudios, siendo el método Delphi el utilizado en esta investigación, que se sustenta en la opinión de 5 expertos sobre la claridad, pertinencia y adecuación del cuestionario, mediante una escala de validación.

Los resultados denotan que fue posible construir el cuestionario (30 ítems) y que este posee propiedades adecuadas que lo convierten en una herramienta apropiada para evaluar, qué actividades realizaron los estudiantes de enseñanza básica bajo el confinamiento, quedando confirmado su rigor y valía como correcto instrumento de análisis.

Palabras claves: Tiempo libre, Tiempo de ocio, Enseñanza Básica, Método Delphi.

ABSTRACT

The good use of free time and the use of leisure time have been the object of study by various authors associated with the area of philosophy, sociology, psychology and especially the field of professionals linked to physical activity and sport. Even international organizations representing countries have considered it important to define through letters the rights that human beings have to make use of both times.

It is because of the above, that this investigation begins with the motivation of knowing what happened in the students of the educational establishments, regarding the use of that free and leisure time in the period of pandemic and especially what activities they carried out under this condition, understanding that from the different social restrictions that the authorities established, this generated an increase in their stay at home.

This concern to identify these activities, led to review in the bibliography, if there was any instrument that would allow to establish in which these free and leisure times were occupied by the students, it was found that there were only a few initiatives applied in normal times and only one associated with leisure. In Spanish language. That is why it

was born from the purpose of building and validating a questionnaire on the use of free time and leisure in a pandemic by students of that educational level.

To carry out this descriptive research work, a non-experimental qualitative methodology has been used, with a quantitative approach in the collection and treatment of data. Of the different modalities of existing information collection instruments, the questionnaire was chosen. For its design and construction, a multiple process of content validity in three stages was partially followed: prior documentary review, panel of experts and application to a sample with a reliability check using CronBach's alpha internal consistency coefficient.

There are multiple techniques and procedures to be followed in this type of study, the Delphi method being the one used in this research, which is based on the opinion of 5 experts on the clarity, relevance and adequacy of the questionnaire, through a validation scale.

The results denote that the constructed questionnaire (30 items) has adequate properties that make it an appropriate tool to evaluate what activities basic education students carried out under confinement, confirming its rigor and value as a correct analysis instrument.

Keywords: Free time, Leisure time, Basic Education, Delphi Method.

CAPÍTULO I: MARCO INTRODUCTORIO

Presentando el marco introductorio, este estudio corresponde a la línea de investigación del departamento de Actividad Física y salud. El COVID-19 o novel coronavirus, es una pandemia global de enfermedad respiratoria aguda causada por este virus, que filogenéticamente está estrechamente relacionado con SARS-CoV. Comenzó en diciembre de 2019 en Wuhan, en China y fue declarada pandemia global el 11 de marzo de 2020.

Para frenar la propagación del COVID-19, las autoridades chilenas han decretado el cierre masivo de escuelas, lo cual transformó a la educación a distancia en la medida más importante al interior de las comunidades escolares. Las estimaciones obtenidas por medio del cuestionario de estudiantes del SIMCE permiten observar el grado en el cual los niños, niñas y adolescentes cuentan con la posibilidad de utilizar un dispositivo para la formación remota. En esta materia el 87% de los estudiantes posee acceso a dispositivos de este tipo, pero, nuevamente, existe una importante brecha entre el quintil más bajo y el más alto (un 77% y un 97% respectivamente).

Debido a la alta heterogeneidad de capacidades y recursos por parte de las familias y de las escuelas, este tipo de formación a distancia también ha evidenciado la existencia de brechas, que no permiten que tenga el mismo impacto en toda la población. Esto debido a que no basta con que los establecimientos provean dichos programas y que los estudiantes tengan medios a su disposición para acceder a dicha formación, ya que, también es necesario que posean habilidades necesarias para guiar su propio proceso de aprendizaje, de una manera más autónoma.

Esta digitalización forzada de la educación, para la cual ni la totalidad de familias ni de docentes estaban preparados, ha generado tensión en ambos contextos. Se incrementa el estrés laboral en el colectivo de profesores (Robinet Serrano & Pérez-Azahuanche, 2020), se agudiza la brecha digital existente y las desigualdades se hacen más patentes (Belmonte & Bernárdez, 2020; Lloyd, 2020), así como aumentan los conflictos familiares como consecuencia de la situación de confinamiento ante un incremento -por imposición- de la coexistencia familiar (Molina, 2020).

Considerando, esa estaba “obligada” en el hogar, (que podría asociarse al agobio, la saturación y agotamiento), lleva a preguntarse ¿de qué manera se ha realizado esa gestión del uso del tiempo libre o de ocio? y especialmente ¿qué actividades han realizado los estudiantes, bajo esa condición?. Tomando como punto de partida estas interrogantes, se motivó la realización de una investigación, que permitiera establecer dichas actividades, para ello fue importante establecer la creación y validación de un instrumento para definir el uso de ese tiempo en dicha condición.

Antes de comenzar el tema de desarrollo del estudio propiamente tal, es necesario delimitar qué se entiende por ocio, ya que ha sido conceptualizado de diferentes formas, siendo la más transversal la que indica que “es un derecho humano para la mejora de la calidad de vida de las personas”. (WLRA, 1994). Ahora respecto a los Tiempos Libre y de Ocio se debe decir que son conceptos que están relacionados, el ocio forma parte del Tiempo Libre y no se relaciona con la pereza, se trata de darse el tiempo para la reflexión y realizar un conjunto de actividades. “El Tiempo Libre, (parte del tiempo vital), es un espacio de tiempo en el que no hay obligaciones, y es de libre disponibilidad de la persona para realizar actividades que considere oportunas, se distingue el Tiempo Libre como consumo y el Tiempo Libre como inversión”. (Junco J. 2020) Atendiendo lo anterior, y producto de la amplia revisión de la literatura sobre el tema, se adoptó, para los fines de esta investigación, un análisis del contenido de estas definiciones lo que permitió establecer, ocho dimensiones que orientaron la construcción del cuestionario: educativa, deportiva, social, digital, tiempo libre y recreación, artística, aprovechamiento del tiempo libre y actividades lúdicas las que a través de las 31 preguntas permitirán establecer, los cambios que han experimentado las prácticas de ocio durante el confinamiento.

La organización de este trabajo de investigación está definida a partir de las orientaciones dadas por la vicerrectoría académica y contempla, una revisión bibliográfica sobre las temáticas a abordar y estudios realizados al respecto, un tratamiento metodológico con la explicación de los pasos esenciales, para la construcción, validez y prueba piloto realizada, un análisis e interpretación de resultados y sus conclusiones.

OBJETIVO GENERAL:

- Establecer un instrumento que permita definir el uso del Tiempo de Ocio y Tiempo Libre en los alumnos y alumnas en periodo de pandemia.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

1. Construir y validar un instrumento para identificar el tipo de actividad desarrollada en el Tiempo Libre y Tiempo de Ocio durante el confinamiento.
2. Operacionalizar variables para determinar las dimensiones y categorías de análisis
3. Determinar la confiabilidad y validez interna del instrumento (validez constructo, validez de contenido).

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA:

En la actualidad a nivel mundial aún se sigue sufriendo la pandemia llamada COVID-19 (Coronavirus) que ha impactado tan potentemente, en la salud física y mental de las personas. A las medidas de aislamiento que las autoridades han tomado para poder evitar los contagios, se les denominó cuarentena, las cuales por resoluciones exentas emitidas por el Ministerio de Salud chileno se han tenido que respetar y cumplir. Todo lo anterior lleva a preguntarse ¿Cómo han utilizado su tiempo libre y de ocio, los estudiantes de enseñanza básica, en periodo de pandemia? La posible respuesta a esta incógnita podría ayudar a descifrar cómo se han visto afectados o beneficiados en el uso de ambos tiempos. Sin embargo, en la revisión bibliográfica y en búsqueda de instrumentos para consultar esta situación, se ha determinado que no existen cuestionarios o encuestas exclusivas para aplicar a dichos estudiantes en esta condición y es por ello que se hace necesario, construir y validar un instrumento que aborde las dimensiones asociadas a la temática.

ANTECEDENTES:

Respecto a investigaciones, artículos científicos o publicaciones en revistas relacionadas con la temática se pudo identificar una publicación del año 2020 denominada “Ocupación del tiempo libre en tiempos de pandemia COVID-19”, de la Magister Jenny Junco Supa, en ella la docente hace una referencia al uso del tiempo libre pre – pandemia indicando que para comprender la situación en pandemia, de igual manera se debía revisar la importancia y la gestación de las mismas en el contexto de la normalidad. Establece definiciones conceptuales sobre la importancia del tiempo libre y del ocio concordando con los beneficios que también define la autora en esta investigación. Intenta detallar sobre el impacto de esta pandemia y propone algunas pautas para el uso adecuado del tiempo libre y actividades para el ocio focalizado. Varias de esas actividades concuerdan con las dimensiones establecidas para la construcción del cuestionario de la investigación.

Por otra parte, en febrero del año 2022 se publicó el estudio “Beneficios del ocio familiar durante el confinamiento” de un grupo de autores españoles que consistió en evaluar cómo el confinamiento afectó a las actividades de ocio familiar, recogiendo información de 763 familias. Se utilizó un instrumento en línea compuesto por 61 ítems, para medir, entre otras dimensiones, los beneficios, características y cambios experimentados en el ocio familiar. Ese trabajo ha otorgado la posibilidad de obtener resultados acerca del ejercicio del ocio familiar frente a una realidad desconocida para el ser humano. Por consiguiente, se ha podido constatar acerca de los cambios que han desencadenado esta nueva realidad sobre la forma de vivir el tiempo en familia, poniendo de manifiesto, al igual que la literatura previa. Las familias participantes en ese estudio afirman que su ocio, el cual califican como altamente necesario en tiempos de coronavirus, ha sido bastante divertido, voluntario y deseado, además de saludable. Finalmente, los resultados señalan que la participación regularmente de los progenitores en el ocio familiar en dinámicas como comer juntos, pasatiempos, deportes informales, actividades de jardín, juegos de mesa, lectura, televisión o videojuegos juntos, contribuye a mejorar la cohesión, adaptabilidad y funcionalidad familiar en general.

En este sentido los resultados obtenidos se alejan de la imagen negativa y oscura que asocia el ocio en familia con experiencias de escasa calidad, incremento estrés y desinterés tal como lo manifestaban Martínez et al en el año 2019. Recalcar que es una variable poco estudiada, el cual en palabras de sus autores “ha contribuido a que esta emerja con fuerza como línea de investigación educativa, pues hasta ahora se encontraba desatendida en el panorama español”. Y sus resultados denotan que el cuestionario resultante (61 ítems) posee propiedades psicométricas adecuadas que lo convierten en una herramienta apropiada para evaluar el ocio familiar, quedando confirmado su rigor y valía como correcto instrumento de análisis. El cual sirve como orientador del instrumento a utilizar en este estudio.

Otro estudio denominado “Los usos del tiempo en la pandemia, análisis preliminar de los datos recolectados en una encuesta” (Arias, C. 2021) consideró en la última de sus dimensiones una dedicada al uso del tiempo de tiempo libre y ocio. Los resultados del análisis de esta última dimensión de los usos del tiempo son complementarios y consistentes con el resto de los datos de la encuesta: prácticamente la mitad de las personas encuestadas señalaron haber tenido menos horas para destinar al ocio durante la pandemia. Como fueron las mujeres quienes manifestaron un mayor incremento del tiempo dedicado a las tareas domésticas y de cuidado, resulta coherente que sean ellas quienes indicaron tener menos tiempo libre. Además, entre los posibles motivos que provocaron esa disminución se resaltan precisamente la sobrecarga laboral y el aumento de las obligaciones domésticas. La proliferación de discursos y percepciones sociales asociadas al agobio, la saturación y el agotamiento se evidencian de manera elocuente en los resultados. La pandemia y el confinamiento alteraron la vida de la población, afectaron sus prácticas cotidianas y las representaciones construidas sobre ellas.

JUSTIFICACIÓN:

El motivo que llevó a trabajar en esta investigación y por ende a proponer esta construcción y validación del instrumento, está fundado en el ámbito en que se debe desenvolver el profesor de Educación Física, especialmente cuando se habla del uso de Tiempo Libre y Tiempo de Ocio en el ámbito formal y no formal. Esto porque no existía información oficial, a través de estudios sobre la temática en tiempos de pandemia y

porque debe ser una preocupación constante del docente para poder incentivar en esos tiempos, el gusto por la práctica de actividad física y deporte y así evitar enfermedades y trastornos no transmisibles, (Hipertensión, Depresión, etc)

Además, esta investigación ofrecerá un nuevo conocimiento sobre el uso de ambos tiempos en pandemia, con la construcción y validación de un instrumento novedoso, que aborda varias dimensiones y que puede ser un aporte en la aplicación en futuras investigaciones en esta línea y para que, a partir de los resultados obtenidos, se proponga algunas pautas para el uso adecuado del tiempo libre y de ocio, durante esta pandemia, las mismas que pueden ser útiles en otras condiciones.

ALCANCES:

Los alcances que tendrán esta construcción y validación del instrumento realizado en esta investigación, son de tipo académico y basándose en lo que plantea Sampieri respecto a que “busca especificar las propiedades, las características y los perfiles de personas, grupos, comunidades, procesos, objetos o cualquier otro fenómeno que se someta a un análisis. Es útil para mostrar con precisión los ángulos o dimensiones de un fenómeno, suceso, comunidad, contexto o situación”, lo que permitirá establecer si la comunidad considera que el buen uso del tiempo libre y de ocio nace desde el derecho a divertirse, desarrollarse y descansar, situación que, en periodo de confinamiento, no se sabía si se estaba generando, de esa manera. Por lo que futuros estudios locales o nacionales al respecto, podrán determinar si se cumplía con esa premisa y de no ser así, proponer a las autoridades educativas, un programa para que se presenten alternativas de esparcimiento y recreación de dichas personas.

CAPÍTULO 2. MARCO TEÓRICO

2.1. El Sistema Educativo en Chile:

Para el logro de los objetivos de esta investigación y en consideración al contexto donde se desenvuelven los participantes de la muestra a quienes se les aplicará el futuro instrumento, sin lugar a dudas, el sistema escolar chileno es el espacio donde los estudiantes también pueden desarrollar actividades de buen uso del tiempo libre y de ocio. Este sistema puede ser analizado como un caso único y particular en el concierto internacional. Existe consenso entre investigadores de la educación, científicos sociales e historiadores que las reformas llevadas desde 1980 pueden entenderse como el momento fundacional de un nuevo modelo político, económico y social, que convirtió radicalmente la educación en el nivel primario, secundario y superior (Donoso,2005; Monckeberg,2005; Oliva,2010; Ruiz,2013). Las principales transformaciones del sistema se desarrollaron a nivel institucional, normativo y financiero. Así, en pocos años se generó una transferencia y desconcentración de la administración de los establecimientos educacionales desde el estado a los municipios, se cambió la forma de asignación de los recursos a las escuelas desde un pago de presupuestos hacía un pago de subvención por asistencia de alumnos, (Sapelli y Aedo,2001) se propició y fomenta el surgimiento de escuelas privadas con financiamiento estatal (Aedo,2000) y se desmanteló y disminuyó el estatus laboral de los docentes (Avalos,2002; Oliva,2008).

En general, la lógica y sentido de estos cambios apuntó a la construcción de un sistema basado en la competencia y organizado en torno a la idea de mercado educativo. Siguiendo las ideas del liberalismo económico y con una fuerte influencia de Milton Friedman, los encargados técnicos y políticos de la revolución tecnocrática inspirada en las ideas neoliberales (Pinto et al;2006) generaron transformaciones del sistema que buscaron desarrollar un modelo donde oferentes y demandantes transan libremente un bien que se consume (la educación), buscando así emular la lógica y funcionamiento de los mercados económicos en el espacio educativo. Todo lo anterior puede influir en uno de los elementos socializadores, tal como lo es la “Industria del ocio”, ya que a pesar que

el tiempo libre, es un espacio común para todos, no es un espacio de igualdad. Es en las actividades de ocio donde se perciben claramente las diferencias socioeconómicas.

Posteriormente, con la generación de la transición pactada durante los años noventa (Garreton,2000; Moulian,1997), se inaugura un proceso de transformación sociopolítica que tiene como objetivo principal afrontar la globalización contemporánea y emprender un proceso de modernización de la sociedad, entendida como la búsqueda - dentro de los marcos del sistema capitalista- de mayores niveles de crecimiento económico y equidad social. (Garreton,1994).

2.1.1. Características del sistema escolar chileno:

La construcción de un sistema escolar fundamentado en el mercado y la competencia se ha cristalizado en una serie de políticas y características del modelo educativo, que se han desarrollado con continuidades y rupturas. En general, pueden reconocerse cuatro principales características que definen el sistema:

- i)* La construcción de un sistema mixto en términos de su propiedad, con un fuerte desarrollo del sector privado.
- ii)* La consolidación de un sistema de financiamiento basado en el subsidio a la demanda.
- iii)* La institucionalización del lucro y el copago como mecanismos de organización del sistema.
- iv)* La generación y desarrollo de importantes incentivos y castigos a escuelas, docentes y estudiantes.

Respecto al sistema mixto de propiedad, lo novedoso de este periodo no es tanto la existencia de distintos tipos de establecimientos (pública, particular subvencionada y pagada), sino la creciente importancia que va adquiriendo la educación privada, y la consecuente pérdida de matrícula y peso de la educación pública (Bellei et al,2010).

Mientras en 1981, cerca del 15% de la matrícula era privada, en 2010 este número se incrementaba por sobre el 40%, con la consecuente disminución de la matrícula pública en más de 30% durante el periodo. Este proceso de privatización se ha visto desarrollado

con base en la creación de miles de nuevas escuelas privadas, la mayoría de éstas no religiosas (Elacqua,2012). Esto ha generado que actualmente Chile sea uno de los países con mayor participación privada en la educación escolar (OCDE,2010). El crecimiento del sector privado ha generado un creciente proceso de segmentación socioeconómica de los establecimientos, ya que las escuelas públicas tienden a concentrar a los estudiantes vulnerables, mientras que las escuelas subvencionadas incluyen a estudiantes de nivel medio-bajo, medio y medio alto, y las escuelas privadas atienden a los estudiantes de la élite (García Huidobro y Bellei,2003).

Esta información sobre el tipo de establecimiento se vincula a otro elemento socializador tal como lo es la denominada “Agenda extraescolar”, que refiere a que hoy en día nuestros menores y adolescentes cuentan dentro de los establecimientos, con una agenda muy repleta de actividades extraescolares: (, Deportes, idiomas, informática, música, teatro, etc). Existe entre los padres, y la sociedad en general, una concepción “puritana” del tiempo en el sentido de querer aprovecharlo al máximo. El tiempo libre se concibe de este modo como una prolongación de la enseñanza, como algo a lo que se debe sacar rentabilidad. Los padres matriculan a sus hijos en este tipo de actividades para que sean más competitivos en su futuro profesional, hecho que resta mucho tiempo para otras actividades propias de la edad y necesarias para un armónico crecimiento (juegos, relación social). Además, este fenómeno se potencia al máximo cuando coincide con otro, el descenso de la natalidad, es decir, el niño / a ya ni siquiera tiene en casa hermanos con los que jugar.

Por otro lado, hay que decir también que este tipo de actividades en los establecimientos educacionales sea cual sea su condición, cumple una función importante en nuestra sociedad, la de “parking” o “guardería”, en la misma línea de la labor que ejercen muchos abuelos y abuelas. Los padres, ambos incorporados a los mercados laborales e inmersos en un acelerado ritmo de vida, requieren de los servicios de terceros para el cuidado de sus hijos.

2.2.2 Departamento de Administración Educacional Municipal (DAEM)

El DAEM tiene como objetivo administrar el servicio de educación en la comuna, de acuerdo a las directrices y políticas emanadas del Ministerio de Educación. (Benoit,2021).

Los jefes de los DAEM y los directores de establecimientos escolares, a lo largo de todo el país, tienen que ser seleccionados por el mismo sistema por el cual se eligen, las principales autoridades del estado.

2.2.3 Servicio Local de Educación Pública (SLEP)

En noviembre del año 2017, a través de la Ley Nro. 21.040 se crea una nueva institucionalidad para la Educación Pública en Chile, donde se traspasan los establecimientos educacionales, jardines infantiles, escuelas y liceos de 345 municipios administrados por el DAEM a 70 que serán administrados por el SLEP.

Los SLEP serán los sostenedores educacionales que velarán por entregar una educación integral, de calidad y con pertinencia local, centrado en los aprendizajes para el Siglo XXI, que entregue oportunidades a todos los niños, niñas y jóvenes en el país para desarrollarse.

2.2.3.1. Servicio Local de Educación Pública Huasco (SLEP Huasco).

Uno de los primeros SLEP que se ha creado en la Región de Atacama es el de la provincia del Huasco, el cual administra la educación que entregan los jardines infantiles vía transferencias de fondos, escuelas y liceos públicos de las comunas de Alto del Carmen, Vallenar, Freirina y Huasco.

La Misión es fortalecer y administrar 55 establecimientos educacionales y 8 jardines infantiles. Juntos reúnen una matrícula de 13.968 estudiantes de nivel parvulario, básico, medio y educación de adultos.

2.2.3.2 Servicio Local de Educación Pública Atacama (SLEP Atacama)

El SLEP de Copiapó está conformado por cinco comunas de la Región de Atacama: Copiapó, Caldera, Tierra Amarilla, Chañaral y Diego de Almagro, entregando

servicio educacional a más de 29 mil estudiantes en el territorio, desde educación inicial a enseñanza media.

La Misión es administrar, apoyar y fortalecer 60 establecimientos educacionales y 19 jardines infantiles con el objetivo de hacer de la Educación Pública una alternativa atractiva y un camino de mejores oportunidades para los niños, adolescentes y sus familias.

2.2 Pandemia.

Se denomina pandemia a la propagación mundial de una enfermedad. Se produce una pandemia de gripe cuando surge un nuevo virus gripal que se propaga por el mundo y la mayoría de las personas no tienen inmunidad contra él. Por lo común, los virus que han causado epidemias con anterioridad han provenido de virus gripales que infectan a los animales (Medicina y salud pública, 2020). Así mismo la RAE define como Pandemia una enfermedad epidémica que se extiende a muchos países o que ataca a casi todos los individuos de una localidad o región. Por desgracia, las pandemias suelen asociar una gran cantidad de muertes debido a la falta de preparación que el propio término sugiere. Aquí algunos ejemplos de las epidemias que ha afrontado la humanidad, convirtiéndose en pandemias: Influenza AH1N1 (2009). Fue una pandemia, ya que se extendió por varias regiones geográficas, que se originó por una variante de la influenza A de origen porcino.

“El COVID-19 es una enfermedad infecciosa causada por el coronavirus que se ha descubierto recientemente. Tanto este nuevo virus como la enfermedad que provoca, eran desconocidos antes de que estallara el brote en Wuhan (China) en diciembre de 2019.

Actualmente el COVID-19 es una pandemia que afecta a muchos países de todo el mundo.” OMS (2020). Giannini (2020). relata que nadie hubiera podido imaginar que, en el 2020, más de la mitad de los alumnos del planeta no pudieran asistir a sus establecimientos producto de un virus.

Giannini (2020) declara que “En unos 120 países que han cerrado sus centros escolares, todas las familias se encuentran afectadas. La presión que se ejerce sobre

alumnos que han sido separados de sus compañeros, padres, docentes y educadores es incalculable”.

2.3 Confinamiento

El confinamiento es un plan de intervención comunitario que implica permanecer refugiado el mayor tiempo posible, bajo nuevas normas socialmente restrictivas. (Rick, Sánchez Villena, De La Fuente, Figuerola.2020). Así mismo confinado es un adjetivo que refiere a quien está condenado a vivir en una residencia obligatoria o que está recluido en un cierto lugar.

La excepcionalidad derivada de la situación de confinamiento por la pandemia del COVID-19 ha afectado a todos los ámbitos del funcionamiento como sociedad: el relacional, el sanitario, el económico, etc. y, por supuesto, el educativo. El fuerte impacto que el confinamiento ha tenido sobre la situación vital del estudiantado en el ámbito psicológico y académico, principalmente, y el importante papel de la relación con la satisfacción vital y la resiliencia, fundamentalmente. Se concluye con la necesidad de trabajar la cuestión de la resiliencia desde la universidad y se dan una serie de claves a tal fin. (Díaz, Prado, 2020).

2.4 Cuarentena

La emergencia sanitaria por el coronavirus ha provocado que diversos países, entre ellos Chile, decreten cuarentena preventiva, mientras otros han tomado medidas más drásticas con una cuarentena total, como también toques de queda, aislamiento social y limitar el desplazamiento. El Ministerio de Salud de Chile establece que el aislamiento domiciliario (cuarentena) "es una restricción de las actividades que se realizan habitualmente fuera del domicilio, para aquellas personas que estuvieron expuestas a un agente infeccioso, y que actualmente no tienen síntomas, pudiendo desarrollar la enfermedad y por lo tanto transmitirla a otras personas".

2.4.1 Cuarentena preventiva

La cuarentena preventiva en Chile fue aplicada en el caso de la pandemia del COVID-19 durante 14 días a personas que regresan de otros países, situación que separa y restringe el movimiento de aquellos que puedan ser portadores del virus o que hayan estado en contacto con personas contagiadas. Pero, además, las autoridades han recomendado que las personas pertenecientes a grupos de riesgo (como adultos mayores, diabéticos o con problemas respiratorios) también permanezcan en cuarentena para evitar entrar en contacto con alguien que pueda contagiarlos. Para esta medida, las personas que tienen síntomas leves suelen estar aisladas en sus casas, con cuidados y precauciones necesarias. En tanto, quienes tengan síntomas fuertes deben cumplir el aislamiento en un hospital, con cuidados especiales.

2.4.2 Cuarentena total

El aislamiento social obligatorio o cuarentena total es una medida aplicada por las autoridades que prohíbe a toda la ciudadanía salir de sus hogares, a excepción de salir en caso de que se requieran elementos esenciales como alimentos o medicamentos. Esta medida implica el aislamiento en un determinado tiempo y una zona específica, siendo una medida sanitaria.

2.5 Crisis social y pandemia en Chile.

El relato inicial de los contagios en el país, provenía de aquellos chilenos que venían desde el extranjero principalmente, sin dar más detalle, se hablaba de ciudadanos contagiados, sin mención a que en gran parte pertenecían a una clase más acomodada y que tiene posibilidades de salir de viaje en tiempos crisis. No se mencionan nombres, donde viven, que es lo que piensan, pasan como detalle menor en los informativos. El foco estaba puesto en la tensión entre una ciudadanía movilizada dispuesta a todo y un gobierno nacional ad portas de una pandemia. El 18 de marzo, Chile dio un giro brusco en su contexto de convulsión social, ese día en cadena nacional, el Presidente Sebastián Piñera declara Estado de Excepción Constitucional de catástrofe, por Calamidad Pública, en el territorio nacional, a través del Decreto N° 104 del Ministerio del Interior y Seguridad Pública; Subsecretaría del Interior (2020) con vigencia a partir de las 00 horas del 22 de

marzo y por 90 días, con el objetivo de anticiparnos y prepararnos para las etapas que vienen en esta pandemia. Una de las medidas inmediatas fue el inicio del Toque de Queda diario, desde las 22 pm hasta las 05 am y cuarentenas provisoras obligatorias para toda la red educativa nacional.

A cargo de este Estado quedaron los Jefes de la Defensa Nacional, que asumieron el mando de las Fuerzas de Orden y Seguridad Pública en las zonas respectivas, con facultades para fiscalizar la restricción de reuniones en espacios públicos, asegurar la distribución de bienes y servicios básicos, y limitar el tránsito o locomoción de personas, entre otros. Dentro de las medidas que provocaron un cambio radical de la normalidad, fue el inicio de cuarentenas para todos los establecimientos educacionales públicos y privados, desde los jardines de infantes, guarderías, primaria, secundaria y universitaria.

2.6 ¿Qué ocurrió con la educación de los estudiantes en confinamiento?

Esta pandemia obligó posteriormente a suspender las actividades educativas, hasta que se implementó el sistema online vía Zoom, Meet u otros, para dictar clases, lo que llevo a los estudiantes de los establecimientos educacionales, a mantenerse en sus casas.

2.7 Plan Paso a Paso primera etapa

El Plan “Paso a Paso nos cuidamos” se presentó en julio de 2020 como una estrategia gradual para enfrentar la pandemia según la situación sanitaria de cada zona de nuestro país. Durante el año 2021, este Plan ha tenido actualizaciones, considerando factores como el avanzado proceso de vacunación, el fortalecimiento de la infraestructura sanitaria, la estrategia de testeo, trazabilidad y aislamiento, y una mirada multisectorial, con el propósito de equilibrar y ponderar mejor los distintos objetivos y necesidades del país (Plan paso a paso.2022).

Los 4 ejes prioritarios de esta actualización son:

1. Se mantiene la estructura principal del Paso a Paso de 5 pasos entre los que se avanza y retrocede, de acuerdo a la situación sanitaria de cada territorio. Estos son:

➤ Restricción, Transición, Preparación, Apertura Inicial, Apertura Avanzada

2. Se eliminan las restricciones de movilidad, pero se mantienen las regulaciones de aforo y de operación de las actividades para reducir las aglomeraciones, sobre todo en espacios cerrados, y se norma de acuerdo al tamaño (m²) u otras características del lugar.
3. El Pase de Movilidad seguirá otorgando mayores libertades y la diferenciación de aforos en reuniones particulares y espacios públicos. Además, desde el 1 de noviembre, se exigirá Pase de Movilidad propio para los mayores de 12 años y habrá restricciones en transporte público interurbano como buses y aviones.
4. Se mantienen y refuerzan las medidas de autocuidado como exigencia de uso de mascarilla y distancia física, y se refuerza el llamado a mantener medidas como el lavado de manos, la ventilación de espacios y la responsabilidad individual de testarlos y aislarnos oportunamente ante la presencia de síntomas o sospecha de contagio.

2.8 Tiempo Libre

2.8.1 Historia del Tiempo Libre.

Tiempo libre es un término que se encuentra en continua evolución. Se puede afirmar que ha estado presente a lo largo de toda la historia de la humanidad, pero no siempre con el mismo significado, es decir, en cada época se desarrollaban actividades que obedecen a los diferentes calificativos de tiempo libre (Caride,1998, pag.22). Así pues, la evolución del término en cuestión va de la mano con los cambios de las realidades sociales (Vega, 2009, p. 45). Por ejemplo, en la antigüedad, todo el tiempo era para los griegos un tiempo libre, puesto que los que trabajaban no estaban sujetos de modo tan fuerte a la vida laboral. Luego, en las sociedades indígenas existía una actitud de intranquilidad ante la vida, no había cálculo del tiempo como para los europeos, pero si

dividían las jornadas de la vida cotidiana; por ejemplo, en ciclos de diez días. Los primeros diez días, la población indígena se dedicaba a masticar coca. Los siguientes diez días, se dedicaban a labrar la tierra, al tiempo que hombres y mujeres vivían separados y, en los últimos días del ciclo, cuentan los antropólogos, hombres y mujeres compartían vida y podrían participar en actividades de recreación. Como los europeos tenían reloj y medían el tiempo dividían el tiempo en diferentes labores. Para los indígenas que no existía la medición de este tiempo en minutos o en horas, si no en día y noche o ciclos lunares la distribución de actividades se hacía diferente, un tiempo para trabajar la tierra, otro para el hogar y otro para descansar y recrearse.

Más adelante, en el Siglo XVI, en los territorios que eran colonias españolas solamente era permitido a los esclavos tener tiempo libre, representado en juegos y fiestas en los días feriados y después de la misa. Con relación a lo anterior, se puede evidenciar que a través de las épocas el término de tiempo libre ha tomado importancia y ha evolucionado según las necesidades sociales y políticas. Sin embargo, lo que se debe resaltar es que necesitamos tiempo de esparcimiento para compartir en familia además de cuidar nuestra salud física y mental. Para entender un poco más el término de la evolución del término de tiempo libre se hará mención a algunos autores como: Kaplan, (1979); Friedman, (1951) Dumazedier, (1974).

En primer lugar, Kaplan, (1950) afirma en su Teoría de la Subjetividad que, el hombre establecerá qué parte de su tiempo es vivido como libre, acorde a su naturaleza en el hecho de hacer lo que cada uno quiere hacer, o más concretamente en la libre iniciativa, la libre elección y el carácter voluntario de la actividad. Es decir, el tiempo libre es aquel tiempo en donde realizan actividades de esparcimiento. Luego, Friedman, (1951) establece en la teoría de la compensación que, el tiempo libre se considera un elemento compensador, no sólo de la vida social, sino mayormente de la vida del trabajo. El autor argumenta que, tanto el tiempo libre como la recreación son compensaciones, reequilibrio de la fatiga, monotonía, esquematismos y rigidez conceptuales respectivamente. Puente González, Sandoval Minerva, Medina, Tamara Estrada, (2011). En otras palabras, el tiempo libre es el que tenemos fuera del trabajo formal y corresponde a los momentos y

espacios de recreación y descanso que permiten a la persona alejarse de sus obligaciones diarias.

En la misma línea, el autor Dumazedier, (1974) en su Teoría Funcionalista o “3D” Descanso, Diversión, Desarrollo de la personalidad afirma que el tiempo libre es un conjunto de ocupaciones en las que el individuo puede entregarse con su pleno consentimiento para descansar o desarrollar su información o formación desinteresada, su voluntaria participación social o libre capacidad creadora, cuando se ha liberado de sus obligaciones profesionales, familiares y sociales (Muñoz, 2014). Al respecto se puede decir que la diversión es soltarse del aburrimiento y rutina cotidiana; el tiempo libre favorece la participación y relación con los demás, así como la realización de nuevas ocupaciones. De la misma manera, González define el tiempo libre como “una serie de actividades placenteras y voluntarias realizadas en el tiempo que nos resta una vez finalizadas las actividades obligatorias diarias” (Calvopiña, 2006, p. 5). Con respecto a lo anterior, se considera que el tiempo libre es cuando el sujeto se dispone a hacer ocupaciones que no forman parte de sus deberes una vez haya cumplido sus necesidades fundamentales.

Beltramino, (2004) manifiesta: Se conoce como Tiempo Libre a aquel tiempo que la gente le dedica a aquellas actividades que no corresponden a su trabajo formal ni a tareas domésticas esenciales. Su rasgo diferencial es que se trata de un tiempo recreativo el cual puede ser utilizado por “su titular” a discreción, es decir, a diferencia de lo que ocurre con aquel tiempo no libre en el cual la mayoría de las veces no se puede elegir el tiempo de realización, en este, la persona puede decidir cuántas horas destinarle. Aunque, el tiempo libre, para algunos, también suele incluir la realización de algunas actividades que, aunque no sean laborales pueden revestir algún tipo de obligatoriedad, como ser ir al médico, ir al supermercado, entre otras y que se las realiza en el llamado tiempo libre porque no se dispone de tiempo para hacerlas durante aquellas jornadas en las que domina el trabajo. Entonces, generalmente, las personas suelen utilizar este tiempo para descansar del trabajo, para llevar a cabo alguna actividad que les reporte recreación, entretenimiento

o placer, o como recién indicábamos para hacer aquellas actividades que por falta de tiempo no pueden hacer mientras están en un día laborable.

En consecuencia, se puede concluir que el tiempo libre es el periodo que resta del tiempo del trabajo y del lapso dedicado a las obligaciones cotidianas, este momento adquiere gran importancia para los individuos, por cuanto el tiempo libre es un espacio que no está sujeto a necesidades y obligaciones para el ser humano, es la diferencia entre restarle al tiempo total, el tiempo que está dedicado a nuestras actividades familiares, laborales y escolares (Nuviola, 2003, p. 13). De manera que, con el pasar de las épocas el término de tiempo libre ha sido valorado, donde las personas dedican su tiempo después del trabajo a actividades lúdicas y recreativas.

2.8.2 Importancia del tiempo libre

Como señalan algunos autores, existen distintas maneras de entender el tiempo libre (Munné, 1979 y 1992; aquel que queda libre después del trabajo; el que queda libre después de atender a las necesidades u obligaciones cotidianas (de subsistencia, familiares, sociales, religiosas, etc.); el que quedando libre de las ocupaciones cotidianas y de subsistencia, se emplea en lo que cada persona desea; que simplemente se emplea en lo que cada persona desea; y el que queda libre después del trabajo y se destina al desarrollo físico e intelectual personal, como un fin en sí mismo. Boullón, Molina y Rodríguez (1984) manifiesta: La vida de muchos suele ser bastante Rutinaria, teniendo el comienzo del día el acompañamiento de una Confortable Ducha luego de pasar una buena cantidad de horas en el abrigo de su cama, continuando con la ingesta de un delicioso Desayuno Completo que brinde los nutrientes y energía para afrontar el día y de allí se parte hacia el Ámbito Laboral o si todavía no se está en edad de ello, hacia la Institución Educativa que está formando a futuros profesionales. Es en estos momentos del día que mantenemos nuestra cabeza ocupada, sin dejar mucho lugar a las Actividades Recreativas que son las que realizamos sin obligación alguna, dejando aflorar nuestra Subjetividad y Gustos, para abrir paso a las acciones de lo que más nos gusta hacer, lo que puede suponer

no solo estar Descansando o Relajándose, sino que también pueden ser actividades que demanden un Esfuerzo Físico como puede ser la práctica de un deporte.

Estos momentos de nuestra vida cotidiana son conocidos genéricamente como Tiempo Libre, aunque también suele ser denominado Ocio, siendo una proporción relativamente pequeña en proporción a los momentos en los que Cumplimos Obligaciones, teniendo distinto grado de Responsabilidades estas mismas y sin las cuales se nos pondría muy difícil la subsistencia, sobre todo en lo económico, si es que no tenemos trabajo alguno. La cantidad de este tiempo que tengamos varía dependiendo a distintos factores, siendo por ejemplo la Edad del Sujeto un factor determinante recordando en el caso de que los más pequeños tienen menos obligaciones como también el entorno físico y social de donde nos estemos desempeñando, diferenciándose la cantidad de tiempo que tenemos disponible si somos Jefes de Familia en contraposición a quienes solo tienen en su dependencia a sí mismos.

2.8.3. Los niños y el tiempo libre

Los niños hacen más actividades que nunca. Te contamos por qué necesitan tener tiempo libre. La agenda de muchos niños en edad escolar parece la de un ministro. Los lunes van a natación, los martes y jueves a música, los miércoles a inglés y los viernes a fútbol. ¿Es necesario que tus hijos estén apuntados a tantas actividades extraescolares? Probablemente no, pero a menudo los padres deben cuadrar sus agendas y encuentran en las extraescolares la única solución. Si a ello le sumamos la competencia y la preocupación de los padres por que sus hijos se queden atrás, acabamos con una agenda repleta de actividades para los más pequeños de la casa. Pero tener tiempo libre en la infancia es saludable. ¿Sabes por qué?

Disponer de tiempo libre estimula la imaginación y la creatividad. Con tantas actividades programadas, los niños no tienen oportunidad de (ya no de aburrirse, que también), sino de decidir qué hacer, jugar libremente, inventarse juegos, pensar o, simplemente, relajarse. Tener un rato de tiempo libre al día es saludable. El aburrimiento

moderado es bueno. Hoy en día muchos niños no lo experimentan porque van demasiado ajetreados y estresados.

El tiempo libre ayuda al descanso, mental y físico. Descansar es cambiar de actividad y no se recomienda que los niños repitan, al salir de clase, una rutina con horarios y obligaciones, como la que tienen en el cole. O, al menos, no cada día. Hay que dejarle tiempo para que él pueda decidir que le gusta o le apetece hacer. Dejándole decidir qué hacer ayudamos a reforzar su autoestima. Se sentirá dueño de su tiempo y con capacidad para poder decidir qué hacer en sus ratos libres. Podrá descubrir por sí mismo qué le gusta hacer. Es importante que los niños tengan en casa un rincón, no hace falta que sea una habitación enorme, dónde poder disfrutar y experimentar con sus ratos libres. Un espacio donde jugar libremente y que, al acabar, dejen tal y como lo encontraron. De esta manera se fomenta su responsabilidad y respeto hacia los demás.

2.8.4 Tiempo Libre y Recreación

Los conceptos de tiempo libre y recreación están relacionados entre sí. En este sentido, la recreación se puede entender como el disfrute, diversión o entretenimiento que produce en una persona la realización de una actividad. Las actividades recreativas son propias del tiempo libre, un periodo en que la persona puede llevar a cabo tareas de interés personal y que le reportan una satisfacción derivada de una motivación intrínseca.

2.8.5 Aprovechamiento del tiempo libre

La idea de aprovechamiento del tiempo libre tiene distintas concepciones. En general se entiende que es el empleo productivo o la utilización útil y práctica del periodo de tiempo libre de una persona. Sin embargo, se puede aprovechar el tiempo libre desarrollado actividades que una persona no puede realizar durante el tiempo de trabajo, estudio o de descanso, sacando un rendimiento de ese periodo. De este modo no siempre se trata de hacer tareas con un fin específico relacionado con lo que comúnmente se entiende como productividad o funcionalidad como tareas domésticas. El tiempo libre se puede aprovechar, por lo tanto, realizando multitud de tareas, entre las que se incluyen actividades lúdicas.

2.8.6 Tiempo libre y Educación Física

Existe una fuerte relación entre los conceptos de Educación Física y tiempo libre. En este sentido, la realización de actividades relacionadas con la Educación Física durante el tiempo libre supone el desarrollo de una persona no sólo a nivel físico, sino también emocional y social. Las actividades con un componente lúdico y/o deportivo durante el tiempo libre conllevan aspectos propios de la educación física como el fomento de la coordinación, equilibrio y resistencia, además de otros aspectos más genéricos como el trabajo en equipo. El empleo del tiempo libre de una persona en actividades de Educación Física debe tener en cuenta la motivación e intereses de la persona. Participar en este tipo de actividades de forma obligatoria o buscando unos objetivos que no incluyen la satisfacción personal hacen que el periodo durante el que se llevan a cabo no se considere tiempo libre.

2.9 Tiempo de Ocio

2.9.1 Historia Tiempo de Ocio:

En días en los cuales la tecnología parece haberse instalado como la principal alternativa de entretenimiento, expertos aconsejan retomar algunas de las sendas de antaño y preferir especialmente en niños actividades que involucren contacto interpersonal, enfatizando los beneficios que el ocio y el tiempo libre pueden tener en este grupo etario.

Según Rodrigo Cordero Psicólogo de Integra, “El ocio puede entenderse como un espacio en que se detienen las tareas cotidianas, que nos invita a aspectos más rutinarios, para poder abrir otras actividades donde podamos compartir con los niños”.

“Cuando hablamos de ocio desde la perspectiva educativa nos referimos a cuando el niño decide la actividad que va a realizar, donde no necesariamente hay una sugerencia del adulto”, explicó por su parte Schlomit Creixel Educadora de párvulos de la Dirección de Educación de la organización.

En esa línea, se trata de espacios vinculados al descanso y la diversión, donde se promueva la creatividad y la imaginación.

De acuerdo con la misma especialista, aquello dista diametralmente del aburrimiento, “que es un momento de letargo que a veces produce molestia en los niños”, aclaró.

De acuerdo con la fundación, actualmente hay un gran grupo de padres que no entiende la diferencia entre ambos conceptos, por lo que sienten “la obligación de mantener a los niños ocupados de manera permanente”.

También hay adultos que sienten que ellos deben organizar las actividades de sus hijos, debido a que al asegurarse de aquello pueden realizar las suyas sin interrupciones, agregaron.

“No es necesario tener un cronograma elaborado, sino que más bien propiciar instancias de co-construcción entre niños y adultos, donde ambos decidan qué actividades realizarán en conjunto y qué actividades pueden realizar por separado”, dijo Creixel.

Sumado a lo anterior, la especialista señaló que el ocio en la niñez permite potenciar la capacidad de tomar decisiones “porque es un espacio donde los menores pueden “desarrollar su creatividad e innovación, descubrir e ir entendiendo el mundo que lo rodea, además de pensar y decidir qué quiere hacer”.

“Por eso es importante que en los momentos de ocio el padre o adulto responsable promueva la autonomía infantil con preguntas como qué te gustaría hacer, a qué quieres jugar, con qué o quién te gustaría realizar tal o cual actividad”, detalló la educadora.

2.9.2 Tiempo de Ocio y su uso

La palabra castellana Ocio deriva etimológicamente del vocablo latín Otium, que significa reposo. Cicerón y Séneca hablan del otium como un tiempo de descanso, como concepto contrapuesto al nec-otium (no ocio"), es decir al del negocio, considerando el

descanso y la contemplación como un medio que permite optimizar la consecución del trabajo, siendo ambos aspectos igualmente importantes y además complementarios. Nuevamente y al igual que en Grecia, el conocimiento de la vida cotidiana y la organización del trabajo en la civilización romana indica que se trataba de una realidad accesible a la élite minoritaria de aquella sociedad.

Como lo señala en la contratapa del libro, Carlos Antonio Leite Brandão: “El Ocio (sinónimo de lazer en portugués) configura los momentos en que atendemos a nuestras demandas internas y comunes, momento en que reconocen y desarrollan sus potencialidades, aprenden el placer de brincar, de inventar, de imaginar y, sobre todo, de compartir con los otros las alegrías, las tristezas y los juegos con los cuales conquistamos lo mejor de nosotros mismos... Se rescata en esta obra el valor del ocio como resistencia en la construcción de la identidad frente a una sociedad de masas y de consumo alienado donde la vivencia del otium y del licere es cada día más escasa y más necesaria. El ocio, el tiempo libre y la recreación no son puro mercado, interés ciego y negocio. Al definir el ocio como práctica social compleja y posibilidad de resistencia renace el sujeto, ciudadano y persona, al comprometerse con la creación de nuevas formas de organización social, histórica y espacial”.

2.9.3 Actividades de Ocio focalizado

2.9.4 Ocio deportivo

- Caminar o correr teniendo en cuenta las reglas del distanciamiento social
- Haga ejercicio por video, utilizando los espacios en casa.
- Participar en actividades de yoga, baile u otras que implique actividad y movimiento del cuerpo.

2.9.5 Ocio con el componente social

- Actividades relacionadas con la familia, como organizar las fotos de la familia o reconstruir la historia de la familia mediante diálogos interactivos.

- Mirar películas o programas de televisión en familia o con amigos de forma virtual.
- Actividades en familia que impulsen el trabajo colectivo, la creatividad, el diálogo como de arreglar, construir, armar objetos de la casa.
- Compartir juegos de mesa, juegos de conocimiento, juegos de cartas en familia.

2.9.6 Ocio digital

- Crear un blog sobre experiencias del COVID-19
- Visitar redes sociales
- Visitar las bibliotecas virtuales donde puede encontrar libros digitales, audio-libros y grabaciones musicales.
- Participar en recorridos virtuales, por museos, parques, ciudades motivantes para conocer.
- Conectarse con sus amigos.
- Participar en juegos en red considerando horarios.

2.10. Factores del tiempo libre y ocio:

El modelo de sociedad en que se vive ha alejado definitivamente, de una relación natural del hombre con las cosas, por cuanto este modelo amenaza con la escasez de trabajo, lo que obliga muchas veces a las personas a ocuparse de aquello que no les gusta, en consecuencia el aprovechamiento del tiempo libre como tiempo liberador cobra un sentido trascendental, por cuanto este debe posibilitar el ejercicio de la voluntad, libertad y autonomía, dando paso a la expresión dimensional del individuo, facilitando la apertura y relación social de este (Escobar, 2013), en este sentido cobra especial importancia el entorno social el cual hace referencia a donde viven y se relacionan el niño o joven, a su estructura familiar, su barrio, su pertenencia a una etnia determinada, que influye en su desarrollo personal y social. (Martínez, 2016) En consecuencia la participación de los estudiantes en las actividades fuera del horario no lectivo puede estar condicionada por

una serie de factores como edad, sexo, localización y características de la familia, tales como situación laboral, nivel de instrucción y acompañamiento frente a las actividades realizadas durante el tiempo libre, esto se sustenta con lo manifestado por autores tales como (Torre, 1998); (Casimiro, 2000; Guerrero, 2000) quienes consideran la familia como el primer y más potente agente socializador en los primeros años de vida del niño, transmisor de valores, comportamientos y normas, en la ocupación del tiempo libre de la población escolar. De este modo, según la teoría de la imitación, los niños no hacen lo que los adultos les dicen que hagan, sino lo que observan y les ven hacer, además, los avances de la tecnología están haciendo que los modelos simbólicos (televisión) tengan gran influencia en las pautas de conducta social (Hermoso Vega, 2011) (Torre, 1998), en consecuencia, resulta primordial la supervisión de estas actividades.

CARTAS DE TIEMPO LIBRE Y TIEMPO DE OCIO:

2.11. Carta Internacional Del Ocio

La presente carta es resultante de un proceso de revisión de la "Carta del Ocio" adoptada por la Asociación Internacional de Recreación en mayo de 1970, en Ginebra, Suiza. Esta revisión tuvo su inicio en un Seminario de la II Conferencia Internacional de Liderazgo en Recreación y Tiempo Libre, realizada en San Juan de Puerto Rico del 22 al 26 de octubre de 1979.

Artículo 1: El Ocio es un derecho básico del ser humano. Se sobreentiende, por eso, que los gobernantes tienen la obligación de reconocer y proteger tal derecho y los ciudadanos de respetar el derecho de los demás. Por lo tanto, este derecho no puede ser negado a nadie por cualquier motivo: credo, raza, sexo, religión, incapacidad física o condición económica.

Artículo 2: El Ocio es un servicio social tan importante como la Salud y la Educación. Las oportunidades para el Ocio y la Recreación deben, por lo tanto, ser ampliadas para todos, garantizando el acceso justo con variedad y calidad adecuadas.

Artículo 3: En principio, la mejor fuente de Ocio y Recreación reside en cada persona. La función fundamental de los gobernantes, de las agencias privadas y de las organizaciones es apoyar y ofrecer servicios, enfatizando primordialmente la comunidad local.

Artículo 4: Las ofertas de Ocio, recreación y tiempo libre deben enfatizar la satisfacción personal, el desarrollo de las relaciones interpersonales, la integración familiar y social, el entendimiento y la cooperación internacional y el fortalecimiento de las identidades culturales. Debe cuidarse el mantenimiento de la calidad del medio ambiente y a la preservación de su potencial para el Ocio y la recreación.

Artículo 5: La formación de líderes, animadores y profesionales de Ocio y Recreación debe ser garantizada allí donde sea posible. Los principales desafíos de estos líderes son estimular a los individuos a descubrir y desarrollar sus talentos, ayudándoles a lograr las habilidades personales que puedan ampliar sus experiencias y oportunidades de Ocio y Recreación.

Artículo 6: La gran variedad de fenómenos de Ocio y Recreación, incluyendo experiencias personales y colectivas, deben ser objeto de estudios sistemáticos e investigaciones académicas. Los resultados deben ser divulgados lo más ampliamente que sea posible, para aumentar el conocimiento del individuo sobre sí mismo, para suministrar subsidios racionales a las decisiones políticas y favorecer una base más eficaz para el desarrollo y la implantación de programas. Todo ciudadano debe tener acceso a todas las formas de información relativas a los diversos aspectos del Ocio y la Recreación.

Artículo 7: Las instituciones educativas de todos los niveles deben dar énfasis especial a la enseñanza de la importancia del Ocio y la Recreación, ayudando a los alumnos a descubrir sus potencialidades para integrar el Ocio en su estilo de vida. Estas instituciones deben ofrecer, también, oportunidades adecuadas para el desarrollo de liderazgos y educadores de Ocio y Recreación.

2.12 Carta Internacional Del Tiempo Libre

Aceptada por 165 Organizaciones Internacionales en 1970.

Artículo 1: Todos los seres humanos tienen derecho a gozar de tiempo libre. Este derecho comprende que se le otorgue horas de trabajo razonable, vacaciones regulares pagadas, condiciones razonables para viajar y planeación social adecuada, que incluya acceso a instalaciones para el tiempo libre, áreas y equipo que mejore sus ventajas.

Artículo 2: El derecho a disfrutar el tiempo libre con completa libertad es absoluto. Los prerequisites para participar en actividades individuales del tiempo libre, deben de ser semejantes a aquellos para el disfrute colectivo de tiempo libre.

Artículo 3: Todo hombre tiene derecho a instalaciones recreativas abiertas al público en general, así como a reservas naturales como lagos, mares, áreas boscosas en las montañas y espacios abiertos en general. Estas áreas, su fauna y flora, deben ser protegidos y conservados.

Artículo 4: Todo ser humano tiene derecho a participar y ser introducido a todo tipo de recreación durante su tiempo libre, tales como: deportes y juegos, vivencias al aire libre, viajes, danza, arte pictórico, música y artesanías, manualidades, sin importar edad, sexo o nivel de educación.

Artículo 5: El tiempo libre no debe tener organización estructural, en el sentido de que autoridades oficiales, planeadores urbanos, arquitectos y grupos privados de individuos decidan como otros usen su tiempo libre. Los que se han mencionado deben crear o asesorar en la planeación de oportunidades para el tiempo libre, propiciando ambientes estéticos e instalaciones recreativas necesarias para que el hombre pueda ejercitar su selección individual en el uso de su tiempo libre de acuerdo a sus gustos personales y bajo su propia responsabilidad.

Artículo 6: Todos los seres humanos tienen derecho a aprender a disfrutar su tiempo libre. La familia, la escuela y la comunidad deben instituirle en el arte de explotarlo, de la forma más sensible. En las escuelas, clases y cursos de instrucción se le

debe dar la oportunidad a niños, adolescentes y adultos de desarrollar habilidades, actitudes y el entendimiento esencial para la literatura.

Artículo 7: La responsabilidad para educar el tiempo libre se encuentra dividida entre un gran número de disciplinas e instituciones. Esta responsabilidad debe estar totalmente coordinada entre todos los organismos públicos y privados involucrados, para poder garantizar a la ciudadanía que se utilizarán de la mejor manera el financiamiento y la asistencia disponible. La meta para una comunidad debe de ser, en cada país en donde es posible, escuelas especiales para estudios sobre recreación. Estas escuelas deben entrenar líderes para ayudar a promover programas recreacionales y asistir a individuos y grupos durante las horas del tiempo libre, para que puedan ejercer la libertad de elección. Este servicio es uno de los esfuerzos más creativos del hombre.

2.12.1. Tiempo libre y ocio en situación de pandemia Covid 19:

La situación de confinamiento, derivada de la pandemia mundial por el COVID-19, ha supuesto un cambio drástico en las conductas de las diferentes esferas de la vida. Así, el desempeño de las actividades laborales, el afrontamiento de las responsabilidades académicas y la ocupación del tiempo de ocio se han visto condicionadas por una limitación de la movilidad y una mayor permanencia en el hogar. El confinamiento se ha vinculado a un mayor consumo de tecnología en sus diferentes formatos, generando una preocupación en el entorno familiar por un uso excesivo de ellas, así como de las posibles consecuencias que podrían derivarse.

Los datos, recogidos mediante un instrumento validado, arrojan que hay una mayor preocupación familiar por la utilización de las diferentes tecnologías durante el confinamiento y que hay diferencias en función del género, siendo mayor la preocupación por el consumo del móvil y la mensajería instantánea en las mujeres y por los videojuegos en los hombres. La pandemia por el SARS-COV2, ha ocasionado en los niños y adolescentes un mayor acercamiento al mundo de la tecnología, particularmente al uso de los videojuegos, originando a la vez una disminución en el tiempo de ocio para la práctica de actividad física.

2.12.2. Impacto de la Pandemia en niños y niñas:

LOS NIÑOS ENFERMAN

Una de las preguntas más frecuentes que padres y madres realizan a la Dra. Ameenuddin, es si los niños realmente necesitan vacunarse contra la COVID-19. «Al responderles, enfatizo que en los dos últimos años y sobre todo en el año pasado, realmente se obtuvo mucha información buena respecto a los efectos de la COVID-19 en los niños y que las vacunas son increíblemente eficaces para prevenir varios efectos secundarios graves», dice la Dra. Ameenuddin.

Un efecto secundario, particularmente raro y grave, de la COVID-19 es el síndrome inflamatorio multisistémico en niños (MIS-C, por sus siglas en inglés). La Dra. Ameenuddin comenta que entre los niños que contrajeron el síndrome inflamatorio multisistémico, la mayoría no se había vacunado.

«Aunque un niño enferme, la vacunación reduce la probabilidad de que esté tan mal que requiera hospitalización o muera, hecho que desgraciadamente ha ocurrido», añade la doctora.

LOS PROBLEMAS DE LA SALUD MENTAL VAN EN AUMENTO

Los retos que enfrentan los niños en lo referente a la salud mental ya eran un problema, incluso antes de la pandemia. Schreier anota que la COVID-19 solamente exacerbó la situación. «Se ha observado un aumento tanto en la depresión como en la ansiedad y, por su parte, los trastornos de la alimentación han aumentado de una forma nunca antes vista. Solamente en el año 2021, en las salas de emergencia se vio un aumento superior al 30 por ciento de los casos relacionados con la salud mental. Llegan niños aún más enfermos que antes de la pandemia, puesto que presentan grados más altos de pensamientos suicidas, más agresión y autoagresión, tasas mayores de abuso de sustancias adictivas y más trastornos de la alimentación», afirma Schreier. Además este autor indica que, durante la pandemia, se ha puesto en peligro a los pilares de una buena

salud mental, como son pasar tiempo con amigos, hacer actividad física, tener buena higiene del sueño y mantener una rutina.

2.13 Gamificación.

Evidencia previa a la pandemia de COVID-19 sobre la posesión y la utilización de pantallas. Según un estudio transversal llevado a cabo en los EE.UU. y publicado en 2007, el 90 % de los padres informaron que sus hijos menores de dos años consumían alguna forma de medios electrónicos y que para la edad de tres años, casi un tercio de ellos tenían un televisor en su dormitorio. La situación en Argentina parece no diferir, ya que un estudio transversal realizado en 2016 en Río Cuarto, provincia de Córdoba, observó que, de los 160 hogares encuestados, 99 % tenía televisión y Smartphone. Antes de los dos años de edad, el 80 % de los niños miraba televisión y 37 % utilizaba pantallas táctiles con ayuda, mientras que entre los dos y los cuatro años, 39% utilizaba pantallas sin ayuda. Según el Instituto Nacional de Estadística y Censos (INDEC), el 81 % de los niños argentinos mayores de cuatro años utiliza teléfonos celulares.

El último estudio publicado sobre esta temática (en 2019, poco antes del comienzo de la pandemia de COVID-19) fue llevado a cabo en Turquía, con resultados similares: el 76 % de 422 niños de hasta cinco años de edad se había expuesto a algún dispositivo móvil. El 21% de estos niños era menor de 12 meses de edad, y el 31 % de ellos era “propietario” de algún dispositivo móvil (dos tercios de ellos, de Tablet). Se observó una correlación inversa entre la posesión de una Tablet y los ingresos del hogar y el nivel educativo materno. El 26% de los niños usaban múltiples dispositivos móviles de manera simultánea y el 22 % nunca había recibido ayuda para navegar. La actividad registrada con mayor frecuencia fue la de mirar videos (71 %). El 60 % de los padres permitían a sus niños usar estos aparatos mientras ellos se dedicaban a realizar tareas diarias o quehaceres domésticos. La gran mayoría (91 %) reportó nunca haber recibido información por parte de un médico sobre los potenciales efectos de estos dispositivos sobre los niños. El consumo de pantallas durante la pandemia de COVID-19. Es muy probable que la actual situación de aislamiento social en el contexto de las medidas sanitarias implementadas debido a la pandemia de COVID-19 haya modificado los patrones de consumo de los

dispositivos de pantallas. Si bien todavía no se cuenta con conocimientos provenientes de investigaciones revisadas por pares al respecto, varios artículos periodísticos 7, 8, 9, 10, 11 informaron que ha habido un aumento considerable en el número de usuarios diarios de juegos digitales, las redes sociales y las plataformas de streaming (tecnología que permite ver y oír contenidos que se transmiten desde internet u otra red sin tener que descargar previamente los datos al dispositivo desde el que se visualiza y oye el archivo), con importantes incrementos en la facturación de las empresas dedicadas a estos rubros de entretenimiento digital.

2.13.1. Efecto de las pantallas sobre la salud infantil

Con la evolución de las pantallas - “fijas” en un principio (cine, TV, computadora) y móviles después (Tablet, iPad, Smartphone)-, el foco de las investigaciones se ha desplazado desde buscar una asociación de su uso con el sedentarismo y la obesidad, hacia el de evaluar algún impacto (positivo o negativo) sobre el neurodesarrollo. Fue con la contribución de estas investigaciones primarias que diferentes sociedades científicas comenzaron a emitir recomendaciones sobre el uso de pantallas por los niños. Por ejemplo, la Sociedad Canadiense por la Fisiología del Ejercicio publicó dos guías, basadas cada una de ellas en cuatro revisiones sistemáticas que integran toda la información existente hasta ese momento sobre actividad física, conductas sedentarias y sueño para niños de 0 a 4 años de edad, y para niños de 5 a 17 años de edad. Vale destacar que la Sociedad Canadiense de Pediatría, la OMS y el Departamento de Salud de Australia basan sus recomendaciones sobre estas guías. (Gavotto, 2020)

Más recientemente, en 2018, el Colegio Real de Pediatría y Salud del Niño del Reino Unido publicó la primera guía sobre uso de pantallas. Sus conclusiones se basaron en los resultados de una revisión panorámica, que fue la primera en incluir evidencia respecto de los daños y beneficios sobre la salud y el bienestar, tanto en niños como en jóvenes, en función del tiempo de exposición a las pantallas. La evidencia fue débil para las asociaciones entre el tiempo de uso de pantallas y los problemas de conducta, ansiedad, hiperactividad e inatención, baja autoestima, nivel bajo de bienestar, peor salud psicosocial, síndrome metabólico, peor estado físico cardiorrespiratorio, peor desarrollo

cognitivo, menores logros educativos y peor calidad de sueño. Por otro lado, no se encontró evidencia, o bien ésta fue insuficiente, para una asociación entre el tiempo de uso de pantallas y los trastornos de la conducta alimentaria, ideaciones suicidas, factores de riesgo cardiovascular individual, prevalencia de asma o dolor. Fue también débil la evidencia que indica que el uso de pantallas durante breves períodos diarios no sería dañino y hasta tendría algún beneficio (tampoco hay evidencia de umbrales temporales).

Basándose en estos hallazgos, la guía para el uso de pantallas del Colegio Real de Pediatría y Salud del Niño del Reino Unido consensuó no fijar límites estrictos, sino que, brindando la información de la que se dispone hasta el momento, propone que cada familia junto al médico “diagnostique” su situación con respecto a las pantallas y tome las medidas que considere apropiadas. (Gavotto, 2020)

CAPÍTULO III: METODOLOGÍA

Para la realización del presente trabajo de investigación descriptiva, se ha empleado una metodología cualitativa no experimental, con aproximación cuantitativa en la recogida y el tratamiento de datos.

Respecto a las fases del trabajo se estableció un cronograma de actividades de acuerdo con las orientaciones que entrega la vicerrectoría académica. (Ver Anexo Nro. 1).

Sobre la técnica (Método Delphi) e instrumentos utilizados para la validez del cuestionario se destaca lo siguiente:

3.1. Operacionalización de las variables:

Para identificar las variables que serán estudiadas se acude a una especialista del Departamento, quien entrega las orientaciones para definir variables más dimensiones, indicadores y subindicadores. Esta fase fue fundamental, ya que se basó en la información recabada en el marco teórico, el cual se tuvo que reforzar con una mayor cantidad de información asociada al tema. (Gamificación, Uso de Pantallas, etc.). (Ver Anexo Nro. 2)

Con esto se asigna un significado a una variable, describiéndola en términos observables y comprobables para poder identificarla. Estas son Tiempo Libre y Tiempo de ocio.

3.2. Validación del instrumento:

Una vez definida las variables, dimensiones, indicadores y subindicadores se define 61 preguntas que dispondría el cuestionario, esta cantidad no es antojadiza, si no que se ajusta a la información definida en la bibliografía sobre el tema y a otros instrumentos que evaluaban temáticas similares. (Cuestionario para determinar el ocio familiar). Para mayor entendimiento, a continuación, se profundizan las fases llevadas a cabo:

3.2.1 Fase inicial: Revisión bibliográfica

Con la fin de dar un sustento de validez en lo referente a contenido y diseño de la investigación se procedió a la revisión de diferentes bases de datos nacionales e internacionales; con información sobre las temáticas a abordar en el estudio, (Sistema escolar, pandemia, confinamiento, Tiempo libre, Tiempo de ocio, gamificación) pero ante la inexistencia de un gran número significativo de instrumentos para la recolección de datos en situación de pandemia, se trabajó en la construcción y validación de un instrumento propio, considerando las variables, dimensiones, subdimensiones, indicadores, subindicadores, preguntas, lo que sirvió como base para la elaboración del borrador definitivo del cuestionario.

3.2.2. Fase preparatoria: Diseño del cuestionario

Una vez realizada una búsqueda bibliográfica, en la que se extrajeron las tendencias de investigación respecto al campo de estudio del tiempo libre y tiempo de ocio, resulta el momento oportuno de poder dar forma a todo lo analizado, tomando especial atención sobre varios de los parámetros que señalan los expertos en metodología, a fin de diseñar un cuestionario que sea válido para el análisis y realista para su implementación.

El principal propósito de esta fase fue diseñar el cuestionario inicial, (61 preguntas), que sería valorado por el equipo de expertos. Para la organización de las preguntas se consideró la inclusión de un marco organizativo dimensional, dado que la noción del tiempo libre y de ocio, se inserta en multitud de campos de conocimiento. En cuanto a la decisión respecto al número de preguntas, al igual que con el número de expertos, en ese momento no estaba totalmente clarificado, pues hay multitud de conclusiones al respecto. Mientras que Arribas (2004) contempla un rango de 10 a 90 preguntas, a fin de poder obtener una muestra amplia de información, otros, como Díaz-Barriga y Luna (2014), apuestan por un modelo reducido, a fin de no perder la validez de respuesta del participante. Además, Jornet et al. (2012) ponen de manifiesto la necesidad de que cada pregunta sea elaborada desde una redacción clara y que resulte fácil de comprender, situación que fue visada en el análisis de las respuestas dadas por los expertos en la validación.

De esta forma, a partir de las 2 revisiones realizadas por el equipo de expertos, quedó elaborado el borrador definitivo del cuestionario con 30 preguntas agrupadas en 8 dimensiones. Estas son la Educativa con 3 preguntas, la deportiva con 7 preguntas, la social con 6 preguntas, la digital con 4 preguntas, la de tiempo libre y recreación con 1 pregunta, la de creación artística con 3 preguntas, aprovechamiento del tiempo libre con 4 preguntas y finalmente la de actividad lúdica también con 2 preguntas.

3.2.3. Fase de recolección de información: distribución y cumplimentación de los cuestionarios

Dada la imposición de un confinamiento por la situación derivada del Covid-19, se utilizó la herramienta Google Forms para transcribir el cuestionario de 61 preguntas a un formato digital. A través de un enlace, este fue distribuido a una muestra mínima de 35 estudiantes del centro educativo Pedro León Gallo de la comuna de Copiapó. Finalmente, toda la información fue transferida al programa estadístico SPSS para realizar los análisis pertinentes de acuerdo con los objetivos de investigación.

3.2.4. Fase exploratoria: Validación del instrumento por expertos

El método Delphi es un procedimiento eficaz (Linstone y Turoff, 1975) y sistemático que tiene como objeto la recopilación de opiniones de expertos sobre un tema particular con el fin de incorporar dichos juicios en la configuración de un cuestionario y conseguir un consenso a través de la convergencia de las opiniones de expertos diseminados geográficamente (Bass, 1983; Ludwig, 1996,1997). Desde los inicios de su utilización, atribuida a Dalkey y Helmer (1963) en la década de los 50, ha sufrido algunas modificaciones. Inicialmente se partía de un cuestionario abierto sobre un tema concreto que era presentado a expertos con el tema a investigar, para que cada uno presentara, de forma anónima, sus aportaciones, aunque actualmente muchos estudios utilizan la versión modificada (Lee, 2009).

Esta secuencia resulta clave, puesto que es el momento en el que se recogen las consideraciones pertinentes de los expertos para perfeccionar el instrumento y, por tanto, elaborar el cuestionario definitivo a aplicar en una investigación. Para esta fase se contempla la siguiente secuencia de pasos: identificación de los criterios de selección de los expertos, diseño del instrumento para su validación, distribución del instrumento de evaluación del borrador del cuestionario, recolección de los datos y organización de estos. Una vez recogida la información, se procedió a partir de promedios determinados por las respuestas dadas por los expertos a la eliminación de preguntas.

La muestra de la información obtenida en la validación proviene de un grupo de expertos que ha participado de forma voluntaria y que, según Carreño (2009), debe oscilar entre cinco y diez participantes.

Tomando en consideración a López-Gómez (2018), se establecieron los siguientes criterios de selección de expertos: un alto conocimiento en metodología de investigación, publicaciones en la investigación de ocio y, por último, desempeño laboral en el ámbito socioeducativo.

De esta forma, se invitó a un total de 6 posibles expertos, de los cuales completaron el instrumento de validación 5 (tres expertos en metodología de investigación educativo y

2 expertos del ámbito recreativo). De estos, un 60% de la muestra es mujer y, por tanto, un 40% hombres. Teniendo un rango de experiencia laboral bastante amplio que ocupa desde los 10 a más de 30 años de tiempo de trabajo.

Tras la aplicación del cuestionario se realizó un análisis descriptivo de las respuestas registradas con el objetivo de filtrar aquellas incompletas o no válidas y verificar que la aplicación del cuestionario se había realizado correctamente. Todas las respuestas consignadas fueron consideradas válidas para realizar posteriores análisis.

3.2.5. Fase final: elaboración del cuestionario definitivo

La información recogida fue analizada de forma cuantitativa a través del programa estadístico SPSS, extrayendo los estadísticos descriptivos de valoración de la claridad, adecuación y pertinencia de las preguntas de cada dimensión. Por otra parte, y en lo que respecta a la información cualitativa, se recogieron todas las respuestas en una parrilla de información en la que se aglutinaron las valoraciones de todos los expertos respecto a cada pregunta y dimensión. Toda esta información, que aparece posteriormente, fue fuente de validez para la elaboración del cuestionario definitivo.

Mediante esta serie de pasos se pudo determinar según García-Álcaraz et al. (2006) la utilidad y eficacia que tiene un instrumento para la medición de aquello que se ajusta a su propósito.

CAPÍTULO IV: ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

4.1 Análisis de resultados

En este segmento se establecen los análisis de los resultados del instrumento de 61 preguntas aplicado a los estudiantes de la muestra, junto con el análisis de la primera valoración cualitativa que realizaron los expertos.

4.2 Análisis de fiabilidad

Los resultados del instrumento, en cuanto al análisis de fiabilidad de las respuestas dadas a las preguntas, mediante el coeficiente de consistencia interna de Alpha de Cronbach (1951), expuestos en la primera tabla, representan datos que de acuerdo a lo expuesto por Pardo y Ruiz (2005), se pueden clasificar con un nivel de fiabilidad Excelente. 0,901

TABLA: ESTADISTICA DE FIABILIDAD

Alfa de Cronbach	N de elementos
0,901	61

4.3 Resultados descriptivos por dimensiones

Dentro de este apartado mostramos los resultados descriptivos en las diferentes preguntas de las escalas que componen el cuestionario. El instrumento fue respondido por diferentes dimensiones, cuyo rango de respuesta asociada entre SI (1) como máxima, NO (0) como mínima.

TABLAS: DIMENSION EDUCATIVA					
Ítems	Preguntas	Respuestas	Frecuencia	%	% Acumulado
1	¿Utilizas revistas para estudiar en tu tiempo de ocio?	SI	27	77,1	77,1
		NO	8	22,9	100
2	¿Utilizas libros para estudiar en tu tiempo de ocio?	SI	18	51,4	51,4
		NO	17	48,6	100
3	¿Utilizas guías para estudiar en tu tiempo de ocio?	SI	23	65,7	65,7
		NO	12	34,3	100
4	¿Utilizas revistas de tu interés para realizar lectura en tu tiempo de ocio?	SI	17	48,6	48,6
		NO	18	51,4	51,4
5	¿Utilizas libros de tu interés para realizar lectura en tu tiempo de ocio?	SI	10	28,6	28,6
		NO	25	71,4	100
6	¿Utilizas guías de tu interés para realizar lectura en tu tiempo de ocio?	SI	28	80	80
		NO	7	20	100
7	¿Lideras o participas en algún grupo o equipo que trabaje en tareas escolares en tu tiempo de ocio?	SI	20	57,1	57,1
		NO	15	42,9	100
8	¿Inviertes parte de tu tiempo de ocio para estudiar?	SI	18	51,4	51,4
		NO	17	48,6	100
TABLAS DIMENSIÓN DEPORTIVA					
9	¿Caminas en tu tiempo de ocio? Sales a trotar en tu tiempo de ocio?	SI	5	14,3	57,1
		NO	30	85,7	100
10		SI	23	65,7	65,7

	¿Sales a trotar en tu tiempo de ocio? Participas en actividades de yoga durante tu tiempo de ocio?	NO	12	34,3	100
11	¿Participas en actividades de yoga durante tu tiempo de ocio? Bailas en tu tiempo de ocio?	SI	34	97,1	97,1
		NO	1	2,9	100
12	¿Bailas en tu tiempo de ocio?	SI	22	62,9	62,9
		NO	13	37,1	100
13	¿Participas de carreras en tu tiempo de ocio?	SI	27	77,1	77,1
		NO	8	22,9	100
14	¿Prácticas en actividades de nado en tu tiempo de ocio?	SI	30	85,7	85,7
		NO	5	14,3	100
15	¿Practicas tenis de manera individual en tu tiempo de ocio?	SI	31	88,6	88,6
		NO	4	11,4	100
16	¿Practicas del atletismo de manera individual en tu tiempo de ocio?	SI	33	94,3	94,3
		NO	2	5,7	100
17	¿En tu tiempo de ocio practicas artes marciales de manera individual?	SI	29	82,9	82,9
		NO	6	17,1	100
18	¿Practicas futbol de manera grupal en tu tiempo de ocio?	SI	15	42,9	42,9
		NO	20	57,1	100
19	¿Practicas basquetbol de manera grupal en tu tiempo de ocio?	SI	22	62,9	62,9
		NO	13	37,1	100
		SI	26	74,3	74,3

20	¿Practicas voleibol en tu tiempo de ocio?	NO	9	25,7	100
	¿Practicas deportes alternativos como el futbol-tenis en tu tiempo de ocio?	SI	16	45,7	45,7
21		NO	19	54,3	100
22	¿Practicas deportes alternativos como el boomerang en tu tiempo de ocio?	SI	30	85,7	85,7
		NO	5	14,3	100
23	¿Practicas calistenia en tu tiempo de ocio?	SI	33	94,3	94,3
		NO	2	5,7	100
24	¿Practicas deportes recreativos como el mini-futbol en tu tiempo de ocio?	SI	19	54,3	54,3
		NO	16	45,7	100
25	¿Practicas deportes recreativos como el béisbol en tu tiempo de ocio?	SI	23	65,7	65,7
		NO	12	34,3	100

26	¿En tu tiempo de ocio realizas trabajos en equipo junto a tus amigos?	SI	17	48,6	48,6
		NO	18	51,4	100
27	¿Juegan y comparten objetos especiales junto a sus amigos en su tiempo de ocio?	SI	16	45,7	45,7
		NO	19	54,3	100
28	¿Cocinan con su familia en su tiempo de ocio?	SI	12	34,3	34,3
		NO	23	65,7	100
29	¿Visitan espacios verdes o lugares de la naturaleza junto a su familia en su tiempo de ocio?	SI	9	25,7	25,7
		NO	26	74,3	100

30	¿Realizan fotografías en familia en su tiempo de ocio?	SI	14	40	40
		NO	21	60	100
31	¿Participan del ciclismo en familia en su tiempo de ocio?	SI	29	82,9	82,9
		NO	6	17,1	100
TABLAS: DIMENSIÓN DIGITAL					
32	¿Usas Facebook para comunicarte con tu familia o amigos (as) en tu tiempo de ocio?	SI	31	57,1	57,1
		NO	4	42,9	100
33	¿Usas Instagram para comunicarte con tu familia o amigos (as) en tu tiempo de ocio?	SI	20	57,1	57,1
		NO	15	42,9	100
34	¿Utilizas WhatsApp para comunicarte con tu familia o amigos (as) en tu tiempo de ocio?	SI	2	5,7	5,7
		NO	33	94,3	100
35	¿Utilizas twitter para comunicarte con tu familia o amigos (as) en tu tiempo de ocio?	SI	31	88,6	88,6
		NO	4	11,4	100
36	¿Participas de juegos digitales como mincraft en tu tiempo de ocio?	SI	7	20	20
		NO	28	80	100
37	¿ Participas de juegos digitales como el fornite en tu tiempo de ocio?	SI	14	40	40
		NO	21	60	100
38	¿ Participas de juegos digitales como el warzone en tu tiempo de ocio?	SI	19	54,3	54,3
		NO	16	45,7	100

39	¿Participas de juegos digitales como apex legends en tu tiempo de ocio?	SI	25	71,4	71,4
		NO	10	28,6	100
40	¿Utilizas YouTube en tu tiempo de ocio?	SI	35	100	100
		NO			
41	¿Utilizas tik tok en tu tiempo de ocio?	SI	9	25,7	25,7
		NO	26	74,3	100
42	¿Utilizas spotify en tu tiempo de ocio?	SI	14	40	40
		NO	21	60	100
43	¿Utilizas paginas o blog en línea para ver películas, series y videos en tu tiempo de ocio?	SI	14	40	40
		NO	21	60	100
44	¿Utilizas consolas o computador para programas de juegos en red en tu tiempo de ocio?	SI	8	22,9	22,9
		NO	27	77,1	100

45	¿Participas de carreras de saco en tu tiempo libre?	SI	32	40	40
		NO	3	60	100
46	¿Participas de juegos recreativos como la pilla-pilla en tu tiempo libre?	SI	14	40	40
		NO	21	60	100
47	¿Participas de juegos recreativos como la escondida en tu tiempo libre?	SI	15	42,9	42,9
		NO	20	57,1	100

TABLAS: DIMENSIÓN ARTISTICA

48	¿Pintas o dibujas en tu tiempo libre?	SI	13	37,1	37,1
		NO	22	62,9	100
49		SI	25	71,4	71,4

	¿Tocas algún instrumento en tu tiempo libre?	NO	10	28,6	100
50	¿Realizas manualidades en tu tiempo libre?	SI	24	68,6	68,6
		NO	11	31,4	100
51	¿Participas de juegos de mesa en tu tiempo libre?	SI	16	45,7	45,7
		NO	19	54,3	100
52	¿Participas de tenis mesa en tu tiempo libre?	SI	25	71,4	71,4
		NO	10	28,6	100
53	¿Participas de juegos con dardos en su tiempo libre?	SI	27	77,1	77,1
		NO	8	22,9	100

54	¿Realizan salidas en su tiempo libre?	SI	12	34,3	34,3
		NO	23	65,7	100
55	¿Realizan actividades al aire libre o en casa en su tiempo libre?	SI	14	40	40
		NO	21	60	100
56	¿Realizan fiestas familiares o con amigos (as) en su tiempo libre?	SI	16	45,7	45,7
		NO	19	54,3	100
57	¿Utilizas de tu tiempo libre para ver series o películas?	SI	7	20,0	20
		NO	28	80	100
58	¿Participas de juegos de mesa como el bingo en tu tiempo libre?	SI	21	60	60
		NO	14	40	100

TABLAS: DIMENSIÓN ACTIVIDADES LUDICAS

59	¿Participas de juegos de mesa como la lota en tu tiempo libre?	SI	17	48,6	48,6
		NO	18	51,4	100

60	¿Participas de juegos de mesa como el domino en tu tiempo libre?	SI	11	31,4	31,4
		NO	24	68,6	100
61	¿Participas de juegos de mesa como las cartas en tu tiempo libre?	SI	10	28,6	28,6
		NO	25	71,4	100

VALORACIÓN CUALITATIVA DE LOS EXPERTOS

Para el proceso de validación y en línea con la técnica del Método Delphi, se utilizó un formato rescatado de la base de datos de la Dirección de Investigación de la Universidad Adventista de Chile. Este instrumento fue enviado a los expertos con cada una de las preguntas que componían el cuestionario, valorándolo en base a dos criterios: adecuación y pertinencia. Además, al término de cada dimensión, se les solicitaba una valoración general considerando para ambas situaciones, una escala tipo Likert de seis con la siguiente relación: 1= muy en desacuerdo, 2= en desacuerdo, 3= en desacuerdo más que en acuerdo 4= de acuerdo más que en desacuerdo, 5= de acuerdo y 6= muy de acuerdo.

El resumen de las preguntas asociado a la dimensión se definió con una media para el nivel de adecuación y pertinencia. Estos fueron los siguientes:

Para la dimensión educativa: el promedio fue de 5.0

n.º	Evaluación	1 ¹	2 ¹	3 ¹	4 ¹	5 ¹	6 ¹	7 ¹	SUMA puntuaciones	PROMEDIO puntuaciones
D1	Adecuación	4	4	6	6	5			25	5.0
	Pertinencia	4	4	6	6	5			25	5.0

Para la dimensión deportiva: el promedio fue de 5.2

n.º	Evaluación	1 ¹	2 ¹	3 ¹	4 ¹	5 ¹	6 ¹	7 ¹	SUMA puntuaciones	PROMEDIO puntuaciones
D2	Adecuación	6	6	2	5	7			26	5.2
	Pertinencia	6	6	2	5	7			26	5.2

Para la dimensión social: el promedio fue de 4.2

n.º	Evaluación	1 ¹	2 ¹	3 ¹	4 ¹	5 ¹	6 ¹	7 ¹	SUMA puntuaciones	PROMEDIO puntuaciones
D3	Adecuación		2	5	6	7	1		21	4.2
	Pertinencia		2	5	6	7	1		21	4.2

Para la dimensión digital: el promedio fue de 5.0

n.º	Evaluación	1 ¹	2 ¹	3 ¹	4 ¹	5 ¹	6 ¹	7 ¹	SUMA puntuaciones	PROMEDIO puntuaciones
D4	Adecuación	6	6	6	2	5			25	5.0
	Pertinencia	6	6	6	2	5			25	5.0

Para la dimensión tiempo libre y recreación: el promedio fue de 4.8

n.º	Evaluación	1 ¹	2 ¹	3 ¹	4 ¹	5 ¹	6 ¹	7 ¹	SUMA puntuaciones	PROMEDIO puntuaciones
D5	Adecuación	5	5	6	6	2			24	4.8
	Pertinencia	5	5	6	6	2			24	4.8

Para la dimensión creación artística: el promedio fue de 5.8

n.º	Evaluación	1 ¹	2 ¹	3 ¹	4 ¹	5 ¹	6 ¹	7 ¹	SUMA puntuaciones	PROMEDIO puntuaciones
D6	Adecuación	6	6	6	6	5			29	5.8
	Pertinencia	6	6	6	6	5			29	5.8

Para la dimensión aprovechamiento del tiempo libre: el promedio fue de 6.2

n.º	Evaluación	1 ¹	2 ¹	3 ¹	4 ¹	5 ¹	6 ¹	7 ¹	SUMA puntuaciones	PROMEDIO puntuaciones
D7	Adecuación	6	6	7	7	5			31	6.2
	Pertinencia	6	6	7	7	5			31	6.2

Para la dimensión actividad lúdica: el promedio fue de 5.4

n.º	Evaluación	1 ¹	2 ¹	3 ¹	4 ¹	5 ¹	6 ¹	7 ¹	SUMA puntuaciones	PROMEDIO puntuaciones
D8	Adecuación	7	7	2	5	6			27	5.4
	Pertinencia	7	7	2	5	6			27	5.4

A partir de esta evaluación, se estableció una aprobación del instrumento con un promedio 5.2. de un máximo de 7.0. Los expertos definieron como propuesta de mejora, bajar la cantidad de preguntas asociadas a cada dimensión. A partir de esto y en rigor de acuerdo al promedio de calificación, se eliminaron 31 preguntas, quedando el instrumento con las mismas dimensiones y 30 preguntas en total.

Tal como se indicó en la explicación de cómo aplicar esta metodología y considerando la secuencia clave, puesto que es el momento en el que se recogen las consideraciones pertinentes de los expertos para perfeccionar el instrumento y, por tanto,

elaborar el cuestionario definitivo a aplicar en una investigación, a continuación se presenta la segunda fase de opiniones de dichos expertos.

Al igual que en el anterior resumen de las preguntas asociado a la dimensión se definió con una media para el nivel de adecuación y pertinencia. Estos fueron los siguientes:

Para la dimensión educativa: el promedio fue de 6.2

n.º	Evaluación	1 ¹	2 ¹	3 ¹	4 ¹	5 ¹	6 ¹	7 ¹	SUMA puntuaciones	PROMEDIO puntuaciones
D1	Adecuación	7	7	6	6	5			31	6,2
	Pertinencia	7	7	6	6	5			31	6,2

Para la dimensión deportiva: el promedio fue de 5.8

n.º	Evaluación	1 ¹	2 ¹	3 ¹	4 ¹	5 ¹	6 ¹	7 ¹	SUMA puntuaciones	PROMEDIO puntuaciones
D2	Adecuación	7	7	7	5	2			29	5.8
	Pertinencia	7	7	7	5	2			29	5.8

Para la dimensión social: el promedio fue de 6.2

n.º	Evaluación	1 ¹	2 ¹	3 ¹	4 ¹	5 ¹	6 ¹		7 ¹	SUMA puntuaciones	PROMEDIO puntuaciones
D3	Adecuación	7	6	6	6	6				31	6.2
	Pertinencia	7	6	6	6	6				31	6.2

Para la dimensión digital: el promedio fue de 6,2

n.º	Evaluación	1 ¹	2 ¹	3 ¹	4 ¹	5 ¹	6 ¹	7 ¹	SUMA puntuaciones	PROMEDIO puntuaciones
D4	Adecuación	7	7	6	6	5			31	6,2
	Pertinencia	7	7	6	6	5			31	6,2

Para la dimensión tiempo libre y recreación: el promedio fue de 6,2

n.º	Evaluación	1 ¹	2 ¹	3 ¹	4 ¹	5 ¹	6 ¹	7 ¹	SUMA puntuaciones	PROMEDIO puntuaciones
D5	Adecuación	7	7	6	6	5			31	6,2
	Pertinencia	7	7	6	6	5			31	6,2

Para la dimensión creación artística: el promedio fue de 6.2

n.º	Evaluación	1 ¹	2 ¹	3 ¹	4 ¹	5 ¹	6 ¹	7 ¹	SUMA puntuaciones	PROMEDIO puntuaciones
D6	Adecuación	7	7	6	6	5			31	6,2
	Pertinencia	7	7	6	6	5			31	6,2

Para la dimensión aprovechamiento del tiempo libre: el promedio fue de 6.0

n.º	Evaluación	1 ¹	2 ¹	3 ¹	4 ¹	5 ¹	6 ¹	7 ¹	SUMA puntuaciones	PROMEDIO puntuaciones
D7	Adecuación	7	6	6	6	5			30	6.0
	Pertinencia	7	6	6	6	5			30	6.0

Para la dimensión actividad lúdica: el promedio fue de 6.2

n.º	Evaluación	1 ¹	2 ¹	3 ¹	4 ¹	5 ¹	6 ¹	7 ¹	SUMA puntuaciones	PROMEDIO puntuaciones
D8	Adecuación	7	7	6	6	5			31	6,2
	Pertinencia	7	7	6	6	5			31	6,2

CAPÍTULO V: CONCLUSIONES

En la revisión de antecedentes se logró establecer que existen estudios y algunos instrumentos para validar algunas variables, especialmente sobre el ocio familiar, desde donde se apoyó este estudio como base, pero tal como lo dice su título, se limitan solo a la identificación de las actividades de ocio familiar, dejando muchos otros aspectos de interés pedagógico sin respuesta.

En función de los objetivos de esta investigación y considerando el propósito principal, se logró establecer un instrumento con 30 preguntas que permitirá, en un futuro estudio, definir el uso del tiempo libre y tiempo de ocio por parte de estudiantes de enseñanza básica en confinamiento, especialmente orientados a los de 6to año, preguntas que no presentaran dificultad para comprenderlas y responderlas bajo una escala de Likert.

Respecto al primer objetivo específico, fue posible construir y validar un instrumento para identificar el tipo de actividad desarrollada en el Tiempo Libre y Tiempo de Ocio durante el confinamiento, para ello fue relevante considerar las fases del procedimiento, especialmente con la validación mediante la técnica Delphi, lo que ha permitido el consenso de expertos en lo que respecta a la adecuación y pertinencia del contenido de las preguntas y especialmente con una valoración por cada dimensión, creando un producto que surge de la cooperación científica de expertos en el área de la temática y en metodología de la investigación..

Entre las ventajas de esta metodología se destaca el tiempo para la reflexión, algo que facilitó el consenso y permitió eliminar 31 preguntas que generaban un promedio negativo y que no permitían una buena adecuación y pertinencia del instrumento a aplicar.

Para cumplir con el objetivo específico número uno, fue clave para la realización del objetivo específico número dos, contar con el apoyo de una especialista en la construcción y validación, ya que fue la que apoyó en las orientaciones del trabajo para la operacionalización de variables, metodología que exigía considerar los aspectos analizados en el marco teórico y que fueron dando cuerpo a las dimensiones y preguntas definitivas del instrumento.

Finalmente, para el objetivo específico número tres que tenía por fin determinar la confiabilidad y validez interna del instrumento (validez constructo, validez de contenido). Fue relevante el trabajo indicado anteriormente, ya que con la operacionalización de variables se definió las dimensiones, indicadores y un trabajo cuantitativo realizado con el apoyo de un especialista estadístico, con el programa SPSS que en cuanto al análisis de fiabilidad mediante el coeficiente de consistencia interna de Alpha de CronBach (1951), determinaron un nivel de fiabilidad en las respuestas a las preguntas con un nivel Excelente. (0,901), lo que con el juicio de expertos y el que se tuviera que eliminar 31 preguntas del cuestionario inicial aplicado, da una confiabilidad y validez necesaria para la futura aplicación del instrumento.

Una vez realizada esta investigación se ratifica la importancia sobre el buen uso del tiempo libre y de ocio y que debe ser una preocupación que deben tener las y los futuros profesores de Educación Física, más si la asignatura se asocia al cuidado de la salud y el buen uso de ambos tiempos puede contribuir a la salud física y especialmente la mental de las personas.

Se cree que esta información relevante sobre el uso de este tiempo no puede permanecer en el desconocimiento, por la falta de herramientas validadas que potencien su estudio.

CAPÍTULO VI: BIBLIOGRAFÍA

Arias, C. (2021). Los usos del tiempo en la pandemia, análisis preliminar de los datos recolectados en una encuesta. En <https://citra.org.ar/wp-content/uploads/2021/12/Monitor-Laboral-2-Los-usos-del-tiempo-en-la-pandemia.pdf> recuperado en mayo 2022

Arnidol. (2016). Porque es importante el uso del tiempo libre en los niños. Recuperado el 09 de marzo 2023 en <https://www.arnidol.com/es/por-que-es-importante-el-tiempo-libre-para-los-ninos/>

Benoit, C. (2021). ALEPH. en <https://aleph.org.mx/que-es-el-daem-mineduc>, recuperado el 25 de abril 2022

Blasco, J. (2010) Validación mediante método delphi de un cuestionario para conocer las experiencias e interés hacia las actividades acuáticas con especial atención al windsurf en <https://core.ac.uk/download/pdf/71054579.pdf> recuperado en septiembre 2022

Gavoto, et all. (2020). Pantallas, niños y confinamiento en pandemia . en <https://www.evidencia.org/index.php/Evidencia/article/view/6897>. Recuperado en junio 2022

Giannini, S. (2020). La Educacion en tiempos de covid-19. Obtenido de http://www.redsocialesunlu.net/wp-content/uploads/2020/06/9.-La-educaci%C3%B3n-en-tiempos-del-COVID-19_-nuevas-pr%C3%A1cticas-docentes-%C2%BFnuevos-estudiantes_.pdf

Hernández, M. (2022) Ocio familiar en tiempos de confinamiento: construcción y validación de un instrumento en <https://www.redalyc.org/journal/773/77372885008/html/> recuperado el 6 octubre 2022

Hermoso, Y. (2009). Estudio de la ocupación del tiempo libre de la población escolar y su participación en actividades extraescolares en <https://riuma.uma.es/xmlui/bitstream/handle/10630/4576/17TYHV.pdf> recuperado 26 de julio 2022

Junco, J. (2020). Impacto de la pandemia en los adolescentes y jóvenes . ocupacion del tiempo libre en periodo de pandemia . En <https://fenix.iztacala.unam.mx/?p=28661> recuperado el 6 abril 2022

Lara, E. (2020). historia tiempo de ocio . en <https://www.biobiochile.cl/noticias/vida-actual/padres-e-hijos/2020/02/11/como-el-ocio-y-no-el-aburrimiento-puede-beneficiar-a-los-ninos.shtml> recuperado el 6 abril 2022

Martinez, A. L.-D.-P.-C. (2020). impactos del confinamiento por el covid-19. Universidad de Almería . Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es> › descarga › articulo

Ojeda, M. et all (2017). Uso del tiempo libre, la tecnologia y el uso del tiempo libre . En <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/6210522.pdf>. recuperado el 10 de abril 2022)

Organizacion Mundial de la Salud. (2022). Obtenido de Organizacion Mundial de la Salud: en https://www.who.int/es/emergencias/diseases/novel-coronavirus2019?adgroupsurvey={adgroupsurvey}&gclid=Cj0KCQjwhqaVBhCxARIsAHK1tiM7s-ulv20jYB-flnPByJ3U2MSq8q_1IYii4-Ni8LJ2tHINjxiyFRwaAhSIEALw_wcB Recuperado el 12 de abril 2022

Plan paso a paso. (2022). Obtenido de plan paso a paso : en <https://www.hospitalserena.cl/revisa-aqui-todas-las-actualizaciones-del-plan-paso-a-paso/> Recuperado el 2 de abril 2022

Medicina y Salud Publica . (2020). Obtenido de Medicina y Salud Publica: en <https://medicinaysaludpublica.com/noticias/covid-19/que-es-una-pandemia/5913> Recuperado el 12 de abril 2022

Slep (2017) en <https://educacionpublica.cl/>. Recuperado el 5 de abril 2022

Slep, Atacama (2019) en <https://atacama.educacionpublica.cl/servicio-local/>. Recuperado el 5 de abril 2022

Slep, Huasco (2017) en <https://huasco.educacionpublica.cl/> Recuperado el 5 de abril 2022

Sharon. T. (2022) Como afecta la pandemia en niños recuperado el 09 de marzo 2023 en <https://newsnetwork.mayoclinic.org/es/2022/01/31/como-afecta-la-pandemia-de-covid-19-a-los-ninos/#:~:text=Llegan%20ni%C3%B1os%20a%C3%BAn%20m%C3%A1s%20enfermos,la%20alimentaci%C3%B3n%20BB%2C%20afirma%20Schreier.>

Torres, C. (s.f.). covid-19 en Chile . en 27626897,+Q++Incidentes++Torres.doc (1).pdf recuperado el 24 abril 2022

Villalobos, C. (2015). Sistema escolar chileno: características y consecuencias de un modelo orientado al mercado en http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1405-14352015000300063#B58 Recuperado el 5 de abril 2022

CAPÍTULO VII ANEXOS:

Anexo Nro. 1 Cronograma

PROCEDIMIENTO METODOLÓGICO CARTA GANTT		ABRIL / MAYO JUNIO				JULIO AGOSTO SEPTIEMBRE			OCTUBRE NOVIEMBRE			DICIEMBRE					
ETAPAS	Actividades	Semana No. 1	Semana No. 2	Semana No. 3	Semana No. 4	Semana No. 5	Semana No. 6	Semana No. 7	Semana No. 8	Semana No. 9	Semana No. 10	Semana No. 11	Semana No. 12	Semana No. 13	Semana No. 14	Semana No. 15	Semana No. 16
I PARTE: Diseño del Estudio	Recopilación de antecedentes de estudios empíricos en los últimos años, para iniciar la introducción																
	Planteamiento del problema: Formulación de preguntas y objetivos.																
	Resumen Bibliográfico que dé inicio a marco teórico y/o de referencia.																
II PARTE: Metodología del Estudio.	Diseño estrategia metodológica.																
	Construcción y validación de instrumento para producción de datos.																
	Diseño de muestras estratificada.																
III PARTE: Trabajo en terreno del Estudio	Transcripción del cuestionario																
	Aplicación de los instrumentos																
	Digitación de datos cuantitativos - cualitativos.																
IV PARTE: Análisis de datos del Estudio.	Tratamiento de los datos,																
	Resultados y Conclusiones.																
V PARTE: INFORME FINAL	Presentación Trabajo de Grado para revisión																
	Presentación Trabajo corregido																
	Examen de grado.																

Anexo Nro. 2 Operacionalización de variables

Variable ocio	Dimensión	Subdimensión	Indicadores	Subindicadores	Pregunta asociada	N-preguntas
<p>VARIABLE OCIO: ES EL TIEMPO PLENAMENTE UTILIZADO EN EL ENTRETENIMIENTO Y RECREACIÓN, TIEMPO DE REFLEXIÓN Y REALIZACIÓN DE ACTIVIDADES (González, 2020p.22), ADEMÁS DE SER UN CONJUNTO DE OCUPACIONES A LAS QUE EL INDIVIDUO PUEDE DEDICARSE DE MANERA VOLUNTARIA, SEA PARA DESCANSAR O DIVERTIRSE, PARA DESARROLLAR SU INFORMACIÓN O FORMACIÓN DESINTERESADA, CUANDO SE HA LIBERADO DE SUS OBLIGACIONES PROFESIONALES O SOCIALES (Dumazedier) (Fernandez,Jairo,2015)</p>	Educativa	Realización de lectura	Tipo de material		¿Utilizas revistas para estudiar en tu tiempo de ocio?	1
					¿Utilizas libros para estudiar en tu tiempo de ocio?	2
					¿Utilizas guías para estudiar en tu tiempo de ocio?	3
					¿Utilizas revistas de tu interés para realizar lectura en tu tiempo de ocio?	4
					¿Utilizas libros de tu interés para realizar lectura en tu tiempo de ocio?	5
					¿Utilizas guías de tu interés para realizar lectura en tu tiempo de ocio?	6

		Participación en grupos de estudios	Equipos de estudio		¿Lideras a o participas en algún grupo o equipo que trabaje en tareas escolares en tu tiempo de ocio?	7
		Estudio Individual	Estudio personal		Inviertes parte de tu tiempo de ocio para estudiar?	8
Deportiva	Actividades físicas		Caminar		¿Caminas en tu tiempo de ocio?	9
			Trotar		¿Sales a trotar en tu tiempo de ocio?	10
			Yoga		¿Participas en actividades de yoga durante tu tiempo de ocio?	11
			Bailar		¿Bailas en tu tiempo de ocio?	12
			Correr		¿Participas de carreras en tu tiempo de ocio?	13
			Nadar		¿Participas en actividades de nado en tu tiempo de ocio?	14
			Práctica de deportes	Individuales	Tenis	
		Atletismo			¿Practicas del atletismo de manera individual en tu tiempo de ocio?	16
		Artes Marciales			¿En tu tiempo de ocio practicas artes marciales de	17

					manera individual?	
			Colectivos	Fútbol	¿Prácticas de fútbol de manera grupal en tu tiempo de ocio?	18
		Basquetbol		¿Prácticas de basquetbol de manera grupal en tu tiempo de ocio?	19	
		Voleibol		¿Prácticas de voleibol en tu tiempo de ocio?	20	
			Alternativos	Futbol-tenis	¿Prácticas de deportes alternativos como el futbol-tenis en tu tiempo de ocio?	21
				Boomerang	¿Prácticas de deportes alternativos como el boomerang en tu tiempo de ocio?	22
				Calistenia	¿Prácticas de calistenia en tu tiempo de ocio?	23
			Recreativas	Mini- futbol	¿Prácticas de deportes recreativos como el mini-futbol en tu tiempo de ocio?	24
				Béisbol	¿Prácticas de deportes recreativos en tu tiempo de ocio como el béisbol?	25

	Social	Amigos	Trabajo en equipo		¿En tu tiempo de ocio realizas trabajos en equipos junto a tus amigos?	26
			Interacciones con amigos		¿Juegan y comparten objetos especiales junto a sus amigos en su tiempo de ocio?	27
		Familia	Actividades en familia	cocinar	¿Cocinan con su familia en su tiempo de ocio?	28
				Espacios en la naturaleza	¿Visitan espacios verdes o lugares de la naturaleza junto a su familia en su tiempo de ocio?	29
				Fotografías	¿Realizan fotografías en familia en su tiempo de ocio?	30
				Ciclismo	¿Participan del ciclismo en familia en su tiempo de ocio?	31
	Digital	Redes Sociales	Facebook		¿Usas Facebook para relacionarte con tu familia o amigos (as) en tu tiempo de ocio?	32
			Instagram		¿Usas Instagram para comunicarte con tu familia o amigos (as) en tu tiempo de ocio?	33

			WhatsApp		¿Utilizas WhatsApp para comunicarte con tu familia o amigos (as) en tu tiempo de ocio?	34
			Twitter		¿Utilizas twitter para comunicarte en tu tiempo de ocio?	35
		Juegos en línea	Minecraft		¿Participas de juegos digitales como minecraft en tu tiempo de ocio?	36
			Fornite		¿Participas de juegos digitales como el fornite en tu tiempo de ocio?	37
			Warzone		¿Participas de juegos en línea como el warzone en tu tiempo de ocio?	38
			Apex legends		¿Participas de juegos digitales como apex legends en tu tiempo de ocio?	39
		Uso de páginas o blogs	YouTube		¿Utilizas YouTube en tu tiempo de ocio?	40
			Tik tok		¿Utilizas tik tok en tu tiempo de ocio?	41
			Spotify		¿Utilizas spotify en tu tiempo de ocio?	42
			Blogs		¿Utilizas páginas o blog en línea para ver películas,	43

					series y videos en tu tiempo de ocio?	
		Consolas digitales	Simuladores o juegos en red		¿Utilizas de consolas o computador para programas de juegos en red en tu tiempo de ocio?	44
VARIABLE TIEMPO LIBRE: TIEMPO FUERA DE OBLIGACIONES Y NECESIDADES PERSONALES, SE TRATA DE PERÍODOS DE LA VIDA EN QUE LA PERSONA SE SIENTE LIBRE DE DETERMINACIONES EXTERNAS, SOBRE TODO EN FORMA DE TRABAJO (Fernández, jairo,2015)	Tiempo libre y recreación	Festivales recreativos	Juegos recreativos	Carreras de saco	¿Participas de carreras de saco en tu tiempo libre?	45
				Pilla-pilla	¿Participas de juegos recreativos como la pilla-pilla en tu tiempo libre?	46
				Escondidas	¿Participas de juegos recreativos como la escondida en tu tiempo libre?	47
	Creación artística	Obra artística	Dibujos-pinturas		¿Pintas o dibujas en tu tiempo libre?	48
			Instrumentos		¿Tocas de algún instrumento en tu tiempo libre?	49
			Manualidades		¿Realizas manualidades en tu tiempo libre?	50
			Competencias	Juegos y torneos	Juegos de mesa	¿Participas de juegos de mesa

					en tu tiempo libre?	
				Tenis mesa	¿Participas de tenis mesa en tu tiempo libre?	52
				Dardos	¿Participas de juegos con dardos en tu tiempo libre?	53
	Aprovechamiento del tiempo libre	Utilización del tiempo libre de una persona	Actividades	Organizar salidas	¿Realizan salidas en su tiempo libre?	54
				Jugar en casa o al aire libre	¿Realizan actividades al aire libre o en casa en su tiempo libre?	55
				Fiestas familiares	¿Realizan fiestas familiares o con amigos (as) en su tiempo libre?	56
				Series o películas	¿Utilizas de tu tiempo libre para ver series o películas?	57
	Actividades lúdicas	juegos de reglas		bingo	¿Participas de juegos mesa como el bingo en tu tiempo libre?	58
				Lota	¿Participas de juegos de mesa como la lota en tu tiempo libre?	59
				Domino	¿Participas de juegos de mesa como el domino en tu tiempo libre?	60

			Juegos de cartas	¿Participas de juegos de mesa como cartas en tu tiempo libre?	61
--	--	--	------------------	---	----

Anexo Nro. 3 Valoración de expertos

PREGUNTA		PUNTUACIÓN EXPERTOS									VALIDACIÓN ²
n.º	Evaluación	1 ¹	2 ¹	3 ¹	4 ¹	5 ¹	6 ¹	7 ¹	SUMA puntuaciones	PROMEDIO puntuaciones	pregunta (SÍ/NO)
1	Adecuación	7	7	6	6	3			29	5.8	SI
	Pertinencia	7	7	6	6	3			29	5.8	
2	Adecuación	7	6	6	6	4			30	6.0	SI
	Pertinencia	7	6	6	6	4			30	6.0	
3	Adecuación	7	7	7	6	6			33	6.6	SI
	Pertinencia	7	7	7	6	6			33	6.6	
4	Adecuación	6	6	5	2	7			26	5.2	SI
	Pertinencia	6	6	5	2	7			26	5.2	

PREGUNTA		PUNTUACIÓN EXPERTOS									VALIDACIÓN ²
n.º	Evaluación	1 ¹	2 ¹	3 ¹	4 ¹	5 ¹	6 ¹	7 ¹	SUMA puntuaciones	PROMEDIO puntuaciones	pregunta (SÍ/NO)
5	Adecuación	7	6	6	5	2			26	5.2	SI
	Pertinencia	7	6	6	5	2			26	5.2	
6	Adecuación	2	2	7	6	1			18	3.6	NO
	Pertinencia	2	2	7	6	1			18	3.6	
7	Adecuación	3	4	5	6	7			25	5.0	SI
	Pertinencia	3	4	5	6	7			25	5.0	
8	Adecuación	7	7	4	5	6			29	5.8	SI

	Pertinencia	7	7	4	5	6			29	5.8	
9	Adecuación	4	4	6	6	5			25	5.0	SI
	Pertinencia	4	4	6	6	5			25	5.0	
10	Adecuación	6	6	7	7	2			28	5.6	SI
	Pertinencia	6	6	7	7	2			28	5.6	
11	Adecuación	6	6	7	7	5			31	6.2	SI
	Pertinencia	6	6	7	7	5			31	6.2	
12	Adecuación	6	6	6	5	7			30	6.0	SI
	Pertinencia	6	6	6	5	7			30	6.0	

PREGUNTA		PUNTUACIÓN EXPERTOS									VALIDACIÓN ²
n.º	Evaluación	1 ¹	2 ¹	3 ¹	4 ¹	5 ¹	6 ¹	7 ¹	SUMA puntuaciones	PROMEDIO puntuaciones	pregunta (SÍ/NO)
13	Adecuación	7	7	7	6				30	6.0	SI
	Pertinencia	7	7	7	6				30	6.0	
14	Adecuación	4	4	2	3	7			20	4.0	SI
	Pertinencia	4	4	2	3	7			20	4.0	
15	Adecuación	6	6	3	4	7			26	5.2	SI
	Pertinencia	6	6	3	4	7			26	5.2	
16	Adecuación	6	6	2	4	7			25	5.0	SI
	Pertinencia	6	6	2	4	7			25	5.0	
17	Adecuación	6	6	7	7	2			28	5.6	SI
	Pertinencia	6	6	7	7	2			28	5.6	
18	Adecuación	6	6	7	7	2			28	5.6	SI
	Pertinencia	6	6	7	7	2			28	5.6	
19	Adecuación	6	6	7	7	2			28	5.6	SI
	Pertinencia	6	6	7	7	2			28	5.6	

20	Adecuación	6	6	7	7	2			28	5.6	SI
	Pertinencia	6	6	7	7	2			28	5.6	

PREGUNTA		PUNTUACIÓN EXPERTOS									VALIDACIÓN ²
n.º	Evaluación	1 ¹	2 ¹	3 ¹	4 ¹	5 ¹	6 ¹	7 ¹	SUMA puntuaciones	PROMEDIO puntuaciones	pregunta (SÍ/NO)
21	Adecuación	7	7	7	2	6			29	5.8	SI
	Pertinencia	7	7	7	2	6			29	5.8	
22	Adecuación	6	6	2	3	7			24	4.8	SI
	Pertinencia	6	6	2	3	7			24	4.8	
23	Adecuación	2	4	5	6	7			24	4.8	SI
	Pertinencia	2	4	5	6	7			24	4.8	
24	Adecuación	7	7	2	4	6			26	5.2	SI
	Pertinencia	7	7	2	4	6			26	5.2	
25	Adecuación	6	6	7	7	2			28	5.6	SI
	Pertinencia	6	6	7	7	2			28	5.6	
26	Adecuación	2	3	5	6	7			23	4.6	SI
	Pertinencia	2	3	5	6	7			23	4.6	
27	Adecuación	6	6	2	5	7			26	5.2	SI
	Pertinencia	6	6	2	5	7			26	5.2	
28	Adecuación	6	6	2	4	7			25	5.0	SI
	Pertinencia	6	6	2	4	7			25	5.0	

PREGUNTA		PUNTUACIÓN EXPERTOS									VALIDACIÓN ²
n.º	Evaluación	1 ¹	2 ¹	3 ¹	4 ¹	5 ¹	6 ¹	7 ¹	SUMA puntuaciones	PROMEDIO puntuaciones	pregunta (SÍ/NO)

29	Adecuación	4	4	2	5	7			22	4.4	NO
	Pertinencia	4	4	2	5	7			22	4.4	
30	Adecuación	7	7	7	2	6			29	5.8	SI
	Pertinencia	7	7	7	2	6			29	5.8	
31	Adecuación	7	7	7	7	4			32	6.4	SI
	Pertinencia	7	7	7	7	4			32	6.4	
32	Adecuación	7	7	2	4	6			26	5.2	SI
	Pertinencia	7	7	2	4	6			26	5.2	
33	Adecuación	7	7	7	2	6			29	5.8	SI
	Pertinencia	7	7	7	2	6			29	5.8	
34	Adecuación	2	5	6	7	1			21	4.2	SI
	Pertinencia	2	5	6	7	1			21	4.2	
35	Adecuación	7	7	7	2	6			29	5.8	SI
	Pertinencia	7	7	7	2	6			29	5.8	
36	Adecuación	7	7	7	2	6			29	5.8	SI
	Pertinencia	7	7	7	2	6			29	5.8	

PREGUNTA		PUNTUACIÓN EXPERTOS									VALIDACIÓN ²
n.º	Evaluación	1 ¹	2 ¹	3 ¹	4 ¹	5 ¹	6 ¹	7 ¹	SUMA puntuaciones	PROMEDIO puntuaciones	pregunta (SÍ/NO)
37	Adecuación	7	7	7	2	1			24	4.8	SI
	Pertinencia	7	7	7	2	1			24	4.8	
38	Adecuación	7	7	2	4	6			26	5.2	SI
	Pertinencia	7	7	2	4	6			26	5.2	
39	Adecuación	6	6	4	5	7			28	5.6	SI

	Pertinencia	6	6	4	5	7			28	5.6	
40	Adecuación	6	6	2	7	1			22	4.4	SI
	Pertinencia	6	6	2	7	1			22	4.4	
41	Adecuación	6	6	6	2	7			27	5.4	SI
	Pertinencia	6	6	6	2	7			27	5.4	
42	Adecuación	6	6	2	7	1			22	4.4	SI
	Pertinencia	6	6	2	7	1			22	4.4	
43	Adecuación	7	7	7	2	6			29	5.8	SI
	Pertinencia	7	7	7	2	6			29	5.8	
44	Adecuación	7	7	7	2	6			29	5.8	SI
	Pertinencia	7	7	7	2	6			29	5.8	

PREGUNTA		PUNTUACIÓN EXPERTOS									VALIDACIÓN ²
n.º	Evaluación	1 ¹	2 ¹	3 ¹	4 ¹	5 ¹	6 ¹	7 ¹	SUMA puntuaciones	PROMEDIO puntuaciones	pregunta (SÍ/NO)
45	Adecuación	7	7	7	2	6			29	5.8	SI
	Pertinencia	7	7	7	2	6			29	5.8	
46	Adecuación	7	7	2	4	6			26	5.2	SI
	Pertinencia	7	7	2	4	6			26	5.2	
47	Adecuación	7	7	2	4	6			26	5.2	SI
	Pertinencia	7	7	2	4	6			26	5.2	
48	Adecuación	6	6	6	2	5			25	5.0	SI
	Pertinencia	6	6	6	2	5			25	5.0	
49	Adecuación	5	5	2	3	6			21	4.2	SI
	Pertinencia	5	5	2	3	6			21	4.2	
50	Adecuación	7	7	2	6	1			23	4.6	SI
	Pertinencia	7	7	2	6	1			23	4.6	

51	Adecuación	6	6	7	7	2			28	5.6	SI
	Pertinencia	6	6	7	7	2			28	5.6	
52	Adecuación	5	5	6	6	2			24	4.8	SI
	Pertinencia	5	5	6	6	2			24	4.8	

PREGUNTA		PUNTUACIÓN EXPERTOS									VALIDACIÓN ²
n.º	Evaluación	1 ¹	2 ¹	3 ¹	4 ¹	5 ¹	6 ¹	7 ¹	SUMA puntuaciones	PROMEDIO puntuaciones	pregunta (SÍ/NO)
53	Adecuación	7	7	7	7	6			34	6.8	SI
	Pertinencia	7	7	7	7	6			34	6.8	
54	Adecuación	7	7	7	7	6			34	6.8	SI
	Pertinencia	7	7	7	7	6			34	6.8	
55	Adecuación	7	7	7	2	6			29	5.8	SI
	Pertinencia	7	7	7	2	6			29	5.8	
56	Adecuación	7	7	7	5	1			27	5.4	SI
	Pertinencia	7	7	7	5	1			27	5.4	
57	Adecuación	7	7	7	2	1			24	4.8	SI
	Pertinencia	7	7	7	2	1			24	4.8	
58	Adecuación	7	7	2	5	1			22	4.4	SI
	Pertinencia	7	7	2	5	1			22	4.4	
59	Adecuación	6	6	6	6	5			29	5.8	SI
	Pertinencia	6	6	6	6	5			29	5.8	
60	Adecuación	6	6	7	7	2			28	5.6	SI
	Pertinencia	6	6	7	7	2			28	5.6	
61	Adecuación	7	7	7	6	6			33	6.6	SI

	Pertinencia	7	7	7	6	6			33	6.6	
--	-------------	---	---	---	---	---	--	--	----	-----	--

PREGUNTA		PUNTUACIÓN EXPERTOS									VALIDACIÓN ²
n.º	Evaluación	1 ¹	2 ¹	3 ¹	4 ¹	5 ¹	6 ¹	7 ¹	SUMA puntuaciones	PROMEDIO puntuaciones	pregunta (SÍ/NO)
62	Adecuación	7	7	7	7	6			34	6.8	SI
	Pertinencia	7	7	7	7	6			34	6.8	
63	Adecuación	7	7	7	7	1			29	5.8	
	Pertinencia	7	7	7	7	1			29	5.8	
64	Adecuación	6	6	7	7	2			28	5.6	SI
	Pertinencia	6	6	7	7	2			28	5.6	
65	Adecuación	6	6	7	7	5			31	6.2	SI
	Pertinencia	6	6	7	7	5			31	6.2	
66	Adecuación	6	6	2	5	7			26	5.2	SI
	Pertinencia	6	6	2	5	7			26	5.2	
67	Adecuación	7	7	2	3	6			25	5.0	SI
	Pertinencia	7	7	2	3	6			25	5.0	
68	Adecuación	7	7	2	4	6			26	5.2	SI
	Pertinencia	7	7	2	4	6			26	5.2	
69	Adecuación	7	7	2	5	6			27	5.4	SI
	Pertinencia	7	7	2	5	6			27	5.4	

Anexo Nro. 4 Cuestionario final validado



“INSTRUMENTO PARA DETERMINAR EL USO DEL TIEMPO LIBRE Y DE OCIO EN PERIODO DE PANDEMIA, POR PARTE DE ESTUDIANTES DE ENSEÑANZA BASICA”

Estimado (a) Estudiante:

Desde el Departamento de Educación Física, Deportes y Recreación una tesista perteneciente al Plan Anual de la carrera Licenciatura en Educación y Pedagogía en Educación Física de la Universidad de Atacama, inicia un trabajo de investigación con el objetivo de diseñar y validar un instrumento que permita definir el uso de tiempo libre y ocio en periodo de pandemia.

El instrumento tiene por finalidad averiguar, qué tipo de actividades realizaron los estudiantes de dicho nivel escolar, durante este periodo. Entendiendo el tiempo libre como el tiempo en que no hay obligación de realizar ninguna actividad y el tiempo de ocio como aquel tiempo de reflexión y realización de actividades para el desarrollo personal. Es por lo anterior, que les invitamos a responder el siguiente cuestionario, con el fin de validar a través de una muestra representativa dicho instrumento diseñado, para este fin.

La investigadora agradece la participación y se compromete a:

1. Mantener la confidencialidad que la rigurosidad científica para resguardar información de los participantes del estudio.

2. Proporcionar información y análisis sobre estos resultados y compartir los mismos con las autoridades que se interesen en ellos.

El cuestionario, se responde en un tiempo no superior a 15 minutos.

DIMENSION DEMOGRAFICA:

Edad:

Sexo o género:

Establecimiento:

Tipo de establecimiento:

DIMENSION EDUCATIVA

1-El ocio para ti es un espacio en que se detienen las tareas cotidianas y donde se viven experiencias significativas.

Completamente de acuerdo
En acuerdo más que en desacuerdo
En desacuerdo más que en acuerdo
Completamente en desacuerdo

2-¿Utilizas revistas, libros, guías, Tablet, pc, internet u otro elemento tecnológico para estudiar en tu tiempo de ocio?

Completamente de acuerdo
En acuerdo más que en desacuerdo
En desacuerdo más que en acuerdo
Completamente en desacuerdo

3- ¿Utilizas libros, revistas, Tablet, pc, internet u otro elemento tecnológico de tu interés para realizar lectura en tu tiempo de ocio?

Completamente de acuerdo
En acuerdo más que en desacuerdo
En desacuerdo más que en acuerdo
Completamente en desacuerdo

4- ¿Lideras a o participas en algún grupo o equipo que trabaje en tareas escolares en tu tiempo de ocio?

Completamente de acuerdo
En acuerdo más que en desacuerdo
En desacuerdo más que en acuerdo
Completamente en desacuerdo

DIMENSION DEPORTIVA

5- ¿Trotas o corres en tu tiempo de ocio?

Completamente de acuerdo
En acuerdo más que en desacuerdo
En desacuerdo más que en acuerdo
Completamente en desacuerdo

6- ¿Realizas actividad física (caminar, yoga, bailes, tenis de mesa, ajedrez, actividades circenses) durante tu tiempo de ocio?

Completamente de acuerdo
En acuerdo más que en desacuerdo
En desacuerdo más que en acuerdo
Completamente en desacuerdo

7- ¿Practicas deportes de manera individual (tenis, nado, atletismo, artes marciales, balón mano) en tu tiempo de ocio?

Completamente de acuerdo
En acuerdo más que en desacuerdo
En desacuerdo más que en acuerdo
Completamente en desacuerdo

8- ¿Practicas deportes de manera grupal (basquetbol, futbol, voleibol, colpbol, dodgeball) en tu tiempo de ocio?

Completamente de acuerdo
En acuerdo más que en desacuerdo
En desacuerdo más que en acuerdo
Completamente en desacuerdo

9- ¿Practicas deportes alternativos como el fútbol-tenis, boomerang, air ball, frisbee, en tu tiempo de ocio?

Completamente de acuerdo
En acuerdo más que en desacuerdo
En desacuerdo más que en acuerdo
Completamente en desacuerdo

10- ¿Practicas calistenia entendida como sistema de entrenamiento que se realiza con el propio peso corporal o realizas ejercicio funcional en tu tiempo de ocio?

Completamente de acuerdo
En acuerdo más que en desacuerdo
En desacuerdo más que en acuerdo
Completamente en desacuerdo

11- ¿Practicas deportes recreativos como el trekking, senderismo, campismo en tu tiempo de ocio?

Completamente de acuerdo
En acuerdo más que en desacuerdo
En desacuerdo más que en acuerdo
Completamente en desacuerdo

DIMENSION SOCIAL

12- ¿En tu tiempo de ocio realizas trabajos en equipo junto a tus amigos?

Completamente de acuerdo
En acuerdo más que en desacuerdo
En desacuerdo más que en acuerdo
Completamente en desacuerdo

13- ¿Juegan y junto a sus amigos en su tiempo de ocio?

Completamente de acuerdo
En acuerdo más que en desacuerdo
En desacuerdo más que en acuerdo
Completamente en desacuerdo

14- ¿Cocinan con su familia en su tiempo de ocio?

Completamente de acuerdo
En acuerdo más que en desacuerdo
En desacuerdo más que en acuerdo
Completamente en desacuerdo

15- ¿Visitan espacios verdes o lugares de la naturaleza junto a su familia en su tiempo de ocio?

Completamente de acuerdo
En acuerdo más que en desacuerdo
En desacuerdo más que en acuerdo
Completamente en desacuerdo

16- ¿Realizan fotografías en familia en su tiempo de ocio?

Completamente de acuerdo
En acuerdo más que en desacuerdo
En desacuerdo más que en acuerdo
Completamente en desacuerdo

17- ¿Participan del ciclismo, corridas, caminatas en familia en su tiempo de ocio?

Completamente de acuerdo
En acuerdo más que en desacuerdo
En desacuerdo más que en acuerdo
Completamente en desacuerdo

DIMENSION DIGITAL

18- ¿Usas Facebook, Instagram, WhatsApp, Twitter, Tik Tok para relacionarte con tu familia o amigos (as) en tu tiempo de ocio?

Completamente de acuerdo
En acuerdo más que en desacuerdo
En desacuerdo más que en acuerdo
Completamente en desacuerdo

19- ¿Participas de juegos digitales como minecraft, fornite, warzone, ápex legends en tu tiempo de ocio?

Completamente de acuerdo
En acuerdo más que en desacuerdo
En desacuerdo más que en acuerdo
Completamente en desacuerdo

20- ¿Utilizas YouTube, Spotify en tu tiempo de ocio?

Completamente de acuerdo
En acuerdo más que en desacuerdo
En desacuerdo más que en acuerdo

Completamente en desacuerdo

21- ¿Utilizas teléfono móvil, equipo móvil, Tablet, consolas o computador para programas de juegos en red en tu tiempo de ocio?

Completamente de acuerdo

En acuerdo más que en desacuerdo

En desacuerdo más que en acuerdo

Completamente en desacuerdo

DIMENSION TIEMPO LIBRE Y RECREACION

22- ¿Participas de juegos recreativos como el pilla-pilla (la pinta), carreras de saco o la escondida en tu tiempo libre?

Completamente de acuerdo

En acuerdo más que en desacuerdo

En desacuerdo más que en acuerdo

Completamente en desacuerdo

DIMENSION ARTISTICA

23- ¿Realizas manualidades, Pintas o dibujas en tu tiempo libre?

Completamente de acuerdo

En acuerdo más que en desacuerdo

En desacuerdo más que en acuerdo

Completamente en desacuerdo

24- ¿Tocas algún instrumento en tu tiempo libre?

Completamente de acuerdo

En acuerdo más que en desacuerdo

En desacuerdo más que en acuerdo

Completamente en desacuerdo

DIMENSION APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE

25- ¿Realizan actividades fuera del hogar en su tiempo libre?

Completamente de acuerdo

En acuerdo más que en desacuerdo

En desacuerdo más que en acuerdo

Completamente en desacuerdo

26- ¿Realizan actividades en casa, en su tiempo libre?

- Completamente de acuerdo
- En acuerdo más que en desacuerdo
- En desacuerdo más que en acuerdo
- Completamente en desacuerdo

27- ¿Realizan fiestas familiares o con amigos (as) en su tiempo libre?

- Completamente de acuerdo
- En acuerdo más que en desacuerdo
- En desacuerdo más que en acuerdo
- Completamente en desacuerdo

28- ¿Utilizas de tu tiempo libre para ver series o películas?

- Completamente de acuerdo
- En acuerdo más que en desacuerdo
- En desacuerdo más que en acuerdo
- Completamente en desacuerdo

DIMENSION ACTIVIDADES LUDICAS

29- ¿Participas de juegos de mesa como (la lota, domino, cartas) en tu tiempo libre?

- Completamente de acuerdo
- En acuerdo más que en desacuerdo
- En desacuerdo más que en acuerdo
- Completamente en desacuerdo

30- ¿Practicas de (pingpong, dardos, bingos) en tu tiempo libre?

- Completamente de acuerdo
- En acuerdo más que en desacuerdo
- En desacuerdo más que en acuerdo
- Completamente en desacuerdo

COMISIÓN EVALUADORA

ALVAREZ BARRIA XIMENA

ARAYA ZARRICUETA CESAR

MARTINEZ CORTÉS HUGO
