

Los juegos interclases como medio para el aprovechamiento del tiempo libre

Interclass games as a means to take advantage of free time.

Resumen

Las instituciones educativas cuentan con espacios en los cuales los estudiantes están libres de obligaciones académicas, siendo los descansos, los principales de éstos. Sin embargo, en ocasiones los estudiantes pueden usar los descansos de manera negativa, ya que pueden incurrir en conductas inadecuadas o también pueden usar dicho tiempo para entablar relaciones malsanas que conduzcan a futuros problemas tanto dentro como por fuera de las instituciones. Entre las prácticas pedagógicas que se pueden implementar para remediar esta situación están los proyectos de sana convivencia. Estas prácticas pueden fortalecer la parte académica y formativa de los estudiantes, brindándole alternativas sanas para que disfruten el tiempo libre. En este estudio se presentan los resultados del proyecto interclases llevado a cabo en un colegio público del municipio de Bello. El propósito del proyecto fue brindar un espacio de sano esparcimiento para todos los estudiantes durante los descansos. Con base en la matriz FODA, se diseñó una encuesta para medir el impacto del proyecto tanto en los participantes (jugadores), espectadores, profesores, y egresados. La encuesta fue aplicada a 132 voluntarios mediante un cuestionario en Google Forms. Los principales resultados indican que el proyecto es oportuno para la sana convivencia (78%), los juegos interclases brindan la oportunidad de integrarse con el otro (81%), fortalecen la promoción del juego limpio (80%), y tienen como fortaleza el trabajo cooperativo de los participantes (84%). Se puede concluir, por lo tanto, que el proyecto interclases propuesto, ayuda en la formación de los estudiantes y les brinda elementos pertinentes que promueven la sana convivencia escolar.

Palabras clave: Juegos interclases; Práctica pedagógica; Sana convivencia; Tiempo libre

Abstract

Educational institutions have spaces in which students are free from academic obligations, breaks being the main ones. However, sometimes students can use the breaks in a negative way, since they can incur in inappropriate behaviors, or they can also use said time to establish unhealthy relationships that lead to future problems both inside and outside the institutions. Among the pedagogical practices that can be implemented to remedy this situation are healthy

coexistence projects. These practices can strengthen the academic and formative part of the students, providing healthy alternatives for them to enjoy their free time. This study presents the results of the interclass project carried out in a public school in the municipality of Bello. The purpose of the project was to provide a healthy recreation space for all students during breaks. Based on the SWOT matrix, a survey was designed to measure the impact of the project on both the participants (players), spectators, teachers, and graduates. The survey was applied to 132 volunteers through a questionnaire in Google Forms. The main results indicate that the project is opportune for healthy coexistence (78%), interclass games provide the opportunity to integrate with the other (81%), strengthen the promotion of fair play (80%), and have as strength the cooperative work of the participants (84%). It can be concluded, therefore, that the proposed interclass project helps in the training of students and provides them with relevant elements that promote healthy school coexistence.

Keywords: interclass games; pedagogical practice; Healthy coexistence; Free time.

Introducción

Las instituciones educativas cuentan con espacios en los cuales los estudiantes están libres de obligaciones académicas, siendo los descansos, los principales de éstos. Estos espacios son momentos en que los estudiantes no ven su día académico como un itinerario para asignar tiempo a una materia en particular y más bien es un espacio para emplearlo de manera personal y ajeno a lo académico (Arroyave & Catamusca, 2021).

El tiempo libre desempeña un papel crucial en las instituciones educativas ya que tiene una serie de beneficios significativos para el desarrollo integral de los estudiantes. A menudo subestimada, esta pausa en las actividades académicas formales es esencial para el bienestar emocional, social y cognitivo de los estudiantes (Moreno et al., 2021).

Uno de los principales beneficios del tiempo libre en las instituciones educativas es la recuperación y reducción del estrés por parte de los estudiantes. El tiempo libre proporciona a los estudiantes la oportunidad de desconectarse de las demandas académicas y de relajarse. Permite la recuperación física y mental, reduciendo el estrés acumulado y ayudando a prevenir el agotamiento (Fancourt et al., 2021). Otro gran beneficio del tiempo libre es el fomento de la creatividad. El tiempo libre brinda a los estudiantes la oportunidad de explorar intereses personales y actividades creativas que pueden no estar relacionadas directamente con el currículo escolar. La creatividad es esencial para el pensamiento innovador y la resolución de

problemas. Similarmente, en los espacios de tiempo libre los estudiantes desarrollan actividades autodirigidas. Durante el tiempo libre, los estudiantes pueden decidir cómo quieren emplear su tiempo y explorar actividades que les resulten más significativas. Esto fomenta el desarrollo de habilidades de autodirección, toma de decisiones y gestión del tiempo. Además, el tiempo libre puede ser usado para que el estudiante fortalezca sus relaciones sociales. El tiempo libre brinda a los estudiantes la oportunidad de interactuar con sus compañeros de manera más informal y relajada. Estas interacciones sociales contribuyen al desarrollo de habilidades sociales, a la construcción de amistades y a la formación de redes de apoyo. Finalmente, se destacan los beneficios del tiempo libre como estrategia para promover la salud mental. Participar en actividades que les gusten durante el tiempo libre puede mejorar el estado de ánimo de los estudiantes y promover una mayor satisfacción personal. También puede actuar como un mecanismo de prevención para problemas de salud mental al proporcionar un respiro del estrés académico constante.

En conjunto, el tiempo libre en las instituciones educativas es esencial para el desarrollo integral de los estudiantes. No solo contribuye al bienestar emocional y físico, sino que también fomenta habilidades y valores fundamentales que son esenciales para la vida adulta. Integrar el tiempo libre de manera efectiva en la rutina escolar puede tener un impacto duradero en la salud mental, el aprendizaje y la calidad de vida de los estudiantes (Guerrero et. al., 2023).

Por otro lado, los espacios de tiempo libre en las instituciones educativas pueden enfrentar desafíos como la falta de supervisión adecuada, lo que puede dar lugar a comportamientos inadecuados (Rose, 2019). Además, la falta de actividades significativas puede causar aburrimiento y distracción. La desigualdad en la participación puede llevar a la exclusión social. También, la tecnología en exceso podría desconectar a los estudiantes. Sin un enfoque equilibrado, el tiempo libre puede desperdiciarse en lugar de promover el bienestar y el desarrollo personal. Es fundamental abordar estos problemas para garantizar que el tiempo libre sea enriquecedor y positivo para todos los estudiantes (Sævarsson et al., 2017).

Propósito y motivación del estudio

Con el fin de generar espacios sanos de aprovechamiento de tiempo libre, se creó un proyecto de aprovechamiento de tiempo libre, para ser implementado en una institución educativa pública del municipio de Bello, Antioquia.

Este proyecto sirve para generar una sana convivencia mediante interacciones guiadas que promuevan emociones positivas en los descansos. Para ello se apuesta a los juegos

interclases como una alternativa, como una apuesta a la posible canalización de emociones centradas en una acción que en este caso es a los juegos interclases. Estos juegos por sí solos no tienen el impacto pretendido sino se implementan en ellos elementos que fortalezcan la sana convivencia como el juego limpio y la apuesta por el auto juzgamiento en el juego. Todo ello para generar una acción pedagógica que condicione los juegos interclases como un medio para generar sanas interacciones en el descanso. Por ejemplo, en los espectadores una acción de observar un fenómeno deportivo de equipo en el que el juego, y el respeto por la norma sea los que centren su atención. En el jugador su responsabilidad por accionar el juego limpio y su auto juzgamiento y lectura del juego. Esta práctica pedagógica, surge de lo antes mencionado, además de la realización de un ejercicio escrito que se realizó con los grados en el área de Educación física. Se planteó varias preguntas abiertas relacionadas con el proyecto de tiempo libre y su línea específica de la importancia de los juegos interclases en la sana convivencia. Se plantearon varias preguntas de respuesta abierta y cerrada, como, por ejemplo:

¿Te gustan los juegos interclases? ¿Por qué? ¿Qué significa para ti la sana convivencia? ¿Qué importancia tiene la sana convivencia en los descansos? ¿Los juegos interclases contribuyen a la sana convivencia? ¿Por qué? ¿Qué le complementarias a los juegos interclases como medio para fortalecer la sana convivencia en los descansos?

Partiendo de este taller surge la relevancia e implementación del juego limpio y la apuesta del auto juzgamiento como elementos que enriquecen los juegos interclases como un medio para apostarle a la sana convivencia.

Este artículo tiene dos propósitos. Primero sistematizar y divulgar el proyecto educativo cuyo fin fue el de utilizar de manera proactiva el tiempo libre. Dicho proyecto se llevó a cabo en el contexto de “juegos interclases” realizados durante el horario de descanso. Segundo, en este estudio se evaluó la eficacia de la estrategia mencionada. Dicha evaluación se llevó a cabo mediante una encuesta basada en la matriz FODA (fortalezas, oportunidades, debilidades y amenazas).

Fundamentos teóricos

En esta sección se describen los fundamentos teóricos de los principales elementos tenidos en cuenta en la creación del proyecto propuesto. Así pues, se presentan las definiciones consideradas para los conceptos de práctica pedagógica, proyecto de tiempo libre, juegos interclases, y matriz FODA.

Prácticas pedagógicas

La práctica pedagógica se concibe como enfoques educativos respaldados por teorías educativas reconocidas. Estas teorías guían la planificación y ejecución de la enseñanza, considerando estilos de aprendizaje, desarrollo cognitivo y socioemocional (Giroux, 2020). Las teorías constructivistas, por ejemplo, promueven la construcción activa del conocimiento por parte de los estudiantes. Las teorías socioconstructivistas resaltan el aprendizaje colaborativo. El enfoque centrado en el estudiante, como en la pedagogía Montessori, prioriza la autonomía. La pedagogía crítica cuestiona y busca transformar desigualdades. Fundamentar la práctica en estas teorías mejora la efectividad educativa al ajustarse a las necesidades y contextos únicos de los estudiantes (Ladson, 2021).

Aprovechamiento del tiempo libre

Un proyecto de utilización de tiempo libre se basa en la creación de actividades significativas y variadas para los participantes, fomentando el desarrollo personal, social y creativo (Moreno et al., 2021; Rose, 2019). Está guiado por objetivos claros que promueven el bienestar, la inclusión y el aprendizaje informal. Se enfoca en equilibrar actividades recreativas, educativas y sociales, adaptadas a los intereses y necesidades de los participantes. La planificación cuidadosa, la colaboración con expertos y la retroalimentación constante son esenciales. La supervisión adecuada y la evaluación regular garantizan que el proyecto cumpla su propósito de proporcionar un espacio enriquecedor donde los participantes puedan crecer y disfrutar de su tiempo libre.

Juegos interclases

Los juegos interclases se fundamentan en la pedagogía activa y el aprendizaje experiencial. Inspirados en teorías del constructivismo social y la psicología educativa, promueven la colaboración, la competencia sana y el desarrollo integral de los estudiantes. Basados en la teoría del juego, fomentan habilidades sociales, resolución de conflictos y trabajo en equipo. También siguen la teoría de la motivación intrínseca, donde la participación voluntaria y el disfrute enriquecen el aprendizaje (Buckley & Lee, 2021). Al mezclar actividad física, competencia y diversión, los juegos interclases ofrecen oportunidades para aplicar

conceptos teóricos en situaciones reales, cultivando habilidades sociales y emocionales de manera lúdica.

Matriz FODA

La matriz FODA (Fortalezas, Oportunidades, Debilidades y Amenazas) se basa en el análisis estratégico de una situación o entidad. Refleja la perspectiva de la teoría de sistemas al evaluar factores internos (fortalezas y debilidades) y externos (oportunidades y amenazas) (Pickton & Wright, 1998). Los fundamentos derivan de la planificación estratégica y la gestión organizacional. Aborda la idea de que un entendimiento profundo de los elementos internos y externos permite tomar decisiones informadas y desarrollar estrategias efectivas. La matriz FODA proporciona una estructura para identificar áreas de mejora, capitalizar ventajas competitivas y gestionar riesgos en diversas disciplinas, desde los negocios hasta la educación y más allá.

Trabajos relacionados

El estudio de Forsberg et al. (2022) llevó a cabo un análisis para comprender mejor el clima escolar y qué procesos sociales abordan los alumnos. El análisis exploró las perspectivas de los alumnos sobre el clima escolar con atención en cómo perciben sus tiempos de descanso. El estudio se basó en 29 entrevistas de grupos focales con alumnos de dos escuelas públicas en los grados 1–9. La teoría fundamentada constructivista guio la recopilación y el análisis de datos. Los hallazgos revelaron cómo el recreo era un indicador de cómo los alumnos percibían su ambiente escolar, pero sus percepciones eran dinámicas.

Similarmente, en un estudio llevado a cabo por Acevedo (2020), se evaluó, mediante encuestas, el uso del juego y la recreación para el aprovechamiento del tiempo libre durante la cuarentena por COVID-19. En un grupo de tercero de primaria se implementaron estrategias pedagógicas compuestas por sesiones de actividades extracurriculares basadas en actividad física y actividades lúdicas para el aprovechamiento del tiempo libre en época de pandemia. Como resultado de las encuestas aplicadas frente al grado de satisfacción con dichas actividades se presentó un buen grado de satisfacción por parte de los estudiantes intervenidos. Este trabajo permite dar nociones de lo relevante que es el aprovechamiento del tiempo libre (descansos) a través de la implementación de la actividad física.

Mosquera y Bueno (2016) llevaron a cabo un estudio sobre ambientes lúdicos en los descansos escolares de una institución educativa en Pereira, Colombia. El estudio se centró en la conducta de los estudiantes en los descansos pedagógicos, arrojando como resultado que en estos espacios escolares no existían ambientes lúdicos y su necesidad primordial se centraba en hacer un uso adecuado del tiempo libre. En este escenario predominaba una rutina excesiva y adictiva en el manejo de los aparatos tecnológicos, la falta de intercomunicación entre los estudiantes, y la falencia de actividades lúdico-recreativas, limitando a los estudiantes de movimiento, integración, y socialización. De esta forma el estudio reporta la pertinencia de implementar actividades dirigidas en los horarios del descanso que permitan reorientar ese tiempo a través de los juegos interclases.

Finalmente, en un artículo publicado por Pabón y Fernando (2018) se presentaron los detalles de un proyecto en colegio privado ubicado Pamplona, Norte de Santander, Colombia. Previo al proyecto, se había detectado un sinnúmero de interacciones que implican una serie de conflictos debido a la utilización inadecuada del tiempo libre y la utilización inadecuada de los espacios. Por lo tanto, el propósito de este proyecto fue el de implementar los juegos interclases como medio para minimizar el tiempo que los estudiantes utilizaban en el descanso para actividades inadecuadas. Al final del proyecto, los autores concluyeron que se logró mejorar el trabajo cooperativo y el uso adecuado y organizado de los espacios de la institución en los descansos.

Descripción del proyecto

La Institución Educativa Centenario de Bello está ubicada en el municipio de Bello, Antioquia. La institución cuenta con los grados escolares de preescolar a once y tiene una población de aproximadamente 2.200 estudiantes. La institución cuenta con dos sedes, Institución Educativa Centenario de Bello, para bachillerato y la Sede Santa Rita, para primaria. El contexto socioeconómico de los estudiantes es principalmente de estratos 1 y 2 y en términos generales, el colegio está integrado por estudiantes que viven en el sector Santa Rita, del municipio de Bello y Zamora, del municipio de Medellín.

El proyecto pedagógico comenzó mediante una idea informal desde hace siete años, basada en la interacción de los estudiantes en los descansos. Sin embargo, con motivo del trabajo de investigación de la maestría del autor de este artículo, el proyecto fue repotenciado para adaptarse a las necesidades actuales de la institución. Así pues, este estudio puede interpretarse como un espacio de reflexión en torno al proyecto. El proyecto se ha convertido

más que en una actividad extracurricular, en una práctica pedagógica con enfoque formativo y académico, que se incluye dentro de una práctica que impacta la comunidad.

El proyecto de “Aprovechamiento de tiempo libre”, consiste en una serie de juegos interclases, que se implementa como alternativa de sano esparcimiento en los momentos de descanso. Estos juegos hacen referencia a campeonatos de “microfútbol” con cinco integrantes por cada equipo. Se ha elegido este deporte, ya que es el deporte que más cantidad de participantes atrae en la institución. Similarmente, se han realizado diversas entrevistas a los estudiantes, y siempre se ha determinado que los campeonatos de microfútbol son los ideales para la realización del proyecto, no solo por el interés de los participantes, sino también por la infraestructura física de la institución.

Históricamente, la actividad de los juegos interclases genera interacciones en los diferentes momentos del juego entre los diferentes actores implicados (jugadores, espectadores, y docentes, todos ellos pertenecientes a la comunidad educativa). Es importante aclarar, que hasta el momento el proyecto solo se ha implementado en la sede de bachillerato de la institución. Así pues, esta práctica pedagógica es implementada bajo una serie de acciones, momentos que requieren ser mencionados y así entender su dinámica y propósito.

En primera instancia se da inicio con las inscripciones por grupos, grados, en dos momentos o periodos en el año, el primero una vez comenzado el año escolar y el segundo, una vez se retorna de las vacaciones de mitad de año. Así pues, el desarrollo de los juegos tiene igualmente dos momentos: primer semestre (entre febrero y junio) y segundo semestre (entre julio y noviembre).

Posterior a inscripciones de los diferentes grupos y grados se realiza congreso técnico para tratar temas de juego limpio y reglas de comportamiento en la actividad. Se escucha propuesta por parte de los jugadores que van al congreso técnico que se realiza una vez y se define que tipo de evento quieren, si es como un mundialito o una copa libertadores. Después se define el número de equipos y qué grados se agrupan para darle marcha a la dinámica del evento acorde a lo establecido en esa charla técnica. La charla técnica es guiada por el investigador de este artículo, quien es además el creador original del proyecto y docente del área de educación física de la institución. Posterior a la charla técnica se programa la inauguración de los juegos interclases, en donde lo más relevante de este acto inaugural es el juramento del deportista como compromiso al juego limpio. También el encendido de la llama de los juegos a cargo de un estudiante que se haya destacado por su desempeño en los juegos anteriores. Se finaliza el evento, con presentaciones artísticas que generan dinámica y participación estudiantil y el partido de exhibición que se da en ese acto inaugural.

Metodología

Este estudio, tiene como propósito principal identificar el impacto de los juegos interclases como medio para el aprovechamiento del tiempo libre. Para el desarrollo del estudio, se tomo como base los participantes del primer semestre del año 2023. Se realizó un seguimiento desde el principio a fin de los juegos (en junio de 2023) y al finalizar este periodo se entregó a los participantes una encuesta mediante la cuál se pretendía identificar el impacto de los juegos en cada uno de ellos.

Previo a la inauguración de los juegos interclases se llevaron a cabo un evento de suma importancia: la reunión técnica de juego limpio. Esta reunión se llevó a cabo con los capitanes de los equipos, quienes recibieron una capacitación de una hora aproximadamente. Dicha reunión tuvo como propósito el conocimiento del manual del juego limpio y la implementación general del auto juzgamiento. Una vez capacitados, los capitanes son los encargados de difundirlo entre sus compañeros de equipo y en su grupo de clase, ya que ellos son parte de esta dinámica ya sea como jugadores o espectadores.

Todos los participantes (jugadores, espectadores, y docentes) deben conocer el juego limpio tanto dentro como fuera de la cancha. Además, también se refuerza dichos elementos dentro de la clase de educación física como parte del currículo tanto teórica cómo en la práctica. Adicionalmente las carteleras de exposición de los temas del juego limpio y el auto juzgamiento son medios para difundir los reglamentos en la comunidad educativa.

Una semana después de la reunión de juego limpio, se llevó a cabo la ceremonia inaugural, en la cual se incluyó el juramento de buen comportamiento y respeto en los juegos interclases. Posteriormente, se llevaron a cabo los juegos interclases, los cuales finalizaron en el mes de junio. En el acto de clausura, se premió a los equipos participantes y se realizó un resumen de todo lo que se había logrado durante la temporada.

Instrumentos

Una vez culminados todos los eventos, se eligió un total de 132 participantes entre jugadores, espectadores, profesores, egresados, e invitados, para contestar una encuesta con relación a su percepción con los juegos. Esta es una encuesta tipo Likert con puntaje de 1 a 7 en donde “1” indica totalmente en desacuerdo y “7” totalmente de acuerdo (Jebb, 2021). La encuesta se diseñó con base en los lineamientos de la matriz FODA. Así pues, se propusieron 20 preguntas se buscaba encontrar la percepción en cuanto a las fortalezas, oportunidades,

debilidades, y amenazas al proyecto de aprovechamiento de tiempo libre (cinco preguntas por cada componente). Específicamente, la encuesta se orientó hacia la pertinencia de los juegos interclases como mediador de la sana convivencia. También se empleó la observación continua, interacciones verbales con los diferentes participantes, con otros docentes de educación física, y con otros investigadores.

Población

Los encuestados son población constituida por estudiantes, docentes, egresados y comunidad general de la institución. Participaron 25 egresados, 3 docentes, 1 rector, 2 invitados, 40 estudiantes espectadores, y 61 estudiantes jugadores activos.

Procedimiento

La encuesta se entregó a los participantes en formato virtual, mediante un documento de *Google Docs*. Se abrió una ventana de respuesta de la encuesta desde el 15 de junio hasta el 30 de junio. Aunque el enlace para participar en la encuesta se entregó a todos los participantes, a la fecha de corte se recibieron solo 132 respuestas, que son una muestra representativa para identificar los elementos que se están investigando. Posteriormente, se recopilaron los datos y se procedió a su análisis matemático, haciendo uso de las propiedades de *Google Docs* y *Microsoft Excel*. Para este proyecto, se hizo una conversión en porcentajes de los valores de la escala tipo Likert, dándole un valor a cada porcentaje, así: 0-29%, Muy bajo; 30-59%, Bajo; 60-79%, Bien; 80-89%, Muy Bien; 90-100%, Excelente.

Resultados y discusión

Cabe recordar que este estudio tiene dos propósitos. Primero, la sistematización y divulgación del proyecto, lo cual se ha realizado mediante la descripción de este en las secciones previas de este artículo. Segundo, la evaluación de la eficacia de la estrategia como elemento para promover el aprovechamiento del tiempo libre y la sana convivencia. En esta sección, se muestra los resultados de la encuesta, con relación al segundo propósito del estudio.

La Figura 1 presentan cuatro imágenes con diversos momentos de los juegos. La Figura 1 (a), presenta una charla previa a un juego, entre una profesora colaboradora y los estudiantes que posteriormente jugarán el partido. La Figura 1 (b), corresponde a la actividad de calentamiento, previo al partido. La Figura 1 (c), presenta una acción dentro del partido, y

finalmente, la Figura 1 (d), presenta otra acción del partido, con el público en la parte posterior.



Figura 1 Momentos de la actividad: (a) Charla técnica; (b) Calentamiento; (c) Jugada del partido; (d) juego con público.

La Tabla 1 presenta las preguntas realizadas en la encuesta y el porcentaje alcanzado por cada una de ellas. Igualmente, en la última columna presenta la valoración asignada a cada pregunta, según la guía de valoración propuesta.

Tabla 1

Resultados de la encuesta

#	Pregunta	Promedio	%	Valoración
1	¿Los juegos interclases motivan a los participantes?	5.69	81%	Muy bien
2	¿La cantidad de participantes en los juegos interclases es adecuada alta?	5.46	78%	Bien
3	¿El comportamiento de los participantes en los juegos interclases es adecuado?	5.64	80%	Muy bien
4	¿Los juegos interclases generan alegría en los participantes?	5.68	81%	Muy bien
5	¿Qué tan oportunos son los juegos interclases para la sana convivencia?	5.46	78%	Bien
6	¿Qué tan oportuno son los juegos interclases para generar alegría en la comunidad educativa?	5.79	83%	Muy bien
7	¿Los juegos interclases brindan	5.69	81%	Muy bien

8	oportunidad de integrarse con el otro? ¿Los juegos interclases generan oportunidad de interactuar amistosamente con el otro?	5.64	80%	Muy bien
9	¿El juego en equipo en los juegos interclases fortalece la sana convivencia escolar?	5.68	81%	Muy bien
10	¿Son pertinente las normas en los juegos interclases como fortaleza para la sana convivencia?	5.20	74%	Bien
11	¿El juego limpio es una fortaleza de los interclases?	5.60	80%	Muy bien
12	¿El juego en equipo fortalece el trabajo cooperativo de los participantes?	5.79	83%	Muy bien
13	¿Los juegos interclases son ayudan a que los participantes usen el tiempo de manera adecuada?	5.36	77%	Bien
14	¿Los juegos interclases favorecen las relaciones interpersonales	5.79	83%	Muy bien
15	¿El ambiente sano en la convivencia escolar se ve fortalecido por los juegos interclases?	5.36	77%	Bien
16	¿Los juegos interclases evitan las malas interacciones en la convivencia escolar?	5.68	81%	Muy bien
17	¿Los juegos interclases promueven el compañerismo?	5.36	77%	Bien
18	¿Los juegos interclases promueven el respeto hacia las reglas y hacia los demás?	5.79	83%	Muy bien
19	¿Los juegos interclases me ayudan a fortalecer mi auto control?	5.68	81%	Muy bien
20	¿Considero que los juegos interclases debe seguir desarrollándose en la institución?	5.79	83%	Muy bien

Los resultados del proyecto entre los 132 encuestados indicaron una valoración total de 5.61%, lo que corresponde a 80% de satisfacción, traduciéndose a una valoración de “Muy bien”. Los resultados son significativos y permiten identificar que los juegos interclases desempeñan un papel fundamental en la promoción de la sana convivencia y el buen uso del tiempo libre en entornos educativos. Estos eventos deportivos y recreativos permiten a los estudiantes de diferentes grados y niveles interactuar, competir y colaborar de manera constructiva.

Entre los principales beneficios del proyecto, se encuentra la promoción de la convivencia. Según las indicaciones de los participantes, los juegos interclases fomentan la interacción entre estudiantes que normalmente no interactuarían en su rutina diaria. Esta

interacción mejora, según el estudio de Arroyave y Catamuscay (2021) las relaciones interpersonales, la empatía y la comprensión entre compañeros de diferentes edades y grados.

Similarmente, el trabajo en equipo se ha visto fortalecido por el proyecto. La participación en equipos y la colaboración en los juegos interclases enseñan a los estudiantes la importancia de trabajar juntos para lograr objetivos comunes. Esto refuerza habilidades esenciales para la vida, como la comunicación efectiva y la resolución de conflictos.

Se destaca igualmente, las bondades del proyecto para promover el respeto y *fair play*. Los juegos interclases promueven los valores de respeto mutuo y juego limpio. Los estudiantes aprenden a competir de manera justa, a respetar las reglas y a aceptar tanto la victoria como la derrota con dignidad. En este sentido, también se debe destacar el respeto por la diversidad y tolerancia. La diversidad de participantes en los juegos interclases refuerza la tolerancia y la apreciación de las diferencias individuales (Guerrero et. al., 2023). Los estudiantes aprenden a valorar la diversidad cultural, física y de habilidades.

Finalmente, se evidencia que mediante el proyecto se ha logrado promover un uso positivo del tiempo libre. Participar en los juegos interclases brinda a los estudiantes una alternativa constructiva para utilizar su tiempo libre en lugar de actividades menos saludables, lo cual, según manifestado en previos estudios (Moreno et al., 2021; Rose, 2019), contribuye a su bienestar físico y mental.

Todos los beneficios mencionados han sido manifestados, no solo por los jugadores activos, sino por la comunidad académica en general. En los resultados de la encuesta no se hizo distinción del rol de participante, ya que algunas muestras, tales como docentes, directivos, e invitados, fue muy pequeña, lo cual generaría sesgos en la interpretación de la valoración. Sin embargo, los valores promedios, obtenidos al evaluar el total de la población, dan muestra de los sentimientos positivos que manifiestan todos los participantes. Los resultados del presente estudio son similares a aquellos obtenidos en trabajos previos relacionados (Acevedo, 2020; Forsberg et al., 2022; Mosquera & Bueno, 2016; Pabón & Fernando, 2018) y dan muestra de la importancia de este tipo de proyectos para promover la sana convivencia escolar el buen uso del tiempo libre.

Conclusión

Este proyecto tuvo como fin demostrar la pertinencia de los juegos interclases como un medio, una práctica pedagógica para fortalecer la sana convivencia escolar. Para este propósito se desarrolló un proyecto de aprovechamiento de tiempo libre, en el marco de la estrategia

“juegos interclases”. Estos juegos fueron regulados bajo una serie de parámetros de elementos, normas, principios de convivencia aplicables a cualquier evento deportivo. Posteriormente, se evaluó la eficacia de los juegos mediante una encuesta la cual fue aplicada a jugadores, espectadores, docentes, directivos, egresados, e invitados. Los resultados de esta encuesta indican que en general, la comunidad académica tiene una valoración de “Muy bien”, sobre los juegos interclases. Se concluye, por lo tanto, que los juegos interclases pueden promoverse como medio para el aprovechamiento del tiempo libre y deben seguir ejecutándose en esta y otras instituciones educativas.

Referencias

- Acevedo, J. L. (2020). El juego y la recreación para el aprovechamiento del tiempo libre en tiempos de cuarentena (Doctoral dissertation, Corporación Universitaria Minuto de Dios).
- Arroyave, A., & Catamusca Castillo, M. D. L. Á. (2021). Escuela intercultural: Lineamientos curriculares para el aprovechamiento del tiempo libre por medio de procesos recreativos y deportivos en comunidades indígenas del municipio de Tuluá (Bachelor 's thesis, Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deporte).
- Buckley, P., & Lee, P. (2021). The impact of extra-curricular activity on the student experience. *Active Learning in Higher Education*, 22(1), 37-48.
- Fancourt, D., Aughterson, H., Finn, S., Walker, E., & Steptoe, A. (2021). How leisure activities affect health: a narrative review and multi-level theoretical framework of mechanisms of action. *The Lancet Psychiatry*, 8(4), 329-339.
- Forsberg, C., Hammar Chiriac, E., & Thornberg, R. (2022). “I think we have a good time if there are no disputes”: pupils’ dynamic perspectives on being on breaktime. *Educational Studies*, 1-17.
- Giroux, H. (2020). *Critical pedagogy* (pp. 1-16). Springer Fachmedien Wiesbaden.
- Guerrero, C. O. B. García, E. J. D., Olaya, H. A. (2023) Proyecto de tiempo libre. Institución Educativa Departamental Rural La Plazuela–Cogua. Cundinamarca.
- Jebb, A. T., Ng, V., & Tay, L. (2021). A review of key Likert scale development advances: 1995–2019. *Frontiers in psychology*, 12, 637547.
- Ladson, G. (2021). Three decades of culturally relevant, responsive, & sustaining pedagogy: What lies ahead?. In *The Educational Forum* (Vol. 85, No. 4, pp. 351-354). Routledge.
- Moreno, S., Trinidad, A., Alcaraz, N., & Borrás Catala, V. (2021). Neither studying nor working: free time as a solution?. *Journal of Youth Studies*, 24(7), 977-993.

- Mosquera, E., & Bueno, H. (2016). *Ambientes Lúdicos en los Descansos Escolares de la Institución Educativa Combia*. Fundación Universitaria los Libertadores, Colombia.
- Pickton, D. W., & Wright, S. (1998). What's swot in strategic analysis?. *Strategic change*, 7(2), 101-109.
- Pabón, S., & Fernando, S. (2018). *Aprovechamiento del tiempo libre en los descansos, implementando el fútbol de salón como herramienta para el mejoramiento del juego limpio y cooperativo de los estudiantes de secundaria de la institución educativa provincial san José*.
- Rose, J. (2019). *Free time*. Princeton University Press.
- Sævarsson, E. S., Svansdottir, E., Sveinsson, T., Asgeirsdottir, T. L., Arngrimsson, S. A., & Johannsson, E. (2017). Organized leisure-time sport participation and academic achievement in preadolescents. *Scandinavian journal of public health*, 45(8), 861-868.