

22

Fecha de presentación: Mayo, 2023

Fecha de aceptación: Junio, 2023

Fecha de publicación: Agosto, 2023

LA OCUPACIÓN DEL TIEMPO LIBRE DE LOS ESTUDIANTES DE SEGUNDO AÑO DE LA CARRERA DE DERECHO

THE OCCUPATION OF THE FREE TIME OF THE SECOND YEAR STUDENTS OF THE LAW CAREER

Yeney Calderón Villa

E-mail: ycalderon@ucf.edu.cu

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1506-3130>

Ever Paredes Jiménez

E-mail: eparedes@ucf.edu.cu

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7096-716x>

Yorisel Carmenate Figueredo

E-mail: ycarmenete@ucf.edu.cu

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0726-9478>

Universidad de Cienfuegos "Carlos Rafael Rodríguez", Cuba.

Cita sugerida (APA, séptima edición)

Calderón Villa, Y., Paredes Jiménez, E., & Carmenate Figueredo, Y. (2023). La ocupación del tiempo libre de los estudiantes de segundo año de la Carrera de Derecho. *Revista Científica Cultura, Comunicación y Desarrollo*, 8(2), 172-177. <http://rccd.ucf.edu.cu/index.php/rccd>

RESUMEN

El presente trabajo se adentra en la importante temática del Tiempo Libre y su sana ocupación en los estudiantes de segundo año de la Carrera de Derecho, los mismos suelen quejarse de la poca disponibilidad de tiempo para involucrarse en actividades que le remitan al esparcimiento. Con frecuencia optan por buscar alternativas con el fin de liberar sus tensiones. Habitualmente manifiestan incapacidad para manejar adecuadamente su tiempo; tampoco la institución ha logrado definir líneas precisas para enmarcar ese tiempo libre. El estudio se inició con la realización de un diagnóstico de la situación concreta del lugar, abarcando, entre otros aspectos: la infraestructura recreativa existente, oferta recreativa, datos socio-demográficos y generales de la población objeto de estudio, así como sus necesidades e intereses recreativos, para lo cual nos apoyamos en diferentes métodos investigativos, teóricos, empíricos, estadísticos matemáticos, por lo que sirve de medidor del trabajo realizado por el personal que labora en la localidad, señalando direcciones para mejorar la calidad del mismo, lo que constituye su aporte práctico.

Palabras clave:

Tiempo libre, estudiantes de segundo año, Carrera Derecho

ABSTRACT

The present work delves into the important topic of Free Time and its healthy occupation in second year students of the Law Degree. They often complain of the lack of time available to engage in activities that refer to leisure and choose to seek alternatives in order to release their tensions. Usually they manifest inability to properly manage their time; neither has the institution managed to define precise lines to frame that free time. The study began with a diagnosis of the specific situation of the site, covering, among other aspects: the existing recreational infrastructure, recreational provision, socio-demographic and general data of the population under study, as well as their recreational needs and interests, for which we rely on different research methods, theoretical, empirical, mathematical statistics, so it serves as a gauge of the work done by the staff working in the locality, pointing out directions to improve the quality of it, which is its practical contribution.

Keywords:

Free time, second year students, Law Career

INTRODUCCIÓN

El tiempo libre es una necesidad, incluso un derecho que cada ser humano posee. Los jóvenes que poseen la oportunidad de ingresar por vez primera en la educación superior tienen una variación tanto en su tiempo libre como en su estado emocional a lo cual estaban acostumbrados, debido a las nuevas modificaciones de la carga horaria y las exigencias propias de la Educación Superior. De igual manera, los distintos niveles transitados por el estudiante evidencia, diferencias dado que el nivel de exigencias en cada semestre lectivo sufre cambios naturales por el diseño de la malla curricular, mostrando un tiempo libre limitado que mantiene una ocupación en la elaboración de prácticas pre-profesionales, horas laborables, trabajos finales, tesis o artículos científicos indispensables para cumplir los diferentes niveles docente-educativos exigidos en pregrado.

La problemática del tiempo libre y recreación, constituye un desafío de nuestra época, puesto que tiende a transformar entre otros aspectos las condiciones sociales y culturales de la sociedad. La recreación tiene como objetivo incrementar las opciones y servicios en los centros de trabajo, educacionales, consejos populares y demás objetivos sociales del territorio, con actividades recreativas destinadas a la sana ocupación del tiempo libre de la población, a la vez que propicia el desarrollo de diferentes valores tales como la perseverancia, el colectivismo, la solidaridad y la laboriosidad. (Fernández, 2017, p.9).

Las actividades de ocio de mayor preferencia o que se dan como un hábito cotidiano en los jóvenes universitarios están referidas al llamado ocio pasivo o audiovisual (navegar por internet o chatear, escuchar música y ver televisión), al ocio deportivo, la recreación y la educación física (importantes fuentes de salud al permitir adquirir una buena forma física) y el ocio con un claro componente social: ocupar el tiempo en actividades que les gustan, “compartir con la familia y compartir con los amigos”, salir con los amigos/as e ir a bares/pubs. Estas actividades están seguidas por aquellas relacionadas con el ocio de formación o cultural, referido a la lectura de libros, revistas y hacer actividades artísticas (Cardona, 2020).

Estudiar el ocio y el tiempo libre en los jóvenes universitarios lleva a considerar que el modo como se comportan estos conceptos en sus vidas está ligado, entre otros aspectos, a sus motivaciones y necesidades. Describe entonces en primer lugar la necesidad de logro, definida como el motivo para superar obstáculos y alcanzar metas. Luego, incorpora la necesidad de poder referida a la motivación para tener influencia en los demás. Finalmente, la necesidad de filiación se define como “el deseo de pasar tiempo con otros, de desarrollar y mantener relaciones sociales”. Esta tendencia de alta necesidad de afiliación responde a la influencia social, pues las personas dedican una parte proporcionalmente grande de su tiempo a comunicarse con otros y, cuando se encuentran solos, consideran la posibilidad de estar con alguien más.

Por otra parte, se han descrito las necesidades secundarias o psicógenas en la conducta de los seres humanos, ha señalado que el afán de éxito es el motivo principal de

la conducta y por ello menciona la necesidad de reconocimiento dentro de las motivaciones sociales. Las define el autor “como necesidad del ego o de la autoestima. Este grupo radica en la necesidad de toda persona de sentirse apreciado, tener prestigio y destacar dentro de su grupo social, de igual manera se incluyen la autovaloración y el respeto a sí mismo”. (Cardona, 2020).

En la universidad de Cienfuegos juega un papel fundamental las actividades recreativas al considerarse esta como una actividad a través de la cual se puede experimentar y disfrutar el tiempo libre, al cumplir una función educativa y auto-educadora, a la vez que su práctica coadyuva al trabajo, formación de valores y a la vida social, lo que permite satisfacer mejor la creciente necesidad de organizar de forma variada e integral el tiempo libre, vincular los objetivos culturales, educativos, sociales y biológicos, lo que contribuye a satisfacer múltiples necesidades de los jóvenes y mejoras en su formación integral.

Este conocimiento se nutre de actividades socioculturales e intelectuales de participación masiva y espontánea o competitiva, para propiciar al individuo un esparcimiento sano, donde se sienta ocupado de manera que satisfaga el objetivo fundamental para todos y responda a su vez a las individualidades, sin embargo no siempre se les presta total interés por lo que el claustro tiene a su cargo esta importante tarea y descuidan involuntariamente las amplias posibilidades de una ocupación adecuada del tiempo libre para el desarrollo de actividades extensionistas. (Buzón, 2018).

Para ese fin, estudiosos del tema consideran en primer orden que los jóvenes universitario deberán tener una vida más activa; y para ello se deberán tomar acciones que favorezcan la prevención de las enfermedades, la independencia física y mental, buenos hábitos de alimentación e higiene, la participación social, y la realización de una actividad física que evite el sedentarismo, permitiendo, entonces que se logre la calidad de vida: Juanes, & Rodríguez (2021); Jumbo (2022); De Vicente, et al., (2022); sin embargo en sus doctrinas ponderan para ese fin la realización de actividades físico recreativas que articulen movimientos físicos con acciones mentales a través de juegos participativos.

Con el uso de distintos instrumentos y métodos de investigación se pudo establecer durante un estudio exploratorio, que las ofertas físico-recreativas para los estudiantes de segundo año de la carrera de Derecho, no contribuyen a la participación sistemática y numerosa de estas, a pesar del empeño y probado entusiasmo puesto por la profesora de Educación Física que allí laboran quien además, organiza las actividades de esta índole, en horarios y días que no confrontan con las obligaciones escolares y necesidades biológicas esenciales.

De acuerdo con estos conocimientos, los estudios realizados y la experiencia práctica de la autora se evidencia mediante la observación:

- las actividades físico-recreativas que se realizan, no participan los estudiantes de segundo año de la carrera de Derecho con frecuencia debido a que se entretienen

generalmente a través del uso de las nuevas tecnologías y la comunicación

- Los estudiantes de segundo año de la carrera de Derecho cuentan con más de cuatro horas diarias dedicadas a la realización de actividades sedentarias y de poco gasto calórico, lo que es contraproducente con las necesidades del desarrollo físico y psicológico de estos jóvenes.

Por lo antes expuesto y las revisiones bibliográficas desarrolladas respecto a dicho tema se trazó el siguiente objetivo: Describir la ocupación del tiempo libre de los estudiantes de segundo año de la carrera de Derecho.

Materiales y métodos

Para la realización de este trabajo se utiliza como base el paradigma cuantitativo de la investigación, el estudio presentado es de carácter descriptivo. Para el momento de su realización se logra diagnosticar el uso que hacían los estudiantes de segundo año de la carrera de Derecho del ocio y el tiempo libre, así como tener una visión general de las actividades y comportamientos desarrollados en estos espacios de tiempo sin establecer relaciones causales ni vincular las variables del estudio con otras.

La investigación se desarrolla en la Universidad de Cienfuegos “Carlos Rafael Rodríguez”, con estudiantes del CRD de la carrera Derecho segundo año. Este trabajo se llevó a cabo entre los meses de febrero a mayo de 2022, de una población de 78 estudiantes universitarios se tomó una muestra de 69 jóvenes, constituyendo el 63,8 % de la población, de ellos 43 son varones para un 62,3 % y 26 son hembras para un 37,6%, con un promedio de edad de 19 a 21 años. Como criterio para la selección de la muestra, se tuvo en cuenta haber accedido voluntariamente a participar en la investigación, estar físicamente aptos para la realización de actividades físicas.

Para la recogida y el procesamiento de los datos se utilizaron métodos teóricos, como el histórico-lógico, análisis-síntesis, el inductivo-deductivo, y métodos de nivel empíricos se utiliza la entrevista a los estudiantes de segundo año de la Carrera de Derecho con el objetivo de conocer las opiniones, sugerencias, estados de ánimo, preferencia, motivaciones en los jóvenes investigados. Recopilar información de la muestra para conocer, tipo de actividades, tiempo libre, actividades preferidas y horario.

Resultado y discusión

Resultado del auto registro de tiempo de los estudiantes de segundo año de la Carrera de Derecho

En la tabla 1 se realiza el análisis del presupuesto tiempo, o sea, las actividades y distribución del tiempo diario (24 horas) en los estudiantes de segundo año de la carrera de Derecho, se puede apreciar las magnitudes de tiempo, como promedio, dedican estos estudiantes, los días entre semana a cada una de las actividades globales o principales. El tiempo promedio dedicado al estudio es de 8 horas y 45 minutos). El tiempo dedicado a la transportación es de 1 hora con 33 minutos, teniendo en cuenta que los centros de estudio están cercanos a los lugares donde viven y algunos se trasladan a otros centros de la

zona más distantes. El tiempo dedicado a las necesidades biofisiológicas (9 horas, 35 minutos), resulta consecuente, de acuerdo con las actividades que comprende. El tiempo dedicado a las tareas domésticas es de 1 hora y 56 minutos, así como también el correspondiente a las actividades de compromiso social es de 1 hora. Como resultante de este presupuesto se dispone de una magnitud apreciable de tiempo libre de 2 horas, 31 minutos.

Tabla.1:

Principales actividades realizadas en el Tiempo Libre (resultados del auto registro de tiempo).

Muestra	Actividades Globales o Principales	Tiempo Promedio
69	Estudio	8:45
	Tareas Domésticas	1:56
	Necesidades Bio-fisiológicas	9:35
	Transportación	1:33
	Actividades de Compromiso Social	1:00
	Tiempo Libre	2:31

Fuente: Elaboración propia.

Por su parte, en la Tabla 2 se reflejan las principales actividades realizadas por la muestra en las 17 horas y 84 minutos de tiempo libre de que disponen como promedio en el día, donde, a pesar de apreciarse cierta variedad, en su mayoría, son de realización individual y correspondiendo al grupo de las actividades pasivas. Entre estas sobresalen: escuchar música (2:50), utilización de las redes sociales (3:54) ir a fiesta (3:22).

Tabla 2

Principales actividades realizadas en Tiempo Libre (resultados del auto registro de actividades).

Muestra	Actividades de Tiempo Libre	Tiempo Promedio
69	Escuchar música	2.50
	Practicar deportes	2.43
	Utilización de las redes sociales	3.54
	Juegos de mesa	1.32
	Ir a fiestas	3.22
	Estudiar	2.26
	Ver televisión	1.32
	Pasear	1.25
	Total	17.84

Fuente: Elaboración propia.

Resultado de la encuesta a los estudiantes de segundo año de la Carrera de Derecho

La encuesta se realizó a un total de 69 estudiantes para conocer sus gustos y preferencia y así poder elaborar un plan de actividades física-recreativas acorde a sus intereses recreativos.

En la tabla 3 se hace referencia a las actividades deportivas que le gustan practicar, donde las de mayor preferencia por los estudiantes de Derecho son: Béisbol, Baloncesto, Voleibol, Kikimbol y Fútbol.

Tabla 3

Resultados de los gustos y preferencias por las Actividades deportivas.

Actividades Deportivas	Femenino	%	Masculino	%	Total	%
Béisbol	12	46,1	35	81,3	47	68,1
Baloncesto	9	34,6	6	13,9	15	21,7
kikimbol	12	46,1	25	58,1	37	53,6
Voleibol	16	61,5	33	76,7	49	71
Balonmano	5	19,2	9	20,9	14	18,8
Atletismo	7	26,9	13	30,2	20	28,9
Fútbol	8	30,7	39	90,6	47	68,1

Fuente: Elaboración propia.

En la tabla 4 que se muestra a continuación se pudo comprobar que las actividades de mayores gustos y preferencias de los estudiantes son: excursiones, juegos deportivos recreativos y bailoterapia.

Tabla 4:

Resultados de los gustos y preferencias por las actividades recreativas.

Actividades recreativas	Femenino	%	Masculino	%	Total	%
Juegos deportivos recreativos	23	88,4	43	100	66	95,7
Bailoterapia	20	76,9	33	76,7	53	76,8
Juegos diversos	5	19,2	12	27,9	17	24,6
Actividades en Museo	3	11,5	20	46,5	23	33,3
Excursiones	26	100	43	100	69	100

Fuente: Elaboración propia.

También se aprecia que existe relación entre el sexo y la preferencia hacia un tipo de actividad en el tiempo de ocio. En este caso, los varones universitarios buscan ir de

copas o dormir muchas horas, mientras que las mujeres tienen mayor preferencia por dormir. De igual manera, se evidencia que existe dependencia entre el sexo y las actividades que deben realizarse en el tiempo libre, puesto que aun cuando la mayoría de los sujetos consideran que les ayudan a desestresarse, existe una cantidad significativa de jóvenes del sexo masculino quienes califican estas actividades de sanas para su salud física y psíquica en comparación a las jóvenes. También se observa relación entre sexo y el lugar escogido para los ratos de ocio: las muchachas escogen sus casas o residencia, mientras que los jóvenes escogen diferentes lugares.

Respecto al disfrute de horas de ocio, se observa que para ambos géneros el tiempo destinado es de una a tres horas. Con relación a los espacios urbanos donde prefieren pasar los estudiantes sus ratos de ocio, se determinó que los varones buscan lugares donde puedan practicar algún deporte o conversar tranquilamente, por su parte, las muchachas prefieren este último sitio. Finalmente, no existe relación entre sexo y la norma de actuación ciudadana.

Finalmente, el reconocimiento en los estudiantes entrevistados está fuertemente ligada a lo académico y a lo intelectual. Los estudiantes esperan de las actividades realizadas en el tiempo libre que les provean de mayor conocimiento. Por ello es importante considerar que las actividades de tiempo libre a ser planificadas, si bien deben de alguna manera contribuir al desarrollo personal, no pueden centrarse sólo en lo intelectual pues se requiere un equilibrio para el desarrollo de una personalidad sana.

Los resultados de la investigación sentaron las bases para la elaboración de una propuesta

Propuesta de actividades para la ocupación del tiempo libre para los estudiantes de segundo año de la carrera de Derecho

Actividad 1: juego de voleibol

Nombre: balón volando

Objetivo: incentivar el juego cumpliendo las reglas establecidas del Voleibol.

Materiales: Pelota, silbato, net.

Desarrollo: el área se divide en dos campos, con una cuerda o net a la altura de dos metros, participan de 6 a 12 jugadores. En cada equipo cuando el profesor indique saca el equipo que tiene el balón hasta pasar el balón al campo contrario el que recibe defiende el balón, así sucesivamente. Gana el equipo que más tanto acumule.

Regla:

1. No se debe sacar el balón hasta que el profesor no indique.
2. El balón es tocado después de picar en el área una vez.
3. El saque se podrá realizar lanzando el balón con una mano o de las formas que comúnmente se establece de manera oficial.

Actividad 2: juego de fútbol con vallas.

Nombre: anota tu gol.

Objetivo: incentivar el juego cumpliendo las reglas establecidas del Fútbol.

Materiales: pelota, vallas.

Desarrollo: se divide en dos campos el área participan de 9 a 18 jugadores en cada equipo cuando el profesor indique saca el equipo que tiene el balón hasta poner el balón en juego, el que recibe se lo lleva hacia la portería contraria, gana el equipo que más goles anote.

Reglas:

1. Se jugará hasta 20 minutos con dos tiempos y descanso de 10 minutos en cada tiempo.
2. De no anotarse gol en ese tiempo se realizará una ronda de penales golpeando el balón sin portería a una distancia de 20 metros.
3. No se permite poner zancadillas.

Actividad 3: juego de baloncesto.

Nombre: quien encesta más tanto.

Objetivo: lograr la cohesión de los adolescentes haciendo énfasis en la anotación de manera consecutiva.

Materiales: balones, mayas, tableros y aros de baloncesto.

Desarrollo de la actividad: se realizará de forma competitiva, por afinidad (dúos, tríos), se contará con un calendario; se convoca a los que deseen participar y se invitarán a equipos de otras circunscripciones. Se realizarán en el horario de la tarde en el área de la escuela donde existen las condiciones para el mismo.

Reglas:

1. No se permite acciones violentas el ganador será el que anote de manera consecutiva 3 canasta.
2. No se puede realizar más de dos pases.
3. Cumplir con las reglas establecidas.

Actividad 4: juegos de béisbol

Nombre: Corre y anota.

Objetivo: incentivar el juego cumpliendo las reglas establecidas con la participación masiva de los jóvenes.

Materiales: pelota, bate, guante.

Desarrollo: se divide el grupo por equipos de 9 participantes en cada equipo hasta jugar 9 Inc., gana el equipo que más carrera anote.

Reglas:

1. Se jugará con dos bases.
2. Si se llega al final del juego empatados por los dos equipos se discute por jonrones.

Actividad 5: juegos de mesa.

Nombre: juego de ajedrez.

Materiales: tablero, piezas, mesa, silla.

Desarrollo: Se efectuará todos contra todos de forma eliminatoria hasta sacar el ganador, participando dos jugadores.

Regla:

1. No se permite cambios o trueques de lo que está establecido para cada juego.

Actividad 6: festival físico recreativo.

Nombre: programa: A Jugar.

Objetivo: incentivar a través de juegos el cumplimiento de reglas establecidas, así como la participación masiva de los adolescentes.

Materiales: pelotas, banderas, aros, suizas, sacos, batones.

Desarrollo: se forman dos equipos con 12 participantes, a la voz del profesor los primeros alumnos salen corriendo hasta donde está el balón, lo recoge pasan por encima de la valla, le dan la vuelta a la bandera y regresan corriendo hasta entregárselo al próximo jugador, así sucesivamente hasta que todos hayan participado. Gana el equipo que primero termine.

Reglas:

1. No se puede salir hasta que su compañero no lo haya tocado.
2. Hay que darle la vuelta completa a la bandera de no ser así el equipo pierde un punto.
3. Si se cae el batón hay que recogerlo y comenzar por donde este se cayó.

Actividad 7: competencia de baile.

Nombre: baile de la escoba el semáforo.

Objetivo: bailar diferentes ritmos incentivando la participación masiva de la comunidad.

Materiales: escoba, equipo de audio.

Desarrollo: formados en círculos al compás de la música se irán pasando la escoba cuando la música pare se dice el color de la luz del semáforo el verde es parar y el rojo continuar que se quede con la escoba será el perdedor.

Regla:

1. Se debe estar bailando mientras se pase la escoba.

Actividad 8: mi amigo elegido.

Nombre: el baile de la silla.

Objetivo: bailar diferentes ritmos musicales.

Materiales: silla, equipo de música.

Desarrollo: dispersos en el área cuando comienza la música los adolescentes bailan alrededor de la música, cuando pare la música tratan de sentarse para coger una silla, el que se quede sin silla sale y se va sacando una silla hasta quedar el ganador.

Regla:

1. No se pueden sentar antes de que la música pare.

Actividad 9: acampada iluminada.

Nombre: mi zona por una recreación unida.

Objetivo: incentivar la relación afectuosa entre los jóvenes universitarios. Materiales: Aseo personal etc.

Desarrollo: se desarrollarán actividades en correspondencia con la edad y sexo de forma competitiva establecidas en el programa A jugar modificados.

Actividad 10: actividad cultural.

Objetivo: socializar de forma individual y colectiva la participación de los universitarios a estas actividades, haciendo énfasis en las diferentes manifestaciones culturales.

Materiales: equipo de sonido, micrófonos, videos.

Desarrollo de la actividad: se pueden realizar de manera espontánea, no existiendo límites de edad ni sexo, los participantes mostrarán sus aptitudes en las diferentes manifestaciones culturales como el karaoke, bailables (en parejas y en ruedas de casino) y música grabada.

Regla:

1. El participante tiene que concentrarse en la tarea que va desarrollar.

Actividad. 11: ciclismo popular.

Objetivo: crear hábitos de voluntad en los adolescentes a través de la participación masiva en esta actividad, haciendo énfasis en las reglas para esta actividad. Desarrollo, se trazará un recorrido que se le dará a conocer a los participantes, así como las reglas y las posibles contingencias; estos tendrán marcado un número que los identifiquen.

Regla:

1. Las bicicletas no pueden tener cambio.

Actividad 12: festivales de juegos tradicionales.

Objetivo: crear hábitos de respeto y solidaridad en los jóvenes universitario sobre las principales actividades de carácter cotidiano y cultural que se desarrollan en la carrera de Derecho, teniendo en cuenta la diversidad de los juegos.

Desarrollo de la actividad: debe tenerse en cuenta determinadas consideraciones por la diversidad de los juegos que se presentan y los medios para el desarrollo de los mismos, además de establecer las formas de participación, así como las actividades a realizar, sistema de puntuación, la organización general, premiación según el resultado.

Reglas:

1. Los medios serán de uso personal y creado por el propio participante.

Tareas:

Carreras de relevo

Quimbumbia

Papalote

Zancos

Actividad 13: festival de bailoterapia.

Objetivo: promover los diferentes pasos de baile, teniendo en cuenta los pasos básicos de bajo y alto impacto.

Desarrollo de la actividad: realizar pasos básicos de bajo y alto impacto al ritmo de la música y combinarlos con los diferentes bailes de nuestra cultura.

Regla:

1. Se permite la incorporación de ambos sexos.

Materiales: equipo de audio.

CONCLUSIONES

En el estudio de los antecedentes teóricos y metodológicos existentes sobre la ocupación del tiempo libre y el proceso de Recreación en los estudiantes de Derecho, se constata la gran connotación de las actividades recreativas, especialmente por su carácter formativo.

Los estudiantes de la carrera de Derecho, poseen un auto-registro de tiempo libre de 2 horas con 31 minutos y las principales actividades realizadas que invierten en un tiempo mayor de 3 horas en su tiempo libres son escuchar música, utilización de las redes sociales e ir a fiesta

Las actividades de mayores gustos y preferencia fueron de las deportivas: voleibol, béisbol, fútbol y kikinbol y de las recreativas excursiones, juegos deportivos recreativos y bailoterapia.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Buzón Martínez, M. (2018). *Sistema de actividades físico recreativas para el segundo año del CRD de la Carrera Cultura Física*. (Tesis de Diploma), Facultad de Cultura Física y Deportes.
- Cardona Ortiz, G. A. (2020). *Representaciones sociales de ocio y tiempo libre en relación con la percepción de salud en estudiantes*. Universidad de la Amazonia.
- De Vicente Rodríguez, P. S., Bolívar, A., Burgos García, A., Castilla Mesa, M. T., Domingo Segovia, J., Fernández Cruz, M., & Romero López, A. (2022). *Formación práctica del estudiante universitario y deontología profesional*. https://www.researchgate.net/publication/28119495_formation_practica_del_estudiante_universitario_y_deontologia_profesional
- Fernández Pupo, Y. (2017). *Propuesta de actividades recreativas para favorecer el empleo del tiempo libre de los adolescentes de 12-15 años del barrio La Loma, del municipio de Urbano Noris*. (Tesis de Maestría). Facultad de Cultura Física.
- Juanes Giraud, B. Y., & Rodríguez Hernández, C. (2021). Educación Física en tiempos de Covid-19. Valoraciones a partir de la utilización de las TIC. *Revista Conrado*, 17(79), 32-40.
- Jumbo Rodríguez, J. F. (2022). *Los juegos recreativos en la expresión corporal en estudiantes de Educación Inicial*. (Tesis de Diploma). Carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte.