

	<b>MACROPROCESO DE APOYO</b>	<b>CÓDIGO: AAAR113</b>
	<b>PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO</b>	<b>VERSIÓN: 6</b>
	<b>DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL</b>	<b>VIGENCIA: 2021-09-14</b>
		<b>PAGINA: 1 de 31</b>

21.1

<b>FECHA</b>	19 de julio de 2022
--------------	---------------------

Señores  
**UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA**  
 BIBLIOTECA  
 Ciudad

<b>UNIDAD REGIONAL</b>	Sede Fusagasugá
<b>TIPO DE DOCUMENTO</b>	Trabajo De Grado
<b>FACULTAD</b>	Ciencias Del Deporte Y La Educación Física
<b>NIVEL ACADÉMICO DE FORMACIÓN O PROCESO</b>	Pregrado
<b>PROGRAMA ACADÉMICO</b>	Licenciatura en Educación Básica Con Énfasis en Educación Física

El Autor(Es):

<b>APELLIDOS COMPLETOS</b>	<b>NOMBRES COMPLETOS</b>	<b>No. DOCUMENTO DE IDENTIFICACIÓN</b>
Latorre Ramírez	Natalia Valentina	1193223881
Parra Murcia	Yeisi Lorena	1076667486

Director(Es) y/o Asesor(Es) del documento:

<b>APELLIDOS COMPLETOS</b>	<b>NOMBRES COMPLETOS</b>
Quintero Reina	Maximiliano

Diagonal 18 No. 20-29 Fusagasugá – Cundinamarca  
 Teléfono: (091) 8281483 Línea Gratuita: 018000180414  
[www.ucundinamarca.edu.co](http://www.ucundinamarca.edu.co) E-mail: [info@ucundinamarca.edu.co](mailto:info@ucundinamarca.edu.co)  
 NIT: 890.680.062-2

*Documento controlado por el Sistema de Gestión de la Calidad  
 Asegúrese que corresponde a la última versión consultando el Portal Institucional*



<b>MACROPROCESO DE APOYO</b>	<b>CÓDIGO: AAAr113</b>
<b>PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO</b>	<b>VERSIÓN: 6</b>
<b>DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL</b>	<b>VIGENCIA: 2021-09-14</b>
	<b>PAGINA: 2 de 31</b>

**TÍTULO DEL DOCUMENTO**

La recreación guiada como medio para fortalecer el desarrollo integral de los escolares desde la clase de educación física.

**TRABAJO PARA OPTAR AL TÍTULO DE:**  
**Aplica para Tesis/Trabajo de Grado/Pasantía**

Licenciado en Educación Básica con Énfasis en Educación Física, Recreación y Deporte

<b>AÑO DE EDICIÓN DEL DOCUMENTO</b>	<b>NÚMERO DE PÀGINAS</b>
18/07/2022	24

**DESCRIPTORES O PALABRAS CLAVES EN ESPAÑOL E INGLÉS**  
(Usar 6 descriptores o palabras claves)

<b>ESPAÑOL</b>	<b>INGLÉS</b>
1.Recreacion guiada	Guided recreation
2.Desarrollo motor	Motor development
3.Desarrollo emocional	Emotional development
4.Desarrollo social	Social development
5.Educación física	Physical education

**RESUMEN DEL CONTENIDO EN ESPAÑOL E INGLÉS**  
(Máximo 250 palabras – 1530 caracteres, aplica para resumen en español):

**Resumen**

Con el pasar de los años, la educación ha cuestionado y debatido sobre la importancia que tienen los espacios recreativos para aportar en el desarrollo integral de los niños en edad escolar, pues a partir de ello se forman destrezas, actitudes y hábitos que aportan de manera significativa en el rendimiento escolar y el comportamiento en sociedad, mediante espacios que posibiliten fortalecer la convivencia a través del juego, el goce y el disfrute de sus potencialidades. Por ello, el objetivo del presente artículo es profundizar y reflexionar sobre la importancia de la recreación guiada y su beneficio en el ámbito educativo específicamente en edad escolar. La metodología implementada fue un estudio descriptivo, mediante una revisión sistemática en bases de datos bibliográficas, con el fin de recopilar la información pertinente al tema de interés, para luego hacer su respectivo análisis. El documento se divide en tres capítulos: el primero aborda un poco de la historia de la recreación en diferentes épocas, la segunda aborda la recreación guiada y la relación



<b>MACROPROCESO DE APOYO</b>	<b>CÓDIGO: AAAr113</b>
<b>PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO</b>	<b>VERSIÓN: 6</b>
<b>DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL</b>	<b>VIGENCIA: 2021-09-14</b>
	<b>PAGINA: 3 de 31</b>

que tiene con el desarrollo integral de los escolares (beneficios) desde diferentes dimensiones y en el tercer capítulo se mencionan estrategias y actividades para implementar la recreación guiada específicamente desde las clases de educación física. Finalizando con algunas conclusiones. El resultado de este artículo servirá a estudiantes, profesionales y personas interesadas en conocer sobre esta temática expuesta, el cual podrá ser abarcado en cualquier ámbito ya sea educativo, por su beneficio a nivel cultural, social y personal.

### **Abstract**

Over the years, education has questioned and debated the importance of recreational spaces to contribute to the comprehensive development of school-age children, since from these skills, attitudes and habits are formed that contribute in a significant in school performance and behavior in society, through spaces that make it possible to strengthen coexistence through play, enjoyment and enjoyment of their potential. Therefore, the objective of this article is to deepen and reflect on the importance of guided recreation and its benefit in the educational field, specifically at school age. The methodology implemented was a descriptive study, through a systematic review in bibliographic databases, in order to collect the information relevant to the topic of interest, and then make their respective analysis. The document is divided into three chapters: the first deals with a bit of the history of recreation at different times, the second deals with guided recreation and the relationship it has with the comprehensive development of schoolchildren (benefits) from different dimensions and in the third chapter mentions strategies and activities to implement guided recreation specifically from physical education classes. Ending with some conclusions. The result of this article will serve students, professionals and people interested in knowing about this exposed topic, which can be covered in any field, be it educational, for its benefit at a cultural, social and personal level.

## **AUTORIZACIÓN DE PUBLICACIÓN**

Por medio del presente escrito autorizamos a la Universidad de Cundinamarca para que, en desarrollo de la presente licencia de uso parcial, pueda ejercer sobre nuestra obra las atribuciones que se indican a continuación, teniendo en cuenta que, en cualquier caso, la finalidad perseguida será facilitar, difundir y promover el aprendizaje, la enseñanza y la investigación.

En consecuencia, las atribuciones de usos temporales y parciales que por virtud de la presente licencia se autoriza a la Universidad de Cundinamarca, a los usuarios de la Biblioteca de la Universidad; así como a los usuarios de las redes, bases de datos y demás sitios web con los que la Universidad tenga perfeccionado una alianza, son:

Marque con una "X":

	<b>MACROPROCESO DE APOYO</b>	<b>CÓDIGO: AAAR113</b>
	<b>PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO</b>	<b>VERSIÓN: 6</b>
	<b>DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL</b>	<b>VIGENCIA: 2021-09-14</b>
		<b>PAGINA: 4 de 31</b>

<b>AUTORIZO (AUTORIZAMOS)</b>	<b>SI</b>	<b>NO</b>
1. La reproducción por cualquier formato conocido o por conocer.	X	
2. La comunicación pública, masiva por cualquier procedimiento o medio físico, electrónico y digital.	X	
3. La inclusión en bases de datos y en sitios web sean éstos onerosos o gratuitos, existiendo con ellos previa alianza perfeccionada con la Universidad de Cundinamarca para efectos de satisfacer los fines previstos. En este evento, tales sitios y sus usuarios tendrán las mismas facultades que las aquí concedidas con las mismas limitaciones y condiciones.	X	
4. La inclusión en el Repositorio Institucional.	x	

De acuerdo con la naturaleza del uso concedido, la presente licencia parcial se otorga a título gratuito por el máximo tiempo legal colombiano, con el propósito de que en dicho lapso mi (nuestra) obra sea explotada en las condiciones aquí estipuladas y para los fines indicados, respetando siempre la titularidad de los derechos patrimoniales y morales correspondientes, de acuerdo con los usos honrados, de manera proporcional y justificada a la finalidad perseguida, sin ánimo de lucro ni de comercialización.

Para el caso de las Tesis, Trabajo de Grado o Pasantía, de manera complementaria, garantizo(garantizamos) en mi(nuestra) calidad de estudiante(s) y por ende autor(es) exclusivo(s), que la Tesis, Trabajo de Grado o Pasantía en cuestión, es producto de mi(nuestra) plena autoría, de mi(nuestro) esfuerzo personal intelectual, como consecuencia de mi(nuestra) creación original particular y, por tanto, soy(somos) el(los) único(s) titular(es) de la misma. Además, aseguro (aseguramos) que no contiene citas, ni transcripciones de otras obras protegidas, por fuera de los límites autorizados por la ley, según los usos honrados, y en proporción a los fines previstos; ni tampoco contempla declaraciones difamatorias contra terceros; respetando el derecho a la imagen, intimidad, buen nombre y demás derechos constitucionales. Adicionalmente, manifiesto (manifestamos) que no se incluyeron expresiones contrarias al orden público ni a las buenas costumbres. En consecuencia, la responsabilidad directa en la elaboración, presentación, investigación y, en general, contenidos de la Tesis o Trabajo de Grado es de mí (nuestra) competencia exclusiva, eximiendo de toda responsabilidad a la Universidad de Cundinamarca por tales aspectos.

Sin perjuicio de los usos y atribuciones otorgadas en virtud de este documento, continuaré (continuaremos) conservando los correspondientes derechos patrimoniales sin modificación o restricción alguna, puesto que, de acuerdo con la legislación colombiana aplicable, el presente es un acuerdo jurídico que en ningún caso conlleva la enajenación de los derechos patrimoniales derivados del régimen del Derecho de Autor.

De conformidad con lo establecido en el artículo 30 de la Ley 23 de 1982 y el artículo 11 de la Decisión Andina 351 de 1993, *“Los derechos morales sobre el trabajo son propiedad*

	<b>MACROPROCESO DE APOYO</b>	<b>CÓDIGO: AAAR113</b>
	<b>PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO</b>	<b>VERSIÓN: 6</b>
	<b>DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL</b>	<b>VIGENCIA: 2021-09-14</b>
		<b>PAGINA: 5 de 31</b>

de los autores”, los cuales son irrenunciables, imprescriptibles, inembargables e inalienables. En consecuencia, la Universidad de Cundinamarca está en la obligación de RESPETARLOS Y HACERLOS RESPETAR, para lo cual tomará las medidas correspondientes para garantizar su observancia.

**NOTA:** (Para Tesis, Trabajo de Grado o Pasantía):

**Información Confidencial:**

Esta Tesis, Trabajo de Grado o Pasantía, contiene información privilegiada, estratégica, secreta, confidencial y demás similar, o hace parte de la investigación que se adelanta y cuyos resultados finales no se han publicado. **SI x NO \_\_\_**.

En caso afirmativo expresamente indicaré (indicaremos) en carta adjunta, expedida por la entidad respectiva, la cual informa sobre tal situación, lo anterior con el fin de que se mantenga la restricción de acceso.

**LICENCIA DE PUBLICACIÓN**

Como titular(es) del derecho de autor, confiero(erimos) a la Universidad de Cundinamarca una licencia no exclusiva, limitada y gratuita sobre la obra que se integrará en el Repositorio Institucional, que se ajusta a las siguientes características:

- a) Estará vigente a partir de la fecha de inclusión en el repositorio, por un plazo de 5 años, que serán prorrogables indefinidamente por el tiempo que dure el derecho patrimonial del autor. El autor podrá dar por terminada la licencia solicitándolo a la Universidad por escrito. (Para el caso de los Recursos Educativos Digitales, la Licencia de Publicación será permanente).
- b) Autoriza a la Universidad de Cundinamarca a publicar la obra en formato y/o soporte digital, conociendo que, dado que se publica en Internet, por este hecho circula con un alcance mundial.
- c) Los titulares aceptan que la autorización se hace a título gratuito, por lo tanto, renuncian a recibir beneficio alguno por la publicación, distribución, comunicación pública y cualquier otro uso que se haga en los términos de la presente licencia y de la licencia de uso con que se publica.
- d) El(Los) Autor(es), garantizo(amos) que el documento en cuestión es producto de mi(nuestra) plena autoría, de mi(nuestro) esfuerzo personal intelectual, como consecuencia de mi (nuestra) creación original particular y, por tanto, soy(somos) el(los) único(s) titular(es) de la misma. Además, aseguro(aseguramos) que no contiene citas, ni transcripciones de otras obras protegidas, por fuera de los límites autorizados por la ley, según los usos honrados, y en proporción a los fines previstos; ni tampoco contempla declaraciones difamatorias contra terceros; respetando el derecho a la imagen, intimidad,

	<b>MACROPROCESO DE APOYO</b>	<b>CÓDIGO: AAAr113</b>
	<b>PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO</b>	<b>VERSIÓN: 6</b>
	<b>DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL</b>	<b>VIGENCIA: 2021-09-14</b>
		<b>PAGINA: 6 de 31</b>

buen nombre y demás derechos constitucionales. Adicionalmente, manifiesto (manifestamos) que no se incluyeron expresiones contrarias al orden público ni a las buenas costumbres. En consecuencia, la responsabilidad directa en la elaboración, presentación, investigación y, en general, contenidos es de mí (nuestro) competencia exclusiva, eximiendo de toda responsabilidad a la Universidad de Cundinamarca por tales aspectos.

e) En todo caso la Universidad de Cundinamarca se compromete a indicar siempre la autoría incluyendo el nombre del autor y la fecha de publicación.

f) Los titulares autorizan a la Universidad para incluir la obra en los índices y buscadores que estimen necesarios para promover su difusión.

g) Los titulares aceptan que la Universidad de Cundinamarca pueda convertir el documento a cualquier medio o formato para propósitos de preservación digital.

h) Los titulares autorizan que la obra sea puesta a disposición del público en los términos autorizados en los literales anteriores bajo los límites definidos por la universidad en el "Manual del Repositorio Institucional AAAM003"

i) Para el caso de los Recursos Educativos Digitales producidos por la Oficina de Educación Virtual, sus contenidos de publicación se rigen bajo la Licencia Creative Commons: Atribución- No comercial- Compartir Igual.



j) Para el caso de los Artículos Científicos y Revistas, sus contenidos se rigen bajo la Licencia Creative Commons Atribución- No comercial- Sin derivar.



**Nota:**

Si el documento se basa en un trabajo que ha sido patrocinado o apoyado por una entidad, con excepción de Universidad de Cundinamarca, los autores garantizan que se ha cumplido con los derechos y obligaciones requeridos por el respectivo contrato o acuerdo.

La obra que se integrará en el Repositorio Institucional está en el(los) siguiente(s) archivo(s).

<b>Nombre completo del Archivo Incluida su Extensión (Ej. Nombre completo del proyecto.pdf)</b>	<b>Tipo de documento (ej. Texto, imagen, video, etc.)</b>
---	---

	<b>MACROPROCESO DE APOYO</b>	<b>CÓDIGO: AAAr113</b>
	<b>PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO</b>	<b>VERSIÓN: 6</b>
	<b>DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL</b>	<b>VIGENCIA: 2021-09-14</b>
		<b>PAGINA: 7 de 31</b>

1. La recreación guiada como medio para fortalecer el desarrollo integral de los escolares desde la clase de educación física.	texto	
--	-------	--

En constancia de lo anterior, Firmo (amos) el presente documento:

<b>APELLIDOS Y NOMBRES COMPLETOS</b>	<b>FIRMA (autógrafo)</b>
Latorre Ramírez Natalia Valentina	
Parra Murcia Yeisi Lorena	

21.1-51-20.

## **La recreación guiada como medio para fortalecer el desarrollo integral de los escolares desde la clase de educación física.**

### **Resumen**

Con el pasar de los años, la educación ha cuestionado y debatido sobre la importancia que tienen los espacios recreativos para aportar en el desarrollo integral de los niños en edad escolar, pues a partir de ello se forman destrezas, actitudes y hábitos que aportan de manera significativa en el rendimiento escolar y el comportamiento en sociedad, mediante espacios que posibiliten fortalecer la convivencia a través del juego, el goce y el disfrute de sus potencialidades. Por ello, el objetivo del presente artículo es profundizar y reflexionar sobre la importancia de la recreación guiada y su beneficio en el ámbito educativo específicamente en edad escolar. La metodología implementada fue un estudio descriptivo, mediante una revisión sistemática en bases de datos bibliográficos, con el fin de recopilar la información pertinente al tema de interés, para luego hacer su respectivo análisis. El documento se divide en tres capítulos: el primero aborda un poco de la historia de la recreación en diferentes épocas, el segunda aborda la recreación guiada y la relación que tiene con el desarrollo integral de los escolares (beneficios) desde diferentes dimensiones y en el tercer capítulo se mencionan estrategias y actividades para implementar la recreación guiada específicamente desde las clases de educación física. Finalizando con algunas conclusiones. El resultado de este artículo servirá a estudiantes, profesionales y personas interesadas en conocer sobre esta temática expuesta, el cual podrá ser abarcado en cualquier ámbito ya sea educativo, por su beneficio a nivel cultural, social y personal.

*Palabras Claves:* recreación guiada, desarrollo motor, desarrollo emocional, desarrollo social, educación física.

## **Guided recreation as a means to strengthen the comprehensive development of schoolchildren from the physical education class.**

### **Abstract**

Over the years, education has questioned and debated the importance of recreational spaces to contribute to the comprehensive development of school-age children, since from these skills, attitudes and habits are formed that contribute in a significant in school performance and behavior in society, through spaces that make it possible to strengthen coexistence through play, enjoyment and enjoyment of their potential. Therefore, the objective of this article is to deepen and reflect on the importance of guided recreation and its benefit in the educational field, specifically at school age. The methodology implemented was a descriptive study, through a systematic review in bibliographic databases, in order to collect the information relevant to the topic of interest, and then make their respective analysis.

The document is divided into three chapters: the first deals with a bit of the history of recreation at different times, the second deals with guided recreation and the relationship it has with the comprehensive development of schoolchildren (benefits) from different dimensions and in the third chapter mentions strategies and activities to implement guided recreation specifically from physical education classes. Ending with some conclusions. The result of this article will serve students, professionals and people interested in knowing about this exposed topic, which can be covered in any field, be it educational, for its benefit at a cultural, social and personal level.

*Keywords:* guided recreation, motor development, emotional development, social development, physical education.

## **Introducción**

Como está plasmado en el artículo 52 de la Constitución Política de Colombia de 1991, la recreación es reconocida como un derecho que tienen todos los colombianos y se ve de manera más explícita en la Ley 115 de Educación de 1994 en donde uno de sus fines y a la vez compromisos para con la educación es el conocimiento y la ejercitación del propio cuerpo, mediante la práctica de la educación física, la recreación y los deportes adecuados a la edad del estudiante y los cuales son pertinentes para un desarrollo físico y armónico (Ley 115, 1994). De esta manera, la recreación es considerada como un derecho humano básico y del cual nadie puede ser privado o excluido por características personales o socioeconómicas (Gregorio, 2008).

Sin embargo, desde la aparición de la recreación, esta ha sido tomada a manera de entretenimiento durante el tiempo libre y hasta la década de los ochenta es que se le empieza a dar un uso más socio-educativo (Lema, 2010). Por otro lado, alrededor del año 1994, la profesora Guillermina Mesa Cobo comienza a esbozar un nuevo tipo de recreación la cual se centraría en crear aprendizajes significativos a partir de conocimientos previos con el fin de generar una intención comunicativa y educativa con los recreandos a partir de unos llamados “lenguajes lúdico-creativos” (Cardona, 2021). A partir de esta construcción pedagógica de la recreación, se han hecho ya varias intervenciones con diferentes tipos de poblaciones socio-culturales, como lo son personas dependientes a sustancias, adolescentes con problemas de consumo o de comportamiento, víctimas del conflicto armado, desmovilizados, entre muchas otras poblaciones vulnerables o que han sido víctimas de algún tipo de situación o dependencia. Pero ninguna enfocada hacia el estudiantado desde la clase de educación física

Teniendo en cuenta la poca o casi nula utilización de la recreación guiada en el ámbito educativo y sus beneficios en el desarrollo de los escolares, se realizará una indagación documental y bibliográfica en bases de datos experimentadas y confiables, tales como: Scielo, Dialnet, Scopus, revistas digitales indexadas y repositorios universitarios nacionales (en especial el de la Universidad del Valle) e internacionales sobre la temática expuesta anteriormente; ya sea en tesis de grado, artículos, libros, investigaciones y/o conferencias, para una posterior revisión, lectura rápida y análisis de la información recolectada, condensada en un artículo de carácter reflexivo, donde se abordará un poco más a fondo lo que es la recreación guiada (tema que es netamente abordado por su creadora Mesa y sus estudiantes de la Universidad del Valle), presentar algunos de los beneficios que esta podría traer a los escolares a su desarrollo tanto motor, como emocional y social y también brindar algunas posibilidades que ofrece la Recreación Guiada al campo de la educación física escolar.

De esta manera, el presente documento se dividirá en 3 apartados o capítulos: el primero dando una breve, pero sustanciosa, recopilación de lo que ha sido la recreación con el pasar de los años, desde eras primitivas como el paleolítico, hasta pasar por eras esclavistas como el medioevo, de transformación como el renacimiento y de modernización como en la era actual del siglo XXI. El segundo, en donde se entra en detalle sobre lo que es la recreación guiada, particularidades de esta y su relación con lo que podrían ser beneficios para el estudiantado desde el aporte a su desarrollo motor, emocional y social. Un tercer capítulo donde se plantean algunas estrategias y actividades que podrían ser utilizadas para implementar la recreación guiada, como un medio efectivo para promover el desarrollo integral de los estudiantes desde la clase de educación física. Más aún, para finalizar, unas conclusiones del trabajo realizado.

Cabe resaltar que este documento de carácter reflexivo es de tipo trascendental puesto que aporta en la acción de los profesionales de educación, recreación y comunidad interesada, pues desde este, se puede empezar a pensar en nuevas estrategias y metodologías que permita la resignificación de las realidades (Chávez & Gómez, 2017) y el desarrollo integral de los estudiantes, permitiendo a los niños, niñas y adolescentes que desde las experiencias prácticas se haga una construcción personal, haciendo de la recreación una alternativa para la construcción de nuevos saberes y significados que ayuden en el estado emocional, las relaciones inter e intra personales y llevar una vida satisfactoria y productiva.

Como bien es sabido, actualmente existen varios tipos de recreación las cuales se dividen según su objetivo o lugar de utilización (comunitaria, deportiva, laboral, etc). En este caso, se profundizará sobre la recreación guiada que, a pesar de tener tanta aplicabilidad y beneficios dentro de la población escolar para un óptimo desarrollo integral, no ha sido utilizada en el contexto educativo desde la clase de educación física como se esperaría de una propuesta pedagógica tan innovadora y fructífera a nivel personal y social, tanto en los estudiantes como en los docentes o recreadores.

Es por eso que, por medio de este artículo, se recopila y brinda información sobre la importancia que tiene la recreación dirigida en la formación de los estudiantes y de los mismos docentes y/o recreadores, recopilando información respecto a la evolución que ha tenido la recreación en diferentes épocas y el aporte que se le ha dado en la vida de las personas con el pasar de los años, seguidamente se resalta la trascendencia que tiene específicamente la recreación guiada en el desarrollo integral de los niños, desde ámbitos como el motor, emocional y el social, y finalmente, brindar algunas estrategias que surgen a partir de la implementación de los lenguajes lúdico-creativos como herramienta

fundamental de la recreación guiada, para abordar desde la clase de educación física y aportar significativamente en la vida de los escolares tanto a nivel personal como social en su desarrollo integral como personas.

Los resultados de este artículo servirán a estudiantes, profesionales, recreadores o personas que estén interesadas en conocer sobre la recreación guiada e implementarla tanto en sus prácticas profesionales como también en sus campos laborales (comunitario, deportivo, escolar, etc.), puesto que puede ser abarcada en cualquier ámbito, no solo en el colegio, y sus beneficios se pueden ver reflejados en niños, jóvenes, adolescentes y/o adultos, tanto a nivel personal, como cultural y social.

### **1. La recreación a través de los años.**

Desde el inicio de la vida humana, el desarrollo histórico de la sociedad se ha visto fundamentado en suplir ciertas necesidades básicas de la vida diaria, como la comida, tener un resguardo del cual protegerse de la lluvia o el sol, defenderse de animales o de otros hombres y calor para no morir de frío. Sin embargo, con el avance o progreso de los grupos humanos a pequeñas civilizaciones que empezaron a fabricar sus propios artefactos de supervivencia, los cuales les facilitaban suplir esas necesidades primarias, apareció el llamado “tiempo libre”, en donde las personas podían realizar actividades para su goce o desarrollo como comunidad (Peñaranda & Velasco, n.d.). A partir de ese momento es que surge la recreación como una práctica social, que responde tanto a necesidades sociales-colectivas como individuales (Quintero, 2021), las cuales ayudaron, en su momento, a la evolución de esas civilizaciones.

Un claro ejemplo de lo anterior es en el paleolítico; cuando las personas empezaron a hacer pinturas en los muros o en las cavernas, con el fin de comunicarse con otras

civilizaciones y entablar un tipo de lenguaje. También comenzaron a danzar y a idear diversos rituales en agradecimiento a los dioses o a la madre tierra, ritos de iniciación o integración a la comunidad, pero también de fertilidad, de buena caza o fúnebres, todo ello realizado en su tiempo libre a manera de recreación. Tiempo después, cuando los grupos fueron siendo más numerosos, tuvieron la necesidad de asentarse y vieron en la agricultura la posibilidad de hacerlo, puesto que se les garantizaba un alimento que se podía cosechar y preservar, donde ya no tenían que caminar para conseguirlo, si no que podían acumular y gastarlo paulatinamente. Por ello, se crean herramientas para la agricultura y es aquí donde nace la creatividad y se le da un sentido estético, el cual es relacionado con el tema de recreación. Cuando ellos encontraron en la agricultura la posibilidad de asentarse y liberaron algo de su tiempo el cual era dedicado a la supervivencia, lo cual dio como resultado el establecimiento de algunos rituales como lo son la música, la danza, el teatro; todo a través de su cuerpo. Siglos después, cuando la religión toma el poder de estado para gobernar, la recreación es utilizada como una herramienta de manipulación de masas que se encarga de vislumbrar al pueblo con actividades festivas en los pocos tiempos libres que tenían de sus labores diarias, con el fin de cubrir el empobrecimiento y la explotación de la que eran víctimas pero que sencillamente ignoraban (Peñaranda & Velasco, s.f.).

Ya en el medioevo, el pueblo creaba una cultura desde los espectáculos de juglaría mediante improvisaciones, las cuales permitían ver cómo se juzgaba y ridiculizaba los hábitos que tenía la clase gobernante. En este entonces, el trabajador ya es autónomo en cuanto a la distribución de su tiempo, puesto que los trabajos no eran complejos y podían controlar el proceso de producción, teniendo en cuenta que esto se daba mientras se pagaba el tributo feudal, el cual les daba el derecho a vivir en esas tierras y financiar las labores. Cabe resaltar que los feudales se dedicaban a la ostentación en su ocio, es decir, a

preservar su apariencia lujosa; mientras que los campesinos se burlaban de los feudales en su ocio por esas actitudes. Posteriormente, en el siglo XV (época del renacimiento), la gente se revela y empieza a darse cuenta que los únicos que tienen acceso a todos los textos de conocimiento de los griegos y los romanos son los frailes, es decir los sacerdotes y la iglesia católica, a partir de ello, se empieza a saquear los conventos y leen escondidos libros de filosofía y conocimiento, con el fin de conocer lo que había desarrollado el ser humano en cuanto al conocimiento (Peñaranda & Velasco, s.f.).

A continuación, en la era de la revolución industrial, se le atribuye la creación de nuevos ritmos de vida. Inicialmente porque se empiezan a imponer jornadas laborales más extenuantes a los obreros y su tiempo de “descanso” se convierte en tiempo de recuperación, por las arduas labores del día. Luego ya por las reformas sociales que se ganaron gracias a la presión de los mismos sectores explotados a través de las manifestaciones, haciendo valer su derecho a un tiempo más amplio para la diversión, el descanso y el ocio. Cabe resaltar que para esa misma época nace el turismo y surgen los balnearios, los cuales son de servicio en primera instancia para la clase pudiente y luego para la clase media. Ya aquí aparece la industria de la diversión, en donde empiezan a realizarse actividades de esparcimiento, las cuales eran ofrecidas por los medios de comunicación para elevar el consumo. Sin embargo, todo tipo de diversión es como cualquier otro producto, “un valor de cambio”, es decir, una mercancía. Ya luego desaparecen por completo las festividades y artesanías, pero el campo y las comunidades primitivas son espacios en donde la creatividad tienen importancia y un debido lugar, sin embargo, la vida industrial los acosa por todas partes (Peñaranda & Velasco, s.f.).

La recreación entonces ha ido evolucionando de manera considerable, esto debido a la incidencia del hombre en el trabajo como condición determinante de una vida digna y

óptima, del mismo modo, cada sociedad y cultura posee concepciones particulares en cuanto al tiempo y el espacio que se destina para la actividad humana. Por ello, cada sociedad y época histórica han sido marcadas por diversos tipos de actividades utilizadas en el tiempo libre, vivenciado la actividad humana de maneras distintas tanto en lo cultural como en lo social, y por ello, la recreación se puede ver de manera amplia según las ideologías, las relaciones políticas y económicas, como también las tradiciones culturales adoptadas por las comunidades.

Finalmente, en la actualidad, yace una nueva tendencia de la recreación, donde se le da un valor fundamental a temas del medio ambiente como un aliado al reconocimiento por el otro y la libertad, del mismo modo las mujeres encuentran nuevos conceptos recreativos como un espacio para sus derechos de equidad e igualdad. En esta época se empieza a dar más valor e importancia a temas como canto, dibujo, juegos clásicos y las mismas festividades tradiciones que se ven en los pueblos y el hombre decide qué hacer con su tiempo libre y disfruta de manera personal satisfacer sus propias necesidades. De igual manera se empieza a dar la recreación en diferentes contextos sociales y dependiendo de la intencionalidad, alguno de estos ejemplos son la recreación, comunitaria, laboral, cultural, ambiental, terapéutica, turística, lúdica, entre muchas otras (Vélez, 2008).

## **2. La recreación guiada y su relación con el desarrollo integral de los escolares.**

La recreación guiada es una propuesta pedagógica en la que es pionera la Dra. Guillermina Mesa Cobo, fundadora y actual directora de los programas académicos de Profesional y Tecnología en Recreación de la Universidad del Valle, la cual cuenta con un doctorado en Filosofía y Ciencias de la Educación y se ha destacado por su labor docente e investigadora en más de 25 años y desde 1994 esbozando su propuesta pedagógica de

Recreación Guiada. En primer lugar, la autora plantea que la recreación puede ser tomada como polisémica, que según la Real Academia Española (2021) es que manifiesta polisemia y la polisemia hace referencia a la pluralidad de significados que puede tener una expresión lingüística. Es decir que la recreación es polisémica debido a que es un término que puede ser definido de diferentes maneras dependiendo el punto de vista desde el cual se aborde, ya sea ideológico, político, religioso, disciplinar y/o profesional. En segundo lugar, Mesa define la recreación guiada como un proceso pedagógico que, por medio de los lenguajes lúdico-creativos, busca formar nuevos significados o saberes de la mano de la comunidad con una intención no solo comunicativa, sino también educativa; tratando así de promover una transformación social y cultural con la población, o como ella los llama, los recreandos (como se citó en Chávez & Gómez, 2017).

Por consiguiente, para entender un poco más a fondo lo que es la recreación guiada, es importante resaltar lo que la autora Mesa G. plantea sobre la labor de un recreador, fundamentándose en tres dimensiones: I) la recreación como una actividad social general. II) la recreación como actividad pedagógica y III) la recreación como actividad interna, las cuales se abordarán brevemente a continuación:

*I) La recreación como actividad social general.* Esta dimensión aborda todo lo que tiene que ver con el estudio diagnóstico o de reconocimiento de la comunidad con la que se hará la recreación guiada, con el fin de observar e identificar parte de sus costumbres, formas de relacionarse, de expresarse, las problemáticas, etc. pero también sus características individuales, como edad, estrato socioeconómico, nivel de escolaridad, gustos, fortalezas, debilidades, entre muchos otros. Lo anterior con la intención de planear adecuadamente los contenidos a abordar durante la actividad y que sea significativa para la comunidad.

*II) La recreación como actividad pedagógica.* Utiliza la recreación guiada como mediadora en el proceso de enseñanza-aprendizaje, tomando las experiencias o conocimientos adquiridos previamente para la construcción estructurada de nuevos significados en el marco de las actividades recreativas con sentido, es decir, que son actividades que fueron pensadas con contenidos claros, entendibles y favorables para el aprendizaje de los recreandos. De esta manera, el recreando se enfrenta a tres retos bajo esta dimensión: el primero hacia el ámbito cognitivo, en donde los individuos utilizan sus conocimientos previos relacionados con la actividad propuesta para así generar un intercambio de saberes y que surja un nuevo conocimiento; el segundo hacia el ámbito creativo, debido a que éste debe exponer lo aprendido de manera oral, simbólica o artística; y el tercero hacia el ámbito social, puesto que deben compartir sus conocimientos con los demás del grupo y llegar a un acuerdo para así poder cumplir con la tarea planteada en la actividad recreativa.

*III) La recreación como actividad interna.* Se refiere a los procesos psíquicos por los que pasa el recreando en la actividad propuesta. Aquí lo primordial es conocer qué tanta comprensión hay por parte del individuo a partir de la actividad implementada, reconocer si los conceptos brindados fueron claros para los recreandos con respecto a los contenidos y objetivos planteados para el desarrollo de la actividad. Cabe resaltar que este proceso cognitivo se hace de manera individual, a pesar de que la actividad pueda ser entre pares o grupal y entren a colación los saberes de los demás, los cuales se van dialogando en el transcurso de la actividad (Cardona, 2021).

Sin embargo, ¿qué son los lenguajes lúdico-creativos? Los lenguajes lúdico-creativos hacen parte de las herramientas de la recreación, los cuales se interpretan como transversales a las tres dimensiones planteadas anteriormente para comprender los procesos

de significación que se dan durante la actividad recreativa guiada. En otras palabras, los lenguajes lúdico-creativos se apoyan tanto de los lenguajes verbales (oralidad), como también de los no verbales (símbolos) y los expresivos-comunicativos (artísticos, deportivos y/o físicos) para incentivar esa dimensión creadora con la que cada individuo viene dotado y permitir que cada uno de ellos pueda tanto interiorizar como exteriorizar experiencias, sentimientos, emociones, ideas, entre muchas otras (Mesa G, 2004, como se citó en Cardona, 2021). Y es por medio de estos lenguajes lúdico-creativos que se relaciona la recreación guiada al desarrollo integral de los escolares.

El desarrollo integral de una persona viene determinado por características como lo son la cultura y las relaciones sociales que entable en el contexto donde se desenvuelva el individuo, en este caso, el escolar. Es ahí donde la educación tiene su papel transformador y se encarga de propiciar un óptimo desarrollo integral a través de una ordenada serie de estímulos de habilidades tanto motoras, como emocionales, sociales, cognitivas y de autocontrol (Santi, 2019). Todo lo anterior, se puede lograr implementando la recreación guiada en las clases de educación física desde los lenguajes lúdico-creativos, los cuales, en su estrecha relación con el juego, que es de un carácter holístico, aportan significativamente a la creatividad, la imaginación, la socialización, la motricidad tanto fina como gruesa, la capacidad de comunicar y expresar sentimientos o ideas, la criticidad y el control de las emociones de los escolares (Gallardo & Gallardo, 2018). A continuación, se abordarán algunos de los beneficios que aporta la recreación guiada a los escolares desde tres ámbitos del desarrollo integral: el motor, el emocional y el social.

Respecto al desarrollo motor, que es un proceso que se produce a lo largo de la vida y que se encuentra determinado por la genética, la fisiología, la maduración biológica y el aprendizaje motor que sea implementado, es por eso que por medio de la recreación guiada

y de una adecuada fundamentación epistemológica del área de educación física, se pueden planificar y secuenciar contenidos siendo el eje fundamental el desarrollo motor de los escolares (Rosa et al., 2018) estimulando los patrones básicos de movimiento, de tal manera que los niños sean más hábiles, con un desarrollo apropiado de la lateralidad y un dominio progresivo las habilidades temporo-espaciales (Romero & Cagua, 2019) dependiendo la maduración de las funciones y estructuras, tanto biológicas como psiconeurológicas.

También es de resaltar que por medio de la recreación guiada se fomentan las actitudes propositivas, de manera que los escolares aprenden de cierta forma jugando, gozando, experimentando, van formando su propio conocimiento, sus propios significados, forjando su personalidad frente al mundo a través del movimiento y su corporeidad, mejorando la perspectiva para el futuro en un desarrollo integral (Ferreira, 2018). A través del propiciamiento de ambientes y actividades lúdico-creativas para los escolares se fomenta el desarrollo de las capacidades motrices, de senso-percepción, también habilidades y destrezas motoras (Chávez & Gómez, 2017); pero también mejoran su agilidad, flexibilidad, capacidades condicionales como la resistencia y la fuerza y capacidades fisiológicas como la respiración y la circulación, previniendo así problemas de salud y la enfermedad del siglo, el sedentarismo (Gregorio, 2008).

Finalmente, desde el ámbito del desarrollo motor, la recreación guiada es una manera efectiva de despertar el interés de las personas en realizar actividad física, en este caso, de manera lúdica, recreativa y a largo plazo como un estilo de vida saludable, aumentando su frecuencia de realización de manera voluntaria y con agrado, aportando al desarrollo motor desde la autonomía del estudiante en la coordinación de sus movimientos tanto gruesos como finos (Passos et al., 2022).

Respecto al desarrollo emocional, como lo expone Vygotsky (1996), las emociones se hacen presentes desde el nacimiento (biológicas e innatas) y se van transformando a medida del tiempo respecto a la relación que se establece con el mundo exterior, es decir que van tomando significados según su contexto social y/o cultural y es así que se va dando el desarrollo emocional, surgiendo de las relaciones entre el escolar y las personas que lo rodean, ya sean compañeros o docentes (Calvo & Da Silva, 2014). De este modo, el desarrollo emocional son todas aquellas habilidades que posee un individuo para expresar, pero también reconocer y manejar sus emociones en pro de dar respuestas adecuadas a las emociones de los que le rodean en su contexto tanto familiar, como social, educativo y/o cultural, sin llegar a herir algún tipo de susceptibilidad (Centro de Aprendizaje y Conocimiento en la Primera Infancia, 2021).

Por otro lado, la recreación guiada como proceso pedagógico, puede aportar herramientas necesarias para despejar emociones negativas que puedan tener los escolares y lograr que reevalúen y tengan control su estado emocional a partir de las actividades realizadas (Gregorio, 2008), ya sea de manera individual o colectiva; como también propiciar una comunicación asertiva de las emociones contenidas a los docentes, por medio de las actividades recreativas guiadas, aportándoles nuevas formas de re-crearse, y mejorando su comportamiento dentro de las instituciones educativas y en sus respectivos hogares, debido a que crean vínculos con otras personas pero a la vez se les permite conectarse consigo mismos, reconocer sus miedos, debilidades, fortalezas y sueños, para así poder construir o modificar sus proyectos de vida y darles un nuevo significado (Chávez & Gómez, 2017).

Adicionalmente, a través de las actividades realizadas en la recreación guiada, los escolares llegan a valorar su autoimagen y fortalecer su autoestima, identificándose como

personas con sueños y metas propias, que poseen cualidades individuales pero que también tienen la capacidad de desplegar competencias en actividades grupales. Ese valor a su autoimagen hace que fortalezcan sus relaciones entre pares, con ellos mismos, con los demás y con el mundo que los rodea, porque logran verse, y aceptarse, sentirse bien con ellos mismos y de esta manera re-crean su autoconcepto y su autoestima, aportando significativamente al desarrollo emocional del escolar (Calvo & Da Silva, 2014) y permitiendo el afianzamiento de la personalidad, dejándolos ser, jugar y actuar con libertad y a la vez seguros, sintiéndose los protagonistas de su propio quehacer en la actividad (Gregorio, 2008)

Respecto al desarrollo social, este se refiere a la capacidad de los individuos para establecer y mantener relaciones significativas con las demás personas (Centro de Aprendizaje y Conocimiento en la Primera Infancia, 2021). Por medio de la recreación guiada se fortalecen los vínculos entre pares, aprendiendo en carne propia sobre la confianza, el respeto, la tolerancia y el compañerismo, entre muchos otros valores sociales (Chávez & Gómez, 2017). Así mismo, se posibilita una mayor socialización, procurando nuevas experiencias en donde los individuos aprenden a cooperar entre ellos, a hacer de líderes, a idear estrategias y relacionarse sin importar el género, se mejoran las técnicas y formas de comunicación para un trabajo en equipo más efectivo y se va desarrollando poco a poco el concepto de la amistad, a través del conocimiento, aceptación y comprensión del otro (Gregorio, 2008). Finalmente, también se desarrolla la capacidad de la empatía entre los estudiantes y la persona encargada de la recreación o actividad, existiendo mayor disposición, interés y constancia en la asistencia y realización de las actividades por parte de los escolares, inclusive los que suelen ser más apáticos (Terranova, 2020)

### **3. Estrategias para implementar la recreación guiada en las clases de educación física (lenguajes lúdicos creativos).**

Para el pleno desenvolvimiento en la sociedad, se utiliza el lenguaje verbal y no verbal (lenguaje natural), como medios para los procesos de aprendizaje (Rendón, 2013), con relación a ello, entonces, los lenguajes lúdico-creativos son herramientas de origen sociocultural y los cuales se constituyen como instrumentos para la interacción pedagógica de la recreación, aportando de manera significativa en el desarrollo de las personas, generando así, procesos de socialización, creación y cognición, en donde cobra vida la actividad conjunta entre recreador y recreandos (Tobón, 2016).

Lo anterior hace referencia a que los lenguajes lúdico-creativos son todas aquellas herramientas para los profesionales de la recreación, que se desarrollan y trabajan con elementos intangibles, es decir, que no tiene existencia física y no se pueden ni tocar, ni sentir; es decir todo lo relacionado en cuanto a las dimensiones humanas y el ser (Rendón, 2013). Por esta razón, se entiende que los lenguajes lúdico-creativos se emplean por medio de la simbología y la forma representacional, donde se promueven diversas comprensiones, generando posibilidades para la resolución de problemas y así adquirir herramientas que faciliten la toma de decisiones (Ocampo & Grijalba, 2013).

Cuando se trabaja específicamente con los lenguajes lúdico-creativos, se emplean procesos creativos, cognitivos y sociales, puesto que por medio de actividades conjuntas, los niños deben pensar y analizar todas aquellas preguntas que les genere, pues se les propicia los medios para explorar, reflexionar e indagar a partir del trabajo o actividad que están solucionando, teniendo en cuenta también que en su mayoría los niños suelen expresar lo que piensan acerca de las situaciones o las mismas preguntas e interactúan con

los demás, esto permite entonces observar los rasgos específicos y característicos de la imaginación y creatividad que poseen los niños (Rendón, 2013).

El lenguaje lúdico creativo busca que los niños utilicen las estrategias pertinentes para representar simbólicamente de manera libre y espontánea, sin necesidad de seguir guías, modelos o patrones para obtener una producción artística (Rendón, 2013). Relacionado a lo anterior, se clasifican los lenguajes lúdico-creativos de la siguiente manera: en primer lugar, las representaciones gráfico-plásticas, en el cual su objetivo es comunicar infinitas ideas y estados de ánimos, a través de dibujos, pinturas, títeres, máscaras, sin necesidad de ir directamente a las palabras, permitiendo que los niños creen, conozca y se expresen.

En segundo lugar, se encuentra el juego dramático; el cual pretende que los niños tomen una determinada posición, aptitud y actitud bajo diversos roles y que así mismo, se sitúen de manera alternativa en diferentes puntos de vista, divergentes al propio, en donde representen acciones, objetos, animales u otras personas, algunos ejemplos de actividades son: juegos de teatro, juegos o puestas en escena de musicales, coreografías, juegos de imitación, entre muchas otras opciones. También es posible implementar algo relacionado con las nuevas tecnologías, como el juego de Charades App, Guess Up o Adivina la Palabra.

En tercer y último lugar, las narrativas, en el cual el niño realiza una descripción, ya sea real o ficticio como refranes, relatos, conversaciones informales y hasta chistes, con el fin de persuadir y entretener (Ocampo & Grijalba, 2013). De esta forma, se puede decir que es una manera diferente de estimular la comprensión y construcción de los pensamientos de los niños y aportar significativamente en la creación de conocimiento de una forma más comprensible.

Así mismo, Cárdenas y Gómez (2014) afirman que:

La experiencia de actuar y de relacionarse en el tiempo y en el espacio con las personas, objetos, situaciones, sucesos y contextos, propicia un proceso de construcción de sentido de lo que es y pasa en el mundo, y de lo que implica habitar en él. Esta construcción de sentido, en la que intervienen las capacidades con las que se nacen es un proceso recíproco: las niñas y niños significan y dan sentido al mundo en el que viven y, a su vez, ellas y ellos se van conformando como sujetos del mundo a partir de lo que reciben de él. (p.15)

Por ello entonces, generar espacios de experimentación y vivencias, provoca intercambio de opiniones, ideas y saberes lo cual genera que se acerque un poco a las construcciones sociales y a su vez la apropiación de la cultura desde las vivencias personales y cotidianas, puesto que los niños tiene la capacidad de darle sentido al mundo, por ello es necesario que los docentes que hacen parte del desarrollo integral de los niños, promuevan ambientes donde se les genere conocer , indagar y relacionarse (Cárdenas & Gómez, 2014).

Con relación a lo anterior, cabe mencionar que las estrategias basadas en experiencias vivenciales, hace los escolares indaguen más allá de lo que pueden observar y analizar, pues permite que piensen e imaginen muchas posibilidades expresivas y a partir de ello puedan aprender a conocer su capacidad imaginativa, como bien es cierto que en la primera infancia, motivan e invitan al despliegue y desarrollo de los niños en su capacidad para explorar y compartir momentos de esparcimiento y socialización (Cárdenas & Gómez, 2014).

## Conclusiones

- Uno de los grandes retos como profesionales de la educación física, es entender la importancia de ser un buen “recreador”, aquel que entiende el valor de la labor social que se nos asigna dentro de una realidad de países con enormes brechas sociales, culturales y económicas. Por ello, desde esa coherencia, se podrá encontrar una luz a través de la cual se pueda aportar en alguna medida para la re-significación de la condición humana, dentro de dicha realidad desfavorable que atenta la tranquilidad y el bienestar psicoemocional de las personas, y en este caso, de los niños.
- Una de las problemáticas que se presenta comúnmente en las instituciones educativas, es el mal comportamiento (desobediencia) de los niños y niñas, lo cual hace que se generen conflictos y afecte en el rendimiento académico, por ello se considera que una de las estrategias para mitigar esta problemática, podría ser la *recreación guiada*, pues desde este componente se puede lograr que los escolares, tengan mejores relaciones intrapersonales e interpersonales, donde a partir de sus vivencias mediante el movimiento jugado, experimentando y gozando, se puedan expresar con libertad y aprendan a respetar a los demás, como a ellos mismos.
- Como se mencionó en el desarrollo del artículo, se puede decir que el lenguaje lúdico-creativo, proporciona que los estudiantes consigan experiencias vivenciales y de expresiones significativas, que le permitan manifestar de manera libre y consiente, sus pensamientos, acciones y del mismo modo, ver las cosas de una manera diferente, teniendo en cuenta sus experiencias personales. Por ello esta herramienta de carácter pedagógico, se puede considerar de importancia aplicarla en el ámbito educativo, puesto que permite que los escolares se recreen con alguna intencionalidad específica,

en donde los profesores generen espacios que les permita aprender a relacionarse con su entorno, conocer el otro y así mismo brindar respeto y valor correspondiente, permitiendo así mismo fortalecer el desarrollo integral.

- Cabe mencionar que a partir de la indagación en investigaciones, tesis y artículos se concluye afirmando que la recreación guiada es un medio importante, que puede ayudar significativamente con los niños que presentan problemáticas; como trastornos de comportamiento, conflictos familiares, problemas de ansiedad y depresión tanto en el entorno familiar, como escolar. Con lo anterior entonces se puede decir, que las experiencias prácticas; como el explorar (espacios, contextos), sentir (relacionarse con otras personas, expresar sus opiniones) y actuar (bajo pensamientos propios), genera un proceso de construcción que le pertenencia de lo que es y pasa en el mundo, mediante diversas situaciones y toma esto como un aprendizaje para su vida.
- Finalmente, los docentes y las instituciones educativas cumplen un rol fundamental en el acompañamiento de los métodos individuales y colectivos de los educandos, pues son los encargados de fortalecer los procesos de iniciativa y curiosidad a través de espacios de observación, imaginación, exploración y reconocimiento de la realidad, para que sean partícipes de la construcción del mundo que hacen parte y sean capaces de aportar en la transformación social.

## Referencias

- Calvo, S., & Da Silva, R. (2014). La actividad infantil y el desarrollo emocional en la infancia. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 16, 9–30.  
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80231541002>
- Cárdenas, A., Gómez, C. (2014). *La exploración del medio en la educación inicial*. Ministerio de Educación Nacional.  
<http://www.deceroasiempre.gov.co/Prensa/CDocumentacionDocs/Documento-N24-exploracion-medio-educacion-inicial.pdf>
- Cardona, D. (2021). *LA RECREACIÓN GUIADA EN LA EMPRESA: DESAFÍOS, COMPROMISOS Y REALIDAD* [Universidad del Valle].  
<https://bibliotecadigital.univalle.edu.co/handle/10893/12776?show=full>
- Centro de Aprendizaje y Conocimiento en la Primera Infancia. (2021). *Guías para la práctica eficaz*. Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE. UU.  
<https://eclkc.ohs.acf.hhs.gov/es/preparacion-escolar/effective-practice-guides/desarrollo-social-y-emocional#:~:>
- Chávez, I., & Gómez, D. (2017). *La Recreación Guiada en Procesos de Re-significación en Jóvenes Menores de Edad Desvinculados del Conflicto Armado Interno en Colombia* [Universidad del Valle].  
<https://bibliotecadigital.univalle.edu.co/handle/10893/12776?show=full>
- Ley 115, Congreso de la república de Colombia 50 (1994).  
<https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Ferreira, A. (2018). A RECREAÇÃO NO DESENVOLVIMENTO MOTOR DE CRIANCAS DE 2 A 7 ANOS Aurélia. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 60–64.

<https://www.anais.ueg.br/index.php/jefco/article/view/13068/9446>

Gallardo, J., & Gallardo, P. (2018). Teorías sobre el juego y su importancia como recurso educativo para el desarrollo integral infantil. *Revista Educativa Hekademos*. 41-51.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6542602>

Gregorio, A. (2008). La Recreación en la Niñez: “Conceptualización, Características y Aportes desde la Recreación al desarrollo de los Niños.” *Universidad Nacional de Mar Del Plata*, 54. [http://nulan.mdp.edu.ar/1811/1/gregorio\\_ag\\_2008.pdf](http://nulan.mdp.edu.ar/1811/1/gregorio_ag_2008.pdf)

Lema, R. (2010). La recreación educativa como proyecto de formación. *Páginas de Educación*, 3(1), 135–159.

<https://revistas.ucu.edu.uy/index.php/paginasdeeducacion/article/view/667>

Ocampo, M., & Grijalba, J. (2013). *LA RECREACIÓN DIRIGIDA COMO MEDIACIÓN, EN LA CONSTRUCCIÓN DE IMAGINARIOS SOBRE ADOLESCENCIA, CON UN GRUPO DE JÓVENES DE LA COMUNA 12 DE CALI MARITZA* [Universidad del Valle]. <https://bibliotecadigital.univalle.edu.co/bitstream/handle/10893/6833/CD-0430815.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Passos, R. P., Vilela Junior, G. de B., Martins, G. C., Oliveira, J. R. L. de, Almeida, K. da S., Pereira, A. de A., Carvalho, A. F. de, Martelli, A., Lima, B. N., Silio, L. F., Rodrigues, M. F., Maneschy, M. de S., Guedes, U. I. D. S., Fileni, C. H. P., Pádua, K. dos S., Farias, A. C. L. de, Oliveira, S. da C., Pinheiro, Y. M., Errero, A. P., ... Abdalla, P. P. (2022). Aperfeiçoamento Da Coordenação Motora De Crianças Por Meio Da Recreação. *Centro de Pesquisas Avançadas Em Qualidade de Vida*, 14(v14n2), 1–7. <https://doi.org/10.36692/v14n2-11r>

Peñaranda, P., & Velasco, M. (n.d.). *Teoría de la Recreación*.

[https://www.unipamplona.edu.co/unipamplona/portalIG/home\\_109/recursos/octubre2](https://www.unipamplona.edu.co/unipamplona/portalIG/home_109/recursos/octubre2)

[014/educacionfisica/semestre7/09092015/teoriaytendenciarecreacion.pdf](https://www.researchgate.net/publication/281240878_Aproximaciones_para_la_construccion_del_campo_de_la_recreacion_en_Latinoamerica)

Quintero, M. (2021). Aporte a la construcción del concepto de recreación como campo de conocimiento desde las realidades latinoamericanas. *Revista Con-Ciencias Del Deporte*, 106–130.

[https://www.researchgate.net/publication/281240878\\_Aproximaciones\\_para\\_la\\_construccion\\_del\\_campo\\_de\\_la\\_recreacion\\_en\\_Latinoamerica](https://www.researchgate.net/publication/281240878_Aproximaciones_para_la_construccion_del_campo_de_la_recreacion_en_Latinoamerica)

Rendón, M. A. (2013). *JUEGO DE NIÑOS IMPLEMENTACIÓN DE LA METODOLOGÍA SARI COMO HERRAMIENTA PARA IDENTIFICAR LAS REPRESENTACIONES DE LOS NIÑOS SOBRE LA GUERRA* [Universidad del Valle].

<https://bibliotecadigital.univalle.edu.co/bitstream/handle/10893/6761/CD-0395395.pdf?sequence=1>

Romero, C., & Cagua, L. (2019). La Recreación Como Medio Para Estimular El Desarrollo Motor: Una Estrategia De Disminución Del Sedentarismo En Niños De 2 a 5 Años  
Recreation As a Means To Stimulate Motor Development: a Strategy of Decrease of Sedentarism in Children From 2 To 5 Years Ol. *Revista Actividad Física y Ciencias*.

<https://revistas.upel.edu.ve/index.php/actividadfisicayciencias/article/view/7770>

Rosa, A., García, E., & Carrillo, P. (2018). La educación física como programa de desarrollo físico y motor. *Revista Digital de Educación Física*, 9(52), 105–124.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6408944>

Santi, F. (2019). Educación: La importancia del desarrollo infantil y la educación inicial en un país en el cual no son obligatorios. *Revista Ciencia Unemi*. Vol. 12, núm. 30, 2019, Mayo-, pp. 143-159. <https://www.redalyc.org/journal/5826/582661249013/html/>

Terranova, E. (2020). *Reconstruyendo Esperanzas La Recreación Guiada como Estrategia Pedagógica para la Prevención del Consumo de Sustancias Psicoactivas en*

*Estudiantes de la Institución Educativa ASEDER de Santander de Quilichao (Cauca)*

[Universidad Del Valle]. <https://bibliotecadigital.univalle.edu.co/handle/10893/19578>

Tobón, N. L. (2016). LOS LENGUAJES LÚDICO CREATIVOS: UNA HERRAMIENTA DE ENSEÑANZA PARA EL FORTALECIMIENTO DE HABILIDADES LECTOESCRITORAS EN NIÑOS DE 6 A 9 AÑOS PARTICIPANTES EN LA MODALIDAD EXTERNADO EN LA FUNDACIÓN PARA EL DESARROLLO DE LA EDUCACIÓN (FUNDAPRE) [Universidad del Valle]. In *Universidad del Valle*. <http://etd.lib.metu.edu.tr/upload/12620012/index.pdf>

Vélez, J. (2008). LAS NUEVAS TENDENCIAS EN RECREACIÓN. [Universidad de Antioquia]. <http://viref.udea.edu.co/contenido/pdf/150-lasnuevas.pdf>