



Revista Actividad Física y Ciencias  
Año 2019, vol. 11, N°2

## USO DEL TIEMPO LIBRE Y DE OCIO EN RELACIÓN CON EL RENDIMIENTO ACADÉMICO DE ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS

### USE OF FREE TIME AND LEISURE IN RELATION TO THE ACADEMIC PERFORMANCE OF UNIVERSITY STUDENTS

**Eddy Enrique Cabrera Acosta**  
[eddycabrera@maul.uniatlantico.edu.co](mailto:eddycabrera@maul.uniatlantico.edu.co)

**Feliciano Burgos Mancilla**  
[felicianoburgos@hotmail.uniatlantico.edu.co](mailto:felicianoburgos@hotmail.uniatlantico.edu.co)  
Universidad del Atlántico

**Recibido:** 15-07-2019

**Aceptado:** 25-11-2019

#### Resumen

Esta investigación tuvo como objetivo determinar la relación existente entre la utilización del tiempo libre y de ocio con el rendimiento académico de estudiantes universitarios de la carrera Educación física de la facultad de Humanidades y Educación de LUZ. La investigación se realizó en la Universidad del Zulia, Facultad de Humanidades y Educación, Escuela de Educación del Municipio Maracaibo, Venezuela, durante el lapso de tiempo comprendido entre los años 2014 hasta 2017. Bajo un enfoque de investigación descriptivo, transversal y de naturaleza cuantitativa. La población de informantes estuvo conformada por los estudiantes cursantes de la carrera Educación física. La técnica utilizada fue la encuesta y como instrumento el cuestionario. Para la interpretación de los resultados arrojados por los instrumentos de recolección de datos se elaboró un baremo de interpretación, a través del cual se interpretaron los resultados. Como conclusión final se pudo establecer de acuerdo con lo expresado por los estudiantes y lo reflejado en el análisis de correlación, que existe una correlación positiva entre las variables de la investigación, ya que ambas presentan gran significación, al existir un criterio claro sobre la importancia que el tiempo libre y de ocio bien utilizado, tienen para el rendimiento estudiantil en los estudiantes universitarios.

**Palabras clave:** tiempo libre, ocio, rendimiento académico y estudiante universitario.

## Abstract

The purpose of this research was to determine the relationship between the use of free time and leisure with the academic performance of university students of the Physical Education career of the Faculty of Humanities and Education of LUZ... The research was conducted at the University del Zulia, Faculty of Humanities and Education, School of Education of the Maracaibo Municipality, Venezuela, during the period between 2014 and 2017. Under a descriptive, transversal and quantitative research approach. The population of informants was made up of the students who studied the Physical Education career. The technique used was the survey and as an instrument the questionnaire. For the interpretation of the results obtained by the data collection instruments, a scale of interpretation was elaborated, through which the results were interpreted. As a final conclusion, it could be established in agreement with what was expressed by the students and reflected in the correlation analysis, that there is a positive correlation between the variables of the research, since both have great significance, since there is a clear criterion on the importance that free time and leisure are well used, have for student performance in college students.

**Keywords:** leisure time, leisure, academic performance and university student.

## Introducción

Actualmente uno de los elementos más importante que influye en agudizar la problemática de los países subdesarrollados o en vía de desarrollo es, sin duda el deterioro de la educación, ya que ésta no responde las demandas de un mundo cambiante, heterogéneo, de retos tecnológicos y comunicacionales importantes e indispensable para su desarrollo.

Por lo cual, se requiere una educación que responda a las necesidades de la sociedad, preparándola para los cambios y situaciones complejas, producto de modelos de desarrollo que se sustentan en los elementos de acción y producción socio económica, lográndose una educación de alto valor social con potencialidades abiertas a las demandas requeridas por un modelo educativo de calidad para los niños y jóvenes, donde el tiempo libre y de ocio de estas poblaciones sea ocupado de manera productiva para mejorar su educación.

En concordancia con lo expresado, es importante destacar que el tiempo libre y de ocio, como parte importante de la ocupación de la cantidad de horas disponibles que los jóvenes estudiantes tienen hoy día, las cuales en ocasiones son dedicadas al manejo de aparatos tecnológicos, así como otras actividades poco productivas para su desarrollo biopsicosocial, han ido progresivamente descuidando el empleo de ese tiempo libre, en actividades físicas constructivas y recreativas, lo también pone en riesgo su rendimiento académico y su salud.

En tal sentido, las aproximaciones conceptuales sobre nociones de tiempo libre y ocio, permitirán de manera precisa formular aproximaciones sobre su importancia para el rendimiento académico y la salud de los estudiantes En relación con lo expresado, este estudio estuvo enfocado

específicamente en la importancia de una sana ocupación del tiempo libre y de ocio en estudiantes universitarios, producto que algunas instituciones de educación superior se observa como los estudiantes, muy poco complementan sus actividades académicas con los beneficios que la recreación y actividades físicas tienen para su rendimiento estudiantil.

En atención con lo referenciado, Vera (1999), señala que la recreación y la actividad física, ejecutada durante el tiempo libre del ser humano, tal el caso de los estudiantes universitarios, se puede sustentar la importancia de acceder de manera eficiente al empleo de ese tiempo libre y de ocio como tiempo no comprometido, que permita la elevación sostenida de su calidad de vida, y como factor vital para el mejoramiento y rendimiento académico.

Como consecuencia de lo referenciado, en las instituciones educativas actualmente se observan altos índices de agresividad, pérdida de valores éticos y morales, indisciplina y pérdida de la identidad, lo que indudablemente se traduce en factores distorsionantes, que se convierten en elementos influyentes para el buen desarrollo organizacional y por supuesto para el rendimiento académico de los estudiantes. En estos casos, podría hablarse de una estructura cerrada en el funcionamiento pedagógico, bajo conceptos de trabajo, enmarcados en lineamientos rígidos en el desempeño académico, lo cual pudiese entorpecer la práctica educativa en cualquier institución escolar, independientemente de su nivel o ámbito.

Es de observarse, que en Venezuela las causas de estas fallas hay que buscarlas, tanto en los aspectos endógenos del sistema educativo, como en los exógenos, siendo un ejemplo de ello, la necesidad de trabajar a favor de erradicar la pobreza y el descontrol familiar. Por otro lado, entre los factores endógenos que producen bajo rendimiento, está el corto tiempo que tiene la jornada escolar de 5 horas, en contradicción con 8 y 9 horas diarias que tienen otros países, así mismo los lapsos de clase al año de 180 días, en comparación con otros países como Colombia de hasta de 250 días, no obstante otros factores que intervienen y ocurren dentro del aula, relacionados con el tiempo libre y el ocio.

El tiempo empleado en el aula para la práctica en actividades poco eficaces, en pro del aprovechamiento de aprendizaje y apropiamiento de una actitud crítica y responsable del estudiante, indudablemente se traduce en un tiempo libre mal utilizado. De igual manera en contraposición a lo anteriormente dicho, la utilización de cada minuto del tiempo aprovechado en actividades para el aprendizaje o para prácticas de algunas áreas instrumentales o recreacionales, se considera un factor relevante para el buen aprovechamiento del tiempo libre del estudiante.

Según la percepción del autor de la investigación, tal situación no es el reflejo actual, ya que la mayoría de instituciones educativas oficiales donde los estudiantes de la carrera Educación Física de la Universidad del Zulia, realizan sus prácticas profesionales bajo la coordinación del autor del estudio, las condiciones para la ejecución de actividades recreativas y deportivas no son las ideales, lo que indudablemente inciden en el aprovechamiento positivo del tiempo libre y del ocio, motivado a estas condiciones los estudiantes abandonen los estudios o desmejoren su rendimiento académico, si consideramos la importancia que la recreación y el deporte tienen para su desarrollo biopsicosocial.

Desde esta perspectiva, una de las funciones más importante del tiempo libre y el ocio, consisten en restablecer el equilibrio, devolver al individuo su integridad, para ello se debe enfatizar en las tres funciones principales del ocio las cuales son: descanso, diversión y desarrollo, a través de estas funciones el ser humano se libera de un conjunto de actividades de obligación automatizada, permitiéndole una mayor dedicación a los gustos y aspiraciones, lo cual posibilita una participación social para mantener buenas relaciones humanas.

En tal sentido, se puede decir que a nivel escolar la utilización del tiempo libre y del ocio, no se plantea en una planificación académica de manera formal, por ello los avances técnicos derivados del automatismo y de la informatización, conspiran fuertemente, pues, de una manera altamente relevante los estudiantes pasan gran cantidad de horas dedicadas, al manejo de aparatos tecnológicos y descuidando el empleo del tiempo libre y del ocio en actividades físicas constructivas y recreativas, poniendo en riesgo el rendimiento académico y su salud.

Razón por la cual es necesario, que los docentes incluyan en su planificación diaria, actividades que centren su atención en la buena utilización del tiempo y del ocio, como elementos presentes en el ámbito educativo, que pueden ser aprovechados para mejorar su práctica educativa y afianzar la educación del tiempo libre y la pedagogía del ocio, como alternativas que contribuyan a superar esta problemática. En atención con ello Figueroa, (2008), refiere que la educación sobre el tiempo libre y ocio, es una de las formas más significativa de propiciar aprendizaje debido a que por su naturaleza lúdica, se desarrolla en ambientes de diversión, esparcimiento, entretenimiento, lo cual obviamente está relacionado con los niveles de satisfacción humana que propician niveles de atención en las formas más simples y compuestas.

De la misma manea, es importante destacar que el tiempo libre y de ocio, están relacionados con la revalorización de lo cotidiano y lo extraordinario, ya que a través de ellos las experiencias creativas, lúdicas o las vivencias de valores tales como libertad, participación, solidaridad o comunicación, serán cumplidas en pro de su bienestar biopsicosocial. Estableciendo que por ser un proceso a lo largo de la vida, el ocio evoluciona con nosotros mismo y con nuestras necesidades, capacidades y circunstancias, ya que su objetivo es aumentar las opciones, personales y comunitarias para tener experiencias en un tiempo de ocio de calidad.

En tal sentido la pedagogía del ocio y en el tiempo libre, ayudan al estudiante universitario a lo largo de su formación profesional, a despertar el interés y posibilitar la realización de actividades concretas, donde el mismo sea partícipe de su planificación y organización del tiempo libre y de ocio, lo que por supuesto le permitirá incorporar aportes significativos que apuesten a una buena utilización de este tiempo como área vital de su vida. De allí la motivación del autor por realizar este trabajo de investigación, el cual permitirá determinar la relación que existe entre la buena utilización del tiempo libre y de ocio con el rendimiento académico del Estudiante Universitario.

En relación a lo planteado, Cuenca (2004), complementa la denominación de educación del ocio señalando su conversión a los procesos de aprendizajes, de actitudes, habilidades, conocimientos, conductas y valores relacionados con la experiencia del ocio. A lo cual se puede

señalar que el ocio y tiempo libre, como parte integral de la formación permanente tiene vital importancia en la función del desarrollo del potencial humano, así como en el bienestar y calidad de vida, por tal motivo la educación en el tiempo Libre y del ocio, ubica al hombre en ambientes de aprendizajes gratificantes.

En atención con lo expresado, este estudio concreta su acción en determinar la relación existente entre la utilización del tiempo libre y de ocio con el rendimiento académico de estudiantes universitarios de la carrera Educación, en la universidad del Zulia Venezuela. Investigación que permitió medir el alcance e importancia de una adecuada utilización del tiempo libre y de ocio, a través de actividades físicas y recreativas con el rendimiento académico de estos estudiantes universitarios.

El objetivo fue determinar la relación existente entre la utilización del tiempo libre y de ocio, con el rendimiento académico de estudiantes universitarios de la carrera educación física en la facultad de Humanidades y Educación de la universidad del Zulia en Venezuela. Para el cumplimiento de este objetivo general se plantearon los siguientes específicos:

- Analizar las consideraciones empíricas que sobre el uso del tiempo libre y de ocio expresan los estudiantes de la carrera Educación, Mención Educación Física de la Facultad de Humanidades y Educación de LUZ.
- Precisar las modalidades de uso del tiempo libre y de ocio aplicadas por los estudiantes de la carrera Educación, Mención Educación Física de la Facultad de Humanidades y Educación de LUZ.
- Describir las categorías principales implicadas en el rendimiento académico estudiantil de los estudiantes de la carrera Educación, Mención Educación Física de la Facultad de Humanidades y Educación de LUZ.
- Identificar los factores determinantes en el rendimiento académico de los estudiantes universitarios de la carrera Educación, Mención Educación Física de la Facultad de Humanidades y Educación de LUZ
- Establecer la relación entre la utilización del tiempo libre y de ocio con el rendimiento académico en los estudiantes de la carrera educación, mención educación física de la facultad de Humanidades y Educación de LUZ.

## **Fundamentación teórica**

Entre las teorías que sustentan el artículo referido a la utilización del tiempo libre y de ocio con el rendimiento académico de estudiantes universitarios de la universidad del Zulia Venezuela, a continuación se establecen consideraciones sobre algunos aspectos teóricos sobre el tiempo libre y de ocio.

## Consideraciones teóricas sobre el tiempo libre y del ocio

**Definición de tiempo libre:** El tiempo libre es la forma de existencia de los fenómenos materiales fundamentales de la sociedad, donde resulta una condición necesaria para el desarrollo y cambio consecuente de la formación socio-económica como proceso histórico natural, dicha determinación suficientemente amplia acentúa la esencia de las variaciones sociales localizadas en el tiempo, por lo cual, ese tiempo puede ser incluido en cualquier ciencia social concreta. En atención a ello, el concepto de tiempo libre según Vera (1999) ha sido definido, en sus aspectos o notas distintivas a partir de un proceso lógico que, aunque enmarcado en presupuestos filosóficos y sociales esencialmente diferentes, muestra una convergencia sobre la cual pueden surgir esfuerzos comunes sobre las bases sociales donde vivimos, y en muchos casos aunque sea a escala local, aplicar modelos de actuación que conlleven el proceso de desarrollo humano en las condiciones de una creciente calidad de vida. En síntesis, el tiempo libre es aquel tiempo del cual dispone una persona, luego de atender sus necesidades u obligaciones; las cuales generalmente se dividen en, fisiológicas, familiares y sociales, dentro de las cuales se ubica el trabajo. Asimismo, el tiempo libre se muestra como un fenómeno característico de las sociedades modernas, donde la propia dinámica del trabajo ha ido restando tiempo a las actividades de producción para dar paso a espacios de tiempo utilizados de distinta manera.

**Utilización del tiempo libre:** de acuerdo con los criterios de algunos autores el tiempo libre se puede ocupar, según las modalidades siguientes:

**Tiempo libre familiar:** es el compartido con la familia, dada la importancia que tiene el empleo apropiado del tiempo libre, para tener una buena salud física y mental, y un desarrollo adecuado de la personalidad. Resulta fundamental que los padres de familia se interesen por brindar un tiempo libre de calidad a sus hijos desde temprana edad y disfrutarlo con ellos, incluyendo en dicho tiempo, actividades culturales que verdaderamente fortalezcan la relación entre padres e hijos y que, a su vez, contribuyan al auténtico desarrollo individual de los pequeños y los jóvenes.

**Tiempo libre diario:** para Ramos (2011) el tiempo libre diario es indudablemente el más importante, ya que el hombre necesita cada día ocupar de manera significativa su tiempo libre, en su accionar diario, luego de cumplir con sus obligaciones cotidianas y reencontrarse consigo mismo. Olvidando momentáneamente su problemática diaria, sintiendo satisfacción y libertad para reasumir sus tareas en la vida. Este tiempo libre es particularmente importante para todas las clases sociales, ya que el ser humano requiere diariamente ocupar su tiempo libre en actividades que le ayuden en su desarrollo biopsicosocial.

**Tiempo libre de fin de semana,** según Acosta (2012) significa mayor tiempo libre y con frecuencia algunas posibilidades económicas por el pago semanal o quincenal, permiten alcanzar

lugares y realizar actividades que favorecen la necesidad de cambio del hombre y permiten recreación familiar y comunitaria en lugares atractivos y diferentes de los ambientes de uso diario.

**Tiempo libre vacacional:** durante el tiempo libre de descanso por periodos es muy probable que durante las vacaciones, las personas se dejen llevar por la comodidad o la pereza, descansando de un modo que les exija poco esfuerzo, por ejemplo con la televisión, esto terminará generando aburrimiento y las vacaciones pasarán inadvertidas. Cuando en realidad este tiempo vacacional, debe ser recordado como una de las épocas más felices del ser humano, donde se realizan actividades fuera de lo cotidiano, por ello se dice que el tiempo libre de los hijos y familia cumple un tiempo de descanso, diversión y desarrollo.

**Tiempo extra laboral:** constituye, como promedio, aproximadamente las dos terceras partes del tiempo de la actividad cotidiana de los hombres, esto lo convierte en una importante categoría social y obliga a analizar seriamente los elementos que lo componen en su interacción. En tal sentido, un análisis de la estructura del tiempo extra laboral conduce en general a extraer de este tiempo el propio tiempo libre, aunque para muchos este es el camino que lleva al llamado concepto residual.

**Conceptualizaciones sobre recreación:** la recreación es el desenvolvimiento placentero y espontáneo del hombre en el tiempo libre con tendencia a satisfacer motivaciones psicosociales de descanso, entretenimiento, expresión, aventura y socialización. La persona que busca una estabilidad psíquica y emocional intenta unir a las satisfacciones diarias de su jornada laboral, las desarrolladas durante sus momentos de ocio y tiempo libre tanto a nivel individual como colectivo. No obstante, para Ramos (2011) la recreación tiene gran importancia desde el ámbito pedagógica, ya que desde el conocimiento común, la palabra recreación tiende a ser sinónimo de entretenimiento, entendido por ello actividades que producen placer, sin requerir imprescindiblemente compromisos, ni participación creadora alguna. El presenciar un encuentro deportivo, ir al cine, leer una revista, serian ejemplos válidos de esta visión. En cualquier caso, el elemento que define y caracteriza la actividad, es el placer que produce, independientemente de cualquier otra sustantividad, siendo para ello necesario disponer de tiempo libre para su total disfrute. De igual modo, Waichman (2010) plantea que la recreación requiere de una serie de precisiones para contextualizarla y poder seguir profundizando, desde un modelo organizativo y en un sistema, implicando la formulación y planificación de objetivos educativos con una determinada continuidad temporal, justamente por tener una intencionalidad, una temporalidad y una organización como parte del ámbito de la educación no formal. El que aprenda no es una casualidad, es una consecuencia planeada, pero no que aprenda cualquier cosa, sino determinados aspectos de la realidad con valoración pertinente; que se eduque en un modelo que permita desarrollar su libertad en relación y dependencia con todos los demás.

**Consideraciones sobre ocio:** Como primera aproximación al concepto de ocio, desde una concepción economicista, es considerado como un bien de consumo de primera necesidad. Pudiéndose establecer como medida de tiempo, equivalente en realidad al tiempo libre. A partir de los inicios del siglo XIX este tiempo libre ha ido aumentando progresivamente. En todos los países económicamente desarrollados ha tenido lugar esta reducción del tiempo de trabajo, por consiguiente el aumento del tiempo libre, se debe a cuatro factores paralelos, tales como: menos horas diarias de trabajo, disminución de los días de trabajo por semana, menos semanas de trabajo al año y menos años de trabajo. Del ocio se desprenden algunas consideraciones que son importantes y oportunas de retomar, refiriéndose a éste como un elemento inicial de carácter objetivo, de la misma manera concibe al ocio como un conjunto de ocupaciones; por el lado subjetivo plantea que el ocio está dado por la posibilidad de obrar individualmente con pleno consentimiento; y finalmente, especifica el hecho de que el ocio se manifiesta después de haberse liberado el individuo de sus ocupaciones.

### **Importancia del uso del Tiempo libre y del ocio**

En atención a esta temática, se establecen criterios sobre aspectos que forman parte de la utilización del Tiempo libre y del ocio, en la calidad de vida y en el desarrollo personal de los estudiantes universitarios, cada uno conformados por sub indicadores. En tal sentido, impulsar una cultura del tiempo libre y de ocio opuesta al modelo de consumismo en forma positiva, podrá mejorar la capacidad creativa y los niveles de participación popular, y la riqueza incalculable de la creatividad popular, razón por la cual, una cultura del tiempo libre basada en la antítesis del consumismo, favorece la creación y la participación, lo cual es fundamental para el mejoramiento de la calidad de vida del ser humano. En atención con lo planteado se hace énfasis en algunos elementos importantes para la buena utilización del tiempo libre y de ocio.

**En la calidad de vida:** en cualquier caso definir qué se entiende por calidad de vida, no es una tarea fácil, y no lo es, porque el concepto calidad de vida como cualquier otro referido a una actividad práctica social, es por naturaleza un concepto poco manejable, distintivamente elaborado en virtud, de las diferentes disciplinas científicas o desde las distintas perspectivas teóricas prácticas, que afirman distintos valores, defendiendo variados y contrapuestos intereses. Al respecto, Acosta (2012), al relacionar la calidad de vida con el tiempo libre del ser humano, expresa las características de vida cualitativas y expresan el grado como se satisfacen las demandas de carácter más complejo que no se pueden cuantificar. En tal sentido, hablar de cómo el tiempo libre, pudiese incidir de manera positiva en calidad de vida se puede hacer entre una medición, desde puntos de vista económicos, sociales, biomédicos, entre ellos fisiológicos (la salud física), o psicológicos (salud mental, sensación de bienestar, así como estrés). Sociológicos (familiares, alimentación, y por supuesto, el ejercicio físico y la recreación) como elementos para lograrlo.

**Para una vida activa:** Por vida activa, se entiende la práctica de una actividad que ponga en movimiento las diferentes partes del cuerpo y active la musculatura, el sistema circulatorio y el esqueleto, todo ello realizado con un carácter de cierta continuidad. Se habla entonces de acciones que pueden ser de carácter cotidiano como caminar, jugar con un balón en las manos, practicar cualquier deporte, adaptado o no. Es importante destacar, según acosta (2012) que las consecuencias de falta de actividad como parte de una vida activa, son múltiples, traducéndose tal situación en las respuestas del cuerpo en forma de obesidad, osteoporosis, debilitamiento muscular, estreñimiento, entre otros efectos adversos. En concreto, las personas sin una vida activa desde el punto de vista fisiológico o social y con dificultades para el movimiento de su cuerpo, puede tener consecuencias aún más significativas, ya de por sí, al tener complicaciones físicas no permiten la total movilidad, llegando a tener la persona más problemas si no se intentan utilizar de manera eficiente el tiempo libre y el ocio, en actividades de sano esparcimiento, que permitan una buena calidad de vida.

**Para la salud mental:** para Vera (2005), el realizar actividades físicas, así como deportivas, durante el tiempo libre y de ocio, permite al ser humano a través de los beneficios que brinda, mejorar su salud como mental lo cual es una restauración necesaria, para tener una buena calidad de vida. Es por ello, que el realizar actividades cotidianas, que permitan la buena utilización de su tiempo libre y de ocio, en beneficio para su mente, contrarrestaría el colapso que conlleva una serie de enfermedades psicológicas, que pudiesen incidir en una buena calidad de vida. Asimismo, Joseph (2009:76), considera la actividad física y el deporte de gran utilidad en la restauración del cuerpo y la mente, debido a que se consideran socialmente un factor de vital importancia, ya que sus beneficios van más allá de una buena salud mental, por considerarse un equilibrio entre los factores espirituales, emocionales y sociales, es por ello que una persona integralmente saludable, realiza sus actividades con mucha más eficiencia que una persona enferma.

## 2. Rendimiento Académico Estudiantil

**Definición de rendimiento académico:** el rendimiento académico es una de las variables constitutivas de la actividad académica, que actúa como eje fundamental en la calidad de un Sistema Educativo. Algunos autores definen el rendimiento académico como el resultado alcanzado por los participantes durante un periodo escolar. El rendimiento académico es producto del esfuerzo y de la capacidad de trabajo del estudiante, de las horas de estudio, de la competencia y el entrenamiento para la concentración. En otro ámbito de ideas, De Natale (1990), asevera que el aprendizaje y rendimiento escolar implican la transformación de un estado determinado en un estado nuevo, que se alcanza con la integración en una unidad diferente con elementos cognoscitivos y de estructuras no ligadas inicialmente entre sí, de igual modo refiere que el rendimiento académico es un indicador del nivel de aprendizaje alcanzado por el mismo, por ello, el sistema educativo brinda tanta importancia a dicho indicador. En tal sentido, el rendimiento

académico se puede convertir en una tabla imaginaria de medida para el aprendizaje logrado en el aula, al constituirse en el objetivo central de la educación.

**Categorías principales del rendimiento académico:** en consideración al rendimiento académico, el investigador hace énfasis, luego de la revisión de criterios de algunos autores en la identificación de las categorías principales del rendimiento académico las cuales se agrupan en cuatro tipos:

**Categorías educativas:** parecen tener más influencia en el rendimiento académico, entre ellas las variables de carácter procesual y funcional (clima escolar), frente a variables estructurales (recursos materiales). En atención a lo expresado, es importante destacar que el rendimiento académico del estudiantado universitario constituye un factor imprescindible en el abordaje del tema de la educación superior, debido a que estos indicadores permiten una aproximación a la realidad educativa. En tal sentido, en la calidad educativa se hace énfasis en el interés particular por los resultados en las calificaciones académicas de los estudiantes, cuyo estudio y análisis constituyen herramientas sólidas para construir indicadores que orienten el rendimiento académico en los alumnos, lo que indudablemente es una categoría incidente en el rendimiento académico, debido al dinamismo que experimenta en la fluidez en la transmisión de la información y los cambios acelerados en las estructuras sociales, entre estas categorías educativas se tienen:

**Clima educativo:** es uno de los principales enfoques a nivel internacional para estudiar la convivencia educativa y su relación con los resultados de la misma. En tal sentido se puede decir que el clima escolar es el conjunto de características psicosociales de una escuela, determinadas por aquellos factores o elementos estructurales y funcionales de la institución que integrados confieren un estilo propio a dicha escuela, a la vez es el condicionante de los distintos procesos educativos.

**Recursos instruccionales** son aquellos materiales o equipos, que son adaptados por el facilitador como instrumentos andragógicos, en el proceso enseñanza aprendizaje. En atención a ello, las principales estrategias y recursos instruccionales en el sistema educativo son a través de técnica y recursos utilizados para el desenvolvimiento exitoso de la acción pedagógica, es decir los recursos auxiliares que se utilizan para lograr un efectivo proceso de enseñanza aprendizaje.

**Calificaciones.** En materia de rendimiento académico en la educación superior, la mayoría de estudios son cuantitativos, con un marcado interés en el campo económico y pocas las investigaciones hacen un abordaje cualitativo del problema. No obstante, sus resultados permiten identificar categorías que favorecen o limitan el rendimiento académico, ello se refleja en promedios que obtienen durante sus estudios. Con base en ello es necesario especificar los hallazgos de los componentes asociados al rendimiento académico en estudiantes universitarios, lo cual incide en mayor o menor grado en los resultados y en las calificaciones obtenidas por los estudiantes.

**Evaluaciones:** En forma similar, Sánchez (2010) refiere la conceptualización cuantitativa sobre el rendimiento académico en los estudiantes como un factor imprescindible y fundamental,

para la evaluación de la calidad educativa en la enseñanza, convergen diferentes y complejos factores que actúan en la persona que aprende, y ha sido definido con un valor atribuido al logro del estudiante, en las tareas académicas. Por lo tanto toda acción evaluativa debe enfocarse en ciertas especificaciones técnicas, si desea responder a lo que se propone.

**Categorías Personales.** Son el primer tipo de variables a estudiar en relación con el rendimiento, se consideran las de mayor relevancia, y se presentan como relaciones moderadas y muy variables con el rendimiento académico de los estudiantes universitarios, entre estas se tienen:

**Actitud positiva:** puede definirse como la disposición o el ánimo, con el que una persona enfrenta una situación por ello al hablar de una actitud positiva, permite a afrontar lo que venga de la forma más beneficiosa, esta además condicionada por los pensamientos, por lo cual una actitud positiva ante la vida o ante una circunstancia puntual nace a partir de pensamientos positivos, es por ello que pensar con actitud positiva consiste en tratar de comprender la realidad lo mejor que se pueda, enfocándose en aquellos aspectos beneficiosos manejados eficientemente y que le permitan al estudiante avanzar, con actitud optimista.

**Autoeficacia:** es definida por García (2003), como el constructo principal para realizar una conducta entre el conocimiento y la acción, estarán significativamente mediados por el pensamiento de autoeficacia. Las creencias de autoeficacia, es decir, los pensamientos que tiene una persona sobre su capacidad y autorregulación para poner en marcha dicha conducta y que sean decisivos. Asimismo, para Carabaña (2009), la autoeficacia, o las creencias son las habilidades para tratar con las diferentes situaciones que se presentan, juega un rol importante no solamente en la manera de sentirte respecto a un objetivo o tarea, sino será determinante para conseguir o no las metas en la vida. Así mismo, el concepto de autoeficacia es un aspecto central en la psicología, que enfatiza el rol del aprendizaje observacional, la experiencia social, y el impacto en el desarrollo personal de un individuo

**Satisfacción personal:** entre las categorías personales se incluye la satisfacción personal como factor importante, cuyas interrelaciones se pueden producir en función de variables subjetivas, sociales e institucionales. En este caso, la satisfacción personal hace referencia al bienestar del estudiante en relación con sus estudios, implicando una actitud positiva hacia la universidad y la carrera. Del mismo modo, Martínez (2005) expresa que la superación de retos y la consecución de objetivos aumentan la autoestima, la autoeficacia y en general produce satisfacción, motivo por el cual la satisfacción, es considerada la categoría personal que cumple un papel importante en el desempeño académico.

**La superación de dificultades:** es entendida como el vencimiento de un obstáculo, así como el mejoramiento de cualquier actividad que la persona desarrolle en cuanto a lo profesional o en el

plano personal. La superación también es la mejora que una persona puede experimentar en sus cualidades personales. Así mismo a través de la superación, el ser humano puede enfrentar aquellas situaciones que le hayan dificultado aspiraciones o metas que se propongan en la vida.

**Categorías contextuales.** De acuerdo con Carabaña (2009), esta categoría parecen ser más contradictorios, por una parte, el nivel sociocultural parece influir de forma decisiva en el rendimiento, mientras que, por otra parte, no se encuentran relaciones y cuando se dan son muy bajas. En atención a ello, algunos estudios etiológicos más relevantes sobre el fracaso escolar, junto con otros tratan de determinar las variables que influyen en el bajo rendimiento, no son otras que las influyentes también en el rendimiento en general.

Podrían señalarse, las observaciones sobre la influencia de los sistemas educativos en el rendimiento académico suelen ser arriesgadas, y sobre ello, Castaño (2004), manifiesta que este aspecto tiene ver con la falta de adecuación contextual de los diferentes estudios, argumentando que el rendimiento no solo tiene efectos diferenciales, según un contexto determinado, sino hay que tomar en cuenta los criterios de evaluación con que se presentan los estudios, ya que su metodología condiciona los resultados.

**Categorías sociales:** la educación es un proceso social donde participan activamente los educandos, educadores, padres de familia y miembros de la comunidad, consolidando una efectiva interacción entre los actores educativos. En tal sentido, el entorno social donde se desenvuelven y viven los jóvenes universitarios es fundamental, teniendo en cuenta que esto puede incidir notablemente en el rendimiento académico de éstos, ya que la vida de cada uno de ellos, bien sea en el núcleo familiar, en el Barrio o en el medio donde, los niños o jóvenes viven, ya sea una influencia negativa o positiva, va a repercutir en su aprendizaje.

### **Factores que intervienen en el rendimiento académico**

El rendimiento académico, por ser multicausal, envuelve una enorme capacidad explicativa de los distintos factores y espacios temporales que intervienen en el proceso de aprendizaje. Por ello existen diferentes aspectos asociados al rendimiento académico, entre estos intervienen componentes tanto internos como externos al individuo. Pueden ser de orden social, cognitivo y emocional. En tal sentido Castejón y Pérez (2010) el rendimiento académico, además de ofrecer información de carácter estructural y objetivo, toman en cuenta la percepción del estudiante, respecto de factores asociados al rendimiento académico y a su posible impacto en los resultados académicos, en tal sentido, la mayoría de estudios sobre rendimiento académico se basan en una aproximación metodológica de tipo predictivo, donde se utilizan modelos de regresión múltiple, pocas veces complementados con modelos explicativos que favorecen un análisis integral de los factores asociados al rendimiento académico. Entre los cuales se tienen: factores intelectuales, psíquicos, socio ambiental, biológico y factores pedagógicos.

**Factores Intelectuales:** en estos factores, se incluyen capacidades y aptitudes, la inteligencia, y la igualdad, en estas condiciones rinde más y mejor un sujeto bien dotado intelectualmente que uno con medianos límites, por no haber llegado a conseguir un adecuado nivel de desarrollo intelectual. Por ello, que la competencia intelectual se define como la autoevaluación de la propia capacidad del individuo, para cumplir una determinada tarea cognitiva, su percepción sobre su capacidad y habilidades intelectuales, siempre va a estar relacionada con la influencia ejercida en el entorno familiar.

**Factores Psíquicos:** tienen una decisiva incidencia en el rendimiento académico de los jóvenes universitarios, entre estos destacan la personalidad, la motivación, el auto concepto y la adaptación. Es importante señalar que al existir aspectos que condicionan estos factores, se podría señalar que los fracasos educativos, se dan con mayor frecuencia en alumnos que viven con problemas emocionales y afectivos, producidos por múltiples causas y circunstancias personales, los cuales afectan su estabilidad, equilibrio y tensiones internas, traduciéndose en bajo rendimiento académico. De igual modo, existe una relación importante entre bienestar psicológico y rendimiento académico, al considerar que los estudiantes con mejor rendimiento académico muestran menos estrés y más autoeficacia, satisfacción y felicidad asociadas con el estudio y es común en aquellos estudiantes que no proyectan abandonar los estudios.

**Factores socio ambientales:** hoy día es innegable, la influencia negativa que ejercen en el rendimiento académico del estudiante los condicionantes socio ambientales que le rodean, como son: la familia, el barrio y estrato social de procedencia. De acuerdo a ello, se puede decir que un factor importante en el bajo rendimiento del estudiante universitario, en muchas ocasiones radica en los problemas socio económicos del entorno familiar, pues la mayor parte de los estudiantes, proviene de las clases bajas media y algunas zonas de bajo estrato social, y por supuesto no cuentan con los recursos económicos suficientes para cubrir las necesidades de materiales didácticos, vestimenta y transporte para el traslado de los mismos a la universidad. De acuerdo con lo expresado, los factores socioambientales son los asociados al rendimiento académico que interactúan con la vida académica del estudiante, entre estos el apoyo universitario cuyas interrelaciones se pueden producir entre sí y entre variables personales e institucionales.

**Factores biológicos:** uno de los factores individuales que afectan el rendimiento escolar son los problemas biológicos, los cuales están relacionados con la salud del estudiante, a lo cual la Organización Mundial de la Salud, refiere como el estado de bienestar físico, mental, espiritual, emocional o social, y no solamente la ausencia de enfermedades. Pudiéndose decir que la juventud es la etapa de desarrollo caracterizada por cambios físicos, psicológicos y cognoscitivos puede lograr buena salud y baja mortalidad. Razones por las cuales, esta población debido a la multiplicidad de cambios mencionados, están expuesta a situaciones de riesgo que afectan su salud, entre los que se tienen conductas sexuales de riesgo, consumo de sustancias psicoactivas como,

alcohol, tabaco y drogas, l consumo inadecuado de alimentos, falta de actividad física, abuso físico y sexual y obesidad.

En atención a criterios y percepción del autor de la investigación, el bajo rendimiento académico a nivel universitario, es más frecuente en adolescentes que fuman cigarro, beben alcohol, consumen marihuana, tienen mala relación con sus profesores y amigos, lo cual puede aislarlos socialmente, padecen desórdenes psicológicos o enfermedades físicas crónicas, tienen malos hábitos alimenticios o sobrepeso, situación observada por el autor de este estudio, quién labora en la institución objeto del estudio.

**Factores de tipo pedagógico:** otro factor que tiene mucho que ver con el rendimiento académico es el factor pedagógico donde se incluye los problemas de aprendizaje e Instrumentales para las distintas tareas de los diferentes contenidos académicos, por estar en la base de una gran parte de ellos: comprensión, rapidez lectora, riqueza de vocabulario, automatismos de cálculo y metodología. No obstante, el rendimiento académico, como un indicador de las capacidades de un educando, da cuenta de lo que ha aprendido a lo largo de su proceso formativo, supeditándolo a la capacidad que tiene para responder a los estímulos educativos. Asimismo, relacionan el factor pedagógico, como el conjunto de habilidades, destrezas, hábitos, ideales, aspiraciones, intereses, inquietudes y realizaciones que aplica el estudiante al momento de aprender.

## **Metodología**

La línea de investigación para el estudio realizado sobre la utilización del tiempo libre y de ocio en relación con el rendimiento académico del estudiante universitario, se enmarcó en el paradigma positivista, ya que emplearon métodos cuantitativos, a lo cual Cook y Richardt (2006) manifiestan que este tipo busca los hechos o causas de los fenómenos sociales, prestando escasa atención a los estados subjetivos de los individuos. Así mismo fue de tipo descriptiva, por cuanto persigue la caracterización de los procesos y hechos observados para construir asociaciones entre eventos o hechos y la variable observada. También fue correlacional, ya que se estableció la utilización del tiempo libre y de ocio, con su relación con el rendimiento académico del estudiante.

En concordancia con lo anterior, también se utilizó un diseño no experimental y de campo, porque que estuvo orientada a recolectar información relativa la utilización del tiempo libre y de ocio en su relación con el rendimiento académico del estudiante universitario, debido a que las observaciones, el desarrollo de hechos y recolección de evidencias se realizaron en el lugar preciso de la investigación, es decir en la Facultad de Humanidades y Educación Universidad del Zulia. En relación a ello, Arias (2008) señala que la investigación de campo es aquella que recolecta los datos directamente de los sujetos u objetos investigados o de la realidad donde ocurren los hechos.

Para medir las variables tiempo libre y de ocio, y rendimiento académico, se diseñó un instrumento a ser aplicado a las muestras seleccionadas, consistente en un cuestionario, para los estudiantes, conformado por, cincuenta y seis (56) ítems, con cinco alternativas de respuestas

siempre, casi siempre, algunas veces, casi nunca y nunca. Técnica para el análisis de los datos, los resultados, se organizaron en una matriz denominada “Matriz de los Resultados”. La tabulación y procesamiento de los datos recolectados, se realizó aplicando la estadística descriptiva mediante el análisis de frecuencias, porcentajes, media aritmética y desviación estándar de las alternativas seleccionadas por los estudiantes.

## Resultados

Luego de recolectada y analizada la información, sobre el uso tiempo libre y de ocio, se obtuvo que un porcentaje elevado de estudiantes valoren estos factores como muy importante, ubicándola en una media aritmética de 4,24 catalogada como muy importante, lo que refleja una alta confiabilidad en las respuestas dadas por los educandos, lo expresado se explica por el hecho que estos estudiantes son de la carrera educación física, para ellos las actividades deportivas y recreativas deben programarse, teniendo en cuenta modalidades del uso del tiempo libre y de ocio para su ejecución.

Con relación al rendimiento académico, se pudo observar que un porcentaje elevado de los estudiantes de educación física, valoran esta variable como muy importante, ubicándola en una media aritmética de 4,41, catalogada como muy importante lo que refleja al igual que la anterior variable una alta Confiabilidad en las respuestas dadas por los educandos. Observándose que para ello que los factores que intervienen en el rendimiento académico se deben tomar en cuenta durante el desarrollo de su carrera profesional.

## Conclusiones

Luego de realizar el análisis y discusión de los resultados, tomando en cuenta el objetivo general de la investigación relacionado con determinar la relación existente entre la utilización del tiempo libre y de ocio con el rendimiento académico de estudiantes universitarios, se concluyó que la mayoría de los estudiantes de educación física, valoran como muy importantes los criterios sobre tiempo libre como actividades que contribuyen a su crecimiento personal, observándose asimismo, que la sana ocupación del tiempo de ocio incide en la participación de actividades recreativas.

Del mismo modo, se pudo determinar que los estudiantes de educación física, incluyen en su acción educativa diaria, actividades recreativas y deportivas, como complemento del rendimiento estudiantil, lo que también por supuesto le ayudará a mejorar sus categorías personales y sociales en beneficio de su desarrollo integral.

Como conclusión final, se logró establecer en la relación entre la utilización del tiempo libre y de ocio, con el rendimiento académico en los estudiantes, que de acuerdo con lo expresado por los estudiantes y lo reflejado en el análisis de correlación existe una correlación positiva entre ello, ya ambas variables presentan gran significación al existir un criterio claro sobre, la importancia que el tiempo libre y de ocio bien utilizado, tienen para el rendimiento estudiantil en los estudiantes de Educación física de LUZ.

## Referencias

- Acosta, L. (2012). *La Recreación una estrategia para el aprendizaje*. Colombia. Kinesis.
- Arias, F. (2008). *Perfil del profesor de metodología de la investigación*. Caracas, Universidad Central de Venezuela. [Tesis en Línea]. Disponible: [https://www.academia.edu/25094433/perfil\\_del\\_profesor\\_de\\_metodologia\\_de\\_la\\_investigacion\\_en\\_educacion\\_superior](https://www.academia.edu/25094433/perfil_del_profesor_de_metodologia_de_la_investigacion_en_educacion_superior)
- Castejón, J. y Pérez, P. (2010). *Un modelo causal explicativo sobre la influencia de las variables psicosociales en el rendimiento académico*. Madrid: Sociedad Española de Pedagogía.
- Cuenca, L. (2004). *Tiempo y Ocio, Crítica de la Economía del Trabajo*. Colombia: U.C.E.
- Cook, T. y Reichardt, CH. (2006). *Métodos cualitativos y cuantitativos en investigación evaluativa*. Madrid: Morata.
- Carabaña, J. (2009). *El ocio y el tiempo libre desde la animación sociocultural*. Ministerio de Educación, Cultura y Deporte. Venezuela.
- Castaño, E. (2004). *Deserción estudiantil Universitaria: Una Aplicación de Modelos de duración en la Facultad de Ingeniería*. Universidad de Antioquia, Colombia.
- De Natale, M. (1990). Rendimiento escolar. En Flores, G. y Gutiérrez, I. *Diccionario de Ciencia de la Educación*. Madrid: Paulinas.
- Figueroa, J. (2008). *Educación física y recreación como actividad humana*. Barcelona: Roca.
- Joseph, C. (2009). *Educación Física, Una acción integrada*. Colombia: Coopropol.
- Martínez, Y. (2005). *Factores intelectuales psíquicos, capacidades y aptitudes como condiciones en el rendimiento académico de los jóvenes*. Buenos Aires: McGraw-Hill.
- Ramos, F. (2004). *Planificación de la Recreación Comunitaria*. Caracas: UPEL.
- Sánchez, B. (2010). *Análisis exploratorio de las variables que condicionan el rendimiento académico*. España: Universidad Pablo de Olavide.
- Vera, C. (1999) *La recreación, base fundamental para el desarrollo humano*. Maracaibo: Edufir.
- Vera, C. (2005). El niño la base fundamental del desarrollo del hombre. *Memorias XVI Congreso Panamericano de Educación Física*. Quito, Ecuador.
- Waichman, P. (2010). *Tiempo Libre y Recreación. Un desafío pedagógico*. Colombia: Kinesis.

***Los autores***

**Eddy Enrique Cabrera Acosta**

Licenciado en Educación, mención Educación Física Universidad del Zulia, Venezuela.  
Especialista en Recreación y Deporte para Todos. Universidad del Zulia.  
Magíster en Planificación Educativa.

**Feliciano Burgos Mancilla**

Candidato a Doctor en Ciencias de la Actividad Física, Recreación y Deportes (UPEL).  
Magíster en Educación. Especialista en Dirección y Administración de Centros Educativos.  
Licenciado en Educación Física, Recreación y Deportes.