

**NECESIDADES DE FORMACIÓN EN LA POBLACIÓN UNIVERSITARIA DE LA
CIUDAD DE POPAYÁN, EN ASPECTOS RELACIONADOS CON EL DEPORTE,
LA RECREACIÓN Y LA ACTIVIDAD FÍSICA.**

**UBER JULIÁN BATERO CUÉLLAR
GERARDO ANDRÉS CERTUCHE GUZMÁN
ROMER ANDRÉS BADOS CAMPOS**

**LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS EN EDUCACIÓN
FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTE.
FACULTAD DE CIENCIAS NATURALES, EXACTAS Y DE LA EDUCACIÓN
DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTE
UNIVERSIDAD DEL CAUCA**

2009

**NECESIDADES DE FORMACIÓN EN LA POBLACIÓN UNIVERSITARIA DE LA
CIUDAD DE POPAYÁN, EN ASPECTOS RELACIONADOS CON EL DEPORTE,
LA RECREACIÓN Y LA ACTIVIDAD FÍSICA.**

**UBER JULIÁN BATERO CUÉLLAR
GERARDO ANDRÉS CERTUCHE GUZMÁN
ROMER ANDRÉS BADOS CAMPOS**

**DIRECTOR:
MAG. JESÚS MARÍA PINILLOS GARCÍA**

**LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS EN EDUCACIÓN
FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTE.
FACULTAD DE CIENCIAS NATURALES, EXACTAS Y DE LA EDUCACIÓN
DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTE
UNIVERSIDAD DEL CAUCA**

2009

Nota de aceptación

Director: _____

Mag. Jesús María Pinillos García

Jurado: _____

Esp. Eruin Alonso Sánchez

Jurado: _____

Lic. Julián Andrés Agredo Cuaspud

Fecha de sustentación: Popayán, septiembre 7 de 2009

DEDICACIÓN

*A Dios, nuestras madres y padres
Por ser un apoyo incondicional en cada
Momento de nuestras vidas.*

*A nuestros maestros mil gracias
Por sus enseñanzas,
Que han hecho de nosotros mejores
Personas.*

*A nuestros amigos y amigas
Que han estado allí en momentos felices y difíciles
De nuestra vida universitaria y personal.*

AGRADECIMIENTOS

A la universidad del Cauca y al departamento de Educación Física, recreación y deporte, por habernos acogido Y hacer de nosotros unos profesionales con una visión social.

A las universidades Antonio Nariño, Cooperativa de Colombia, Nacional Abierta y a Distancia UNAD, Fundación Universitaria de Popayán, Colegio Mayor, Institución Universitaria Tecnológica de Comfacauca y Universidad del Cauca, por abrirnos sus puertas para la realización De esta investigación.

A los profesores, compañeros y amigos Que de una u otra forma contribuyeron a que Esta investigación se hiciera realidad.

TABLA DE CONTENIDO

	PAG.	
1.	INTRODUCCIÓN	1
2.	AREA PROBLEMICA	2
3.	ANTECEDENTES	4
4.	OBJETIVOS	7
4.1.	OBJETIVO GENERAL	7
4.2.	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	7
5.	MARCO TEÓRICO	8
5.1.	Formación como referente pedagógico	8
5.2.	Necesidades del ser humano	10
5.2.1.	Necesidad de salud corporal	11
5.2.2.	Necesidad de ocio	11
5.3.	Dimensiones del ser humano	13
5.3.1.	Dimensión lúdica	13
5.3.2.	Dimensión corporal	15
5.4.	La cultura física: referente disciplinar	16
5.4.1.	Cultura física	16
5.4.1.1.	Deporte	20
5.4.1.2.	Recreación	22
5.4.1.2.1.	Juego	24
5.4.1.2.2.	Ocio	26
5.4.1.3.	Actividad física	27
6.	METODOLOGÍA	29
6.1.	Enfoque de investigación	29
6.2.	Tipo de estudio	29
6.3.	Población	30
6.4.	Muestra	31

6.5.	Recolección y análisis de datos	32
6.5.1.	Instrumento para la recolección de datos	32
6.5.2.	Validación del instrumento	33
6.5.3.	Instrumentos para el análisis de datos	33
6.6.	Sistema de hipótesis y variables	33
6.6.1.	Hipótesis	33
6.6.2.	Variables	34
7.	ANÁLISIS ESTADÍSTICO	35
7.1	Prácticas deportivas de la población universitaria de la ciudad de Popayán	35
7.1.1.	Interpretación de resultados	37
7.2.	Necesidades de formación que se satisfacen con la práctica del deporte	38
7.2.1.	Interpretación de resultados	40
7.3.	Prácticas recreativas de la población universitaria de la ciudad de Popayán	42
7.3.1.	Interpretación de resultados	44
7.4.	Necesidades de formación que se satisfacen con las prácticas recreativas	45
7.4.1.	Interpretación de resultados	47
7.5.	Prácticas de actividad física de la población universitaria en la ciudad de Popayán.	48
7.5.1.	Interpretación de resultados	51
7.6.	Necesidades de formación que se satisfacen con las prácticas de actividad física.	51
7.6.1.	Interpretación de resultados	53
8.	CONCLUSIONES	55
8.1.	Conclusiones generales	55
8.1.1.	Prácticas deportivas de la población universitaria de la ciudad de	55

	Popayán	
8.1.2.	Prácticas recreativas de la población universitaria de la ciudad de Popayán	56
8.1.3.	Prácticas de actividad física de la población universitaria de la ciudad de Popayán	56
8.2.	Conclusiones relacionadas con la hipótesis	57
9.	RECOMENDACIONES	60
10.	REFERENTE BIBLIOGRÁFICO	61

LISTADO DE TABLAS

	PÁG.
Tabla 1. Población universitaria	30
Tabla 2. Muestra por universidades	32
Tabla 3. Porcentajes por género	36
Tabla 4. Porcentaje de aporte del deporte a las necesidades humanas	39
Tabla 5. Porcentaje prácticas recreativas por géneros	42
Tabla 6. Porcentaje de aporte de la recreación a las necesidades de humanas	45
Tabla 7. Porcentaje de actividad física por género	49
Tabla 8. Porcentaje aportes de la actividad física a las necesidades de humanas	52
Tabla 9. Población en relación a las necesidades ítems encuesta.	58
Tabla 10. Relación de las necesidades con los aportes de los encuestados	59

LISTADO DE GRÁFICAS

	Pág.
Gráfica 1. Deportes practicados	36
Gráfica 2. Deportes practicados mujeres	37
Gráfica 3. Deportes practicados hombres	37
Gráfica 4. Necesidades a las que el deporte aporta	39
Gráfica 5. Necesidades a las que el deporte aporta mujeres	40
Gráfica 6. Necesidades a las que el deporte aporta hombres	40
Gráfica 7. Actividades recreativas practicadas	43
Gráfica 8. Actividades recreativas practicadas mujeres	43
Gráfica 9. Actividades recreativas practicadas hombres	44
Gráfica 10. Necesidades a las que la recreación aporta	46
Gráfica 11. Necesidades a las que la recreación aporta mujeres	46
Gráfica 12. Necesidades a las que la recreación aporta hombres	47
Gráfica13. Actividades físicas practicadas	49
Gráfica 14. Actividades físicas practicadas mujeres	50
Gráfica 15. Actividades físicas practicadas hombres	50
Gráfica 16. Necesidades a las que la actividad física aporta	52
Gráfica 17. Necesidades a las que la actividad física aporta mujeres	53
Gráfica 18. Necesidades a las que la actividad física aporta hombres	53

RESUMEN

La presente Investigación hace parte de un macroproyecto que pretende la creación de un “programa de formación en deporte, recreación y acondicionamiento físico”, inscrito en el Grupo de Investigación "Epistemología e Historia de la educación Física, la recreación y el Deporte – HIERDE -". Por tanto, esta investigación se articula a tal propósito en la ciudad de Popayán, específicamente en las Instituciones universitarias de la ciudad.

Acogiéndonos a los momentos planteados en el macroproyecto, este trabajo investigativo corresponde al primero de ellos, en el cual se busca reconocer las necesidades de formación en aspectos relacionados con el deporte, la recreación y la actividad física.

La investigación fue realizada desde su diseño hasta la elaboración del informe final, entre los años 2007 y 2009. Esta es una investigación de carácter cuantitativo, el tipo de estudio es exploratorio descriptivo. La población que hizo parte de la investigación estuvo conformada por administrativos, docentes y estudiantes de universidades de la ciudad, de la cual se tomó una muestra y se le aplicó el instrumento de recolección de datos, que en este caso fue la encuesta.

El análisis de la información, por su parte, se realizó mediante un proceso de sistematización de datos, posteriormente se realizó un análisis de tipo estadístico, el cual permitió formular unas conclusiones tanto generales y otras con relación a la hipótesis.

Los hallazgos permitieron develar que las prácticas deportivas, recreativas y de actividad física, satisfacen prioritariamente las necesidades de ocio y salud corporal.

1. INTRODUCCIÓN

La sociedad Colombiana al hacer parte del contexto Latino Americano, se reconoce como un país que se encuentra en un proceso de transformación o cambio y la educación juega un papel vital como soporte en la construcción de la nueva sociedad en la cual todos sus miembros deben sentirse comprometidos.

Al proponer la creación de un “programa de formación en el deporte, la recreación y la actividad física”, pretendemos desde la educación no formal generar espacios para una sana ocupación del tiempo libre en la población de Popayán, en los campos del deporte, la recreación y la actividad física, para así contribuir al desarrollo integral y social de las personas.

La Universidad del Cauca y el Departamento de Educación Física, recreación y deporte han desarrollado un papel importante con el programa de Actividad Física Formativa, dentro de la comunidad universitaria, no obstante el departamento actualmente no ofrece a la población payanesa cursos de capacitación en deporte, recreación y actividad física.

El proyecto de investigación “Necesidades de formación de la población universitaria de la ciudad de Popayán en aspectos relacionados con el deporte, la recreación y la actividad física”, busca realizar un diagnóstico con el fin de reconocer las necesidades que se satisfacen con la práctica del deporte, la recreación y la actividad física. En tal sentido hace parte de la primera fase, del macro proyecto “programa de formación en el deporte, la recreación y la actividad física”, al igual que el estudio de factibilidad liderado por otro equipo de trabajo.

Este proyecto pretende realizarse desde el enfoque cuantitativo, integrando los tipos de estudio exploratorio y descriptivo.

2. AREA PROBLÉMICA

Dentro del desarrollo de una población se deben tener en cuenta entre otros aspectos la educación, la salud, las oportunidades laborales, el deporte, la recreación y la actividad física en general. Después de realizar una revisión de los trabajos de grado de pregrado del Programa de Licenciatura en Educación Básica con Énfasis en Educación Física, Recreación y Deporte en el Departamento de Educación Física, de la Universidad del Cauca, no se encontraron investigaciones relacionadas con las necesidades de la población universitaria de la ciudad de Popayán en cuanto al deporte, la recreación y la actividad física.

La investigación más próxima a este tipo de diagnóstico es el macroproyecto “identificación de factores condicionantes de las enfermedades crónicas no transmisibles del adulto en la población escolarizada de 6 a 18 años en el municipio de Popayán (cauca, Colombia) del cual se desprende el proyecto denominado “caracterización de algunos aspectos de la condición física de los escolares entre las edades de 6 a 18 años, matriculados en la instituciones educativas de la ciudad de Popayán”, el cual se ha realizado en las Instituciones Educativas: Sintrafec y el Instituto Académico Artístico del cauca, Inca de la ciudad de Popayán. Y esta en desarrollo en otras instituciones tales como: Gabriela Mistral, José Eusebio Caro, liceo Bello Horizonte, entre otras.

Las teorías de la administración y la didáctica han mostrado la importancia de realizar evaluaciones iniciales o lo que es denominado también, como diagnóstico, prueba de entrada, contextualización, caracterización, entre otros. Ello debido a que de esta manera se pueden realizar planes, programas y proyectos, más acordes con las necesidades de la población.

De acuerdo a lo mencionado anteriormente se formula la siguiente pregunta que orienta la investigación:

“¿Cuáles son las necesidades de formación en aspectos relacionados con el deporte, la recreación y la actividad física de la población universitaria de la ciudad de Popayán?”.

De la problemática ya establecida nacen algunas subpreguntas como:

- ¿Cuáles son las prácticas relacionadas con el deporte, la recreación y la actividad física, que realiza la población universitaria de la ciudad de Popayán?
- ¿Cuál es la relación entre las prácticas que se realizan y las necesidades que se satisfacen?

3. ANTECEDENTES

Para la realización de este trabajo investigativo nos vimos en la necesidad de buscar investigaciones anteriores que estuvieran relacionadas con nuestra idea, tanto a nivel internacional, nacional, regional y local. Lo que logramos encontrar sobre este tipo de trabajos fue muy poco, pero retomamos algunos que de una u otra forma nos contribuyeron al buen desarrollo de este trabajo investigativo.

Internacional.

Proyecto: Estudio de factibilidad de un proyecto piloto de oferta turística cultural integrada en una comunidad de la región este de la República Dominicana.

Realizado por el Centro de Investigación y Formación en las artes escénicas Afro-Antillanas, 1997

Con este estudio se buscaba conocer la aceptabilidad que tendría crear un proyecto de tipo turístico en una zona específica de República Dominicana, es un estudio de factibilidad y nos permite retomar de allí pautas para la realización de un estudio de este tipo.

Nacional.

“funciones psicológicas de la práctica deportiva en estudiantes de pregrado de la Universidad Pedagógica y Tecnológica de Colombia con sede en Tunja”

Realizado por magíster Rodolfo Hernando Alarcón Neira, Escuela de Educación Física, Facultad de Educación, Universidad Pedagógica y Tecnológica de Colombia con sede en Tunja, 1990.

Este trabajo se realizó con el propósito de proponer el deporte como alternativa terapéutica e igualmente los problemas propios de la personalidad de la sociedad actual. La tarea de esta investigación fue averiguar las funciones del deporte y su efectividad, como también justificar su inmenso valor educativo a nivel superior.

Esta investigación se relaciona con la nuestra, debido a que se utilizó una población similar y se vincula con un ítem concreto de nuestra investigación como lo es el deporte, otro aporte es el tipo de instrumento de recolección de datos, como lo es la encuesta descriptiva exploratoria.

“Estudio de factibilidad para el desarrollo de programas de educación física, recreación y deporte en el barrio Belén, sector San Bernardo y las playas”

Realizado por: Margarita María Roldan Moncada y Lina María Valencia Rivera. Licenciadas en Educación Física, de la Universidad de Antioquia. 2006.

Este trabajo se realizó con la idea de crear un programa de educación física, recreación y deporte en un sector de la ciudad de Medellín en el departamento de Antioquia, con este estudio se buscaba conocer la aceptabilidad que tendría la creación de este programa en esa comunidad y de esta manera poder saber si era factible o no que allí se implementara.

Este proyecto se relaciona con lo que se busca desarrollar en la ciudad de Popayán, por ese motivo creemos que es conveniente que nos basemos en puntos que allí se encuentran tales como: la metodología que se usó para llevar a cabo la investigación, la cual fue cuantitativa de tipo exploratorio, creemos conveniente también retomar aspectos como los objetivos, algunos referentes

bibliográficos, y el formato de la encuesta, aclarando que se contextualizará a lo que nosotros pretendemos.

Local.

“Creación de un gimnasio para la Universidad del Cauca”

Por: Héctor Miguel Agudelo Ordóñez y Nairo Burbano Sánchez. 2000.

Este proyecto se realizó con el objetivo de implementar un gimnasio para la comunidad universitaria, para ello tuvieron que realizar una investigación cuantitativa de tipo exploratorio – descriptivo, donde el instrumento de recolección de datos fue la encuesta.

Viendo que nuestro trabajo utiliza la misma metodología y el mismo mecanismo para la recolección de datos, creemos que nos va ser de mucha ayuda en la elaboración y desarrollo de esta investigación.

4. OBJETIVOS

4.1. Objetivo general:

Identificar las necesidades de formación de la población universitaria de la ciudad de Popayán que se satisfacen con las prácticas relacionadas con el deporte, la recreación y la actividad física.

4.2. Objetivos específicos:

- Caracterizar las prácticas relacionadas con el deporte, la recreación y la actividad física, que realiza la población universitaria de la ciudad de Popayán.
- Establecer la relación entre prácticas que se realizan y las necesidades que se satisfacen.

5. MARCO TEORICO

En esta investigación es importante tener claridad sobre las dimensiones que conforman el ser humano y más concretamente la dimensión corporal y la lúdica, las cuales están directamente relacionadas con la Recreación, el Deporte y la actividad física (Cultura Física). Cada una de estas dimensiones atiende unas necesidades, por tal motivo se hace necesario también profundizar sobre este concepto, enfatizando en las necesidades que emergen de la dimensión corporal y lúdica.

Posteriormente se hará referencia al concepto de formación, debido a que este desde el punto de vista pedagógico, tiene como objeto atender las dimensiones y necesidades del ser humano. Después se hará alusión al concepto de Cultura Física, el cual según la revisión bibliográfica encierra dentro de sus componentes el Deporte, la Recreación y la actividad física. Finalmente se precisaran con la ayuda de la teoría los componentes e indicadores que dan cuenta de las necesidades relacionadas con las dimensiones corporal y lúdica.

5.1. Formación Como Referente Pedagógico

La formación como uno de los objetos de estudio de la pedagogía se constituye dentro de la investigación en un concepto de importancia; debido a que se pretende identificar las necesidades relacionadas con la dimensión corporal y la lúdica de la población universitaria de la ciudad de Popayán, para ello inicialmente se precisará el concepto de formación y su relación con las necesidades y las dimensiones del ser humano.

La formación no sólo podemos tomarla como el simple hecho de asistir a la escuela y recibir conocimientos, sino que abarca otros campos que contribuyen a

la humanización de las personas; de tal manera Ferry (1990, p.50) hace alusión al concepto de formación como: “un proceso de desarrollo y de estructuración de la persona que lo lleva a cabo bajo el doble efecto de una maduración interna y de posibilidades de aprendizajes, de reencuentros y de experiencias”.

La formación son procesos permanentes de aprendizaje por medio de los cuales el ser humano adquiere capacidades que le permiten su desarrollo individual y social durante el transcurso de la vida, a partir de la constante interacción con el mundo.

En este mismo sentido Rafael Flórez citado por Bravo Molina (2002, p.1) dice que:

(...) La formación es lo que queda, es el fin perdurable; a diferencia de los demás seres de la naturaleza, "el hombre no es lo que debe ser", como decía Hegel, y por eso la condición de la existencia humana temporal es formarse, integrarse, convertirse en un ser espiritual capaz de romper con lo inmediato y lo particular, y ascender a la universalidad a través del trabajo y de la reflexión filosófica, partiendo de las propias raíces.

Teniendo en cuenta estos dos conceptos se puede afirmar que la formación es el fin primordial de la existencia del ser humano, no se restringe a un ente formador, sino que existen muchos espacios que se constituyen en procesos que contribuyen al fortalecimiento de las diferentes dimensiones del ser humano de manera consciente e inconsciente, de esta forma se transfiere y adquieren particularidades de los contextos en los cuales interactúa.

5.2. Necesidades del ser humano

Como se deriva de lo anterior, en los procesos de formación se generan diversidad de necesidades que están directamente relacionadas con las dimensiones del ser humano. Estas según Max Neef (1986, p.26), son entendidas como “un sistema en el que ellas se interrelacionan e interactúan. Simultaneidades, complementariedades y compensaciones, son características propias del proceso de satisfacción de las necesidades.” Donde estos tres aspectos particulares se requieren para el proceso de satisfacción de estas, a través de diferentes satisfactores.

Según Max Neef (1986, p.42) podemos catalogar las necesidades como: necesidades de subsistencia, protección, afecto, entendimiento, participación, ocio, creación, identidad y libertad. Es así como con este proyecto se pretende identificar desde la teoría formal aspectos relacionados con las necesidades de “Subsistencia y Ocio” según Max Neef citado por Duque y Escobar (2006. p.3) o en términos de Nussbaum, citada por Gough (2007, p.192) “Salud corporal y Juego”, y a partir de éstas, reconocer si la población universitaria de la ciudad de Popayán satisface estas necesidades cuando realiza prácticas de actividad física, deporte y recreación, o que otras satisfacen.

Con el objeto de tener un marco teórico específico que sirva de referencia para el reconocimiento de estas necesidades, se optó por retomar la concepción de necesidad de ocio según Max-Neef citado por Duque y Escobar (2006. p.3) y la necesidad de salud corporal según Nussbaum citada por Gough (2007, p.192).

5.2.1. Necesidad de Salud corporal

Para abordar el concepto de salud corporal propuesto por Nussbaum se retoma inicialmente lo expresado por Barcala (2007, p.1) frente al concepto de salud, “concepto que implica el bienestar físico, mental y social”. Es decir abarca al ser humano en todas sus dimensiones es por ello que se deben promover estilos de vida saludable que contribuyan a mejorar la calidad de vida de las personas. La cual es entendida según la Red de la Actividad física de las Américas (s.f.) como “los atributos de salud individual percibidos y valorados, como la sensación de bienestar, habilidad de mantener buenas funciones físicas, emocionales, intelectuales y la habilidad de hacer satisfactoriamente parte de un contexto social”.

Esta concepción de salud es complementaria con las intenciones del concepto de formación, objeto de estudio de la pedagogía, relacionados con el ofrecimiento de alternativas para atender las distintas necesidades del ser humano.

En este sentido, la promoción de la salud está influenciada también, según Prieto y Nistal, (2003. p.1), citando a Dishman, y Cols. “Por la práctica de una actividad física regular, estable y moderada, que ayuda a mejorar tanto la salud física como la psicológica”, esto debido a que a través de la práctica del ejercicio físico se puede lograr la prevención del sedentarismo, integrándola como un hábito de vida saludable para mejorar la calidad de vida de las personas.

5.2.2. Necesidad de ocio.

Abordando el concepto de necesidad de ocio según Max Neef, citado por Duque y Escobar (2006. p.3) retomamos el planteamiento de Tavares (2001, p.1) citando a Cuenca

Cuando hablo de ocio no me refiero a la mera diversión, el consumo material, el ocio pasivo o la simple utilización del tiempo libre. Aludo a un concepto de ocio abierto a cualquier perspectiva presente y futura, pero al mismo tiempo, entendido como marco de desarrollo humano y dentro de un compromiso social

Se puede decir que el ocio desde sus distintas manifestaciones debe permitir que la vivencia de este sea gratificante, divertida y placentera, y desde aquí considerarlo como una necesidad para el desarrollo humano y que dicho ocio contribuya positivamente en la sociedad.

En este mismo sentido Cuenca citado por Tavares (2001, p.1) dice:

Me interesa la vivencia del ocio en cuanto experiencia enriquecedora, gratuita y solidaria. Experiencia necesaria de la naturaleza humana, que nos permite restablecer el equilibrio físico y psíquico y nos abre las puertas a la creatividad, la imaginación, la utopía, la contemplación y el altruismo

Además de las manifestaciones planteadas, el ocio se puede considerar como una experiencia ineludible en el ser humano, el cual permite a la persona estar en armonía corporal, permitiendo explorar diversas capacidades del ser humano.

Tavares (2001, p.1) dice que:

Si se analizara cualquier sociedad, grupo humano o vida personal, se encontrarían siempre actividades relacionadas con el ocio. Desde este planteamiento, parece posible pensar que el ocio a través de sus diferentes manifestaciones puede ser asumido como una necesidad humana, dado por

supuesto que aquellas experiencias vividas como libres, placenteras y gratificantes son necesarias para una buena vida humana.

El ocio es inherente al ser humano ya que muchas de las actividades que se realizan en la vida cotidiana se pueden relacionar con las distintas manifestaciones del ocio, las cuales aportan en pro de la mejora de la calidad de vida de las personas, por lo tanto se puede considerar como una necesidad humana.

5.3. Dimensiones del ser humano.

Las necesidades, según teorías del desarrollo humano, están relacionadas directamente con las dimensiones del ser humano, según Roldan (1997) son las siguientes: Erótico afectiva, cognitiva, orgánico madurativa, productivo laboral, lúdica, política, lingüístico comunicativa y ético moral, se considera que las necesidades objeto de ésta investigación tienen que ver con procesos de formación relacionados con la dimensión “físico madurativa y lúdica” Roldan (1997) o “corporal y lúdica” según el Ministerio de Educación Nacional de Colombia (2000).

5.3.1. Dimensión lúdica

Para ampliar lo relacionado con las necesidades de ocio, Max Neef citado por Duque y Escobar (2006. p.3) y juego, Nussbaum (s.f.), se aborda la dimensión lúdica la cual es relacionada por muchos autores con esta.

Según Sánchez (s.f. p.6) la dimensión lúdica es aquella en la cual la persona “se divierte y al mismo tiempo aprende y se relaciona con su entorno”. Donde se puede incluir las diversas actividades que la persona realiza para su diversión, sin

embargo se considera comprender el contexto en el cual se desarrolla, de tal forma que se disfrute y se adquieran conocimientos del mismo.

Esta dimensión del ser humano es considerada por algunos autores como una necesidad humana es el caso de Fullea (2003, p.1) que dice que esta necesidad está presente desde el momento que se nace y se mantiene durante toda la vida.

Si en la infancia el juego contribuye a la formación física e intelectual, durante la adolescencia, la juventud y la adultez, tiene como misión esencial reafirmar aspectos que definen la personalidad y la posibilidad de enfrentar y resolver los retos que plantea la vida.

Esta dimensión permite el desarrollo de capacidades que posibilitan a la persona afrontar diversas situaciones y tener una perspectiva y reflexionar para la toma de decisiones, que conlleven a la resolución de problemas de la vida cotidiana.

Continuando con Fullea (2003, p.1) este considera que la dimensión lúdica “debe brindar alternativas para una sana recreación con actividades de contenido educativo, en el tiempo libre. Y de esta manera contribuir a que las personas se alejen de los vicios de la sociedad.” Esta dimensión propicia entonces educación para el buen uso del tiempo libre, lo que hace que las personas tengan espacios de sano esparcimiento, y al mismo tiempo el alejamiento de conductas que atenten contra la estabilidad social y por último contribuir a la formación integral de las personas.

Finalmente el Instituto de Estudios Ambientales de la Pontificia Universidad Católica del Perú (2007, p.2) nos dice que la dimensión lúdica es la que permite el “equilibrio físico y psíquico” de las personas, contribuyendo en su desarrollo

humano. Esta dimensión busca que la persona tenga un desarrollo en todo su ser y no solamente en un aspecto.

5.3.2. Dimensión corporal

La dimensión corporal hace parte de una de las dimensiones del ser humano al lado de la cognitiva, la ética, estética, comunicativa, social, erótico-afectiva, entre otras. Estas atienden diferentes necesidades del ser humano en contextos tales como el social, laboral, familiar, recreativo, ambiental, salud, entre otros, con el fin de propiciar procesos de formación durante todas las etapas del desarrollo humano.

Tomando en cuenta los lineamientos curriculares para el área de la Educación Física, la Recreación y el Deporte Ministerio de Educación Nacional M.E.N. (2000), la dimensión corporal debe ser entendida como “un concepto que se fundamenta en el cuerpo y sus relaciones”, esto es, decir que el cuerpo puede ser considerado como el eje principal del ser, lo que le permite interactuar consigo mismo y su entorno. Es por ello que abordar esta dimensión también implica la relación que existe entre “cuerpo y sociedad”, es así, como cada grupo social le da una connotación al cuerpo desde sus diferentes manifestaciones culturales, lo cual hace que ese grupo social sea reconocido.

Profundizando en el concepto de dimensión corporal ésta “comprende la experiencia, significaciones y conceptos de la realidad corporal del ser humano, a partir de las acciones motrices y sus relaciones con diversos aspectos individuales y colectivos de la existencia.” M.E.N (2000). Es decir la dimensión corporal fundamentada desde estos tres aspectos se configura desde el concepto de cuerpo biológico, teniendo en cuenta el movimiento humano no sólo desde su

parte mecánica, sino como un movimiento significativo (acción) y las demás dimensiones del ser humano.

5.4. La Cultura Física: Referente Disciplinar

En esta investigación se toma como referencia disciplinar la Cultura Física, una de las ciencias encargadas de atender entre otras, las necesidades relacionadas con la salud corporal y el ocio, por medio del estudio de prácticas como la actividad física, el deporte y la recreación, en la cual se han generado productos orientados al mantenimiento y la recuperación de la salud física o corporal, la prevención del sedentarismo, la promoción de la salud, la sana convivencia y el uso adecuado del tiempo libre, entre otros.

Se considera apropiado retomar el discurso de la cultura física, porque en éste se integran diferentes campos del saber que han tomado como objeto de estudio estas necesidades humanas.

5.4.1. Cultura Física

Desde las posturas de autores cubanos entre ellos O'Farril (2001, p.2) la cultura física es entendida como: "una ciencia que rige las leyes generales y la dirección del desarrollo y perfeccionamiento físico del ser humano por medio de los ejercicios físicos". Según lo expresado por la autora, por medio del ejercicio físico y su perfeccionamiento se busca atender básicamente la necesidad de la salud corporal.

Sin embargo desde la cultura física se aporta a la necesidad de ocio o juego, como se deja entrever en los componentes de esta: "Educación física, actividad

física masiva, Cultura física terapéutica / rehabilitación, Recreación física / Turismo y Deporte”. O’Farril (2001, p.1).

En este punto es necesario precisar que si bien se utiliza el concepto de físico, este no es estudiado desde un solo punto de vista, sino que es alimentado desde diferentes espacios del saber cómo se expresa a continuación: “La teoría de la cultura física es una ciencia que se forma a partir de los resultados de las ciencias sociales y de las ciencias biológicas” O’Farril (2001, p.1). Tengamos en cuenta que las ciencias sociales estudian los comportamientos de las sociedades y sus relaciones, de otra parte las ciencias biológicas estudian la integralidad biológica de los seres vivos; de esta manera se puede decir que la cultura física es abordada desde la interdisciplinariedad con el fin de profundizar en el conocimiento de la actividad física y la comprensión del ser humano desde ésta.

Si bien la autora cubana aporta unos componentes de la cultura física, existen otros autores como es el caso de Borda (2006, p.126), que también nos aportan otra clasificación de componentes de la cultura física tales como: “Educación Física, el Deporte, la Recreación y la Danza”.

Podríamos decir que para delimitar el discurso de la cultura física apoyados en Castellanos y López (2003), esta tiene como objetos de estudio “el cuerpo, la cultura y el movimiento”, los cuales son estudiados, entre otros, por campos disciplinares como la recreación, la educación física y el deporte. Que han contribuido al desarrollo y crecimiento tanto individual como colectivo de las personas, ayudando a la construcción de un ser social.

Según Cagigal (1979, p.24), “(...) el hombre seguirá viviendo toda su existencia no solo en el cuerpo, sino con el cuerpo y, en alguna manera, desde el cuerpo y a través del cuerpo (...)”. Según el autor no podemos desconocer el cuerpo como un

todo, ya que a través de él se percibe, se vive y se expresan todas nuestras vivencias como seres corpóreos, y el hombre expresa todas estas manifestaciones a través del cuerpo.

Las personas conciben el mundo en el cual viven y se desarrollan desde los inicios de la vida a través de los sentidos, que le ayudan a comprender su entorno. Desde el inicio de nuestra vida es importante estimular los sentidos para tener una concepción de cuerpo y movimiento, que nos ayuden a tener una conciencia corporal.

Según Gil (1998, p.1), La cultura física es el campo disciplinar que estudia las diferentes manifestaciones del cuerpo en movimiento dentro de las expresiones corporales de un individuo o grupo social. Para ampliar lo que se entiende por manifestaciones del cuerpo en movimiento, el autor se apoya en Manuel Sergio, quien entiende la cultura física como los:

(...) usos y costumbres, creencias, el lenguaje, las tradiciones, la música, la danza, los patrones de comportamientos, etc. -y sea, por eso, el vehículo transmisor de una de las formas, de conducta motora que van a dar originalidad a las Actividades Corporales de un pueblo (...)

Según el autor todas las manifestaciones del individuo o de un grupo social que son expresadas mediante su conducta corporal y a la vez son fuentes de saber que le dan identidad a su pueblo se pueden considerar como cultura física.

De otro lado y relacionado con el propósito de esta investigación Calero y Fernández (2007, p.1.). Opinan que: “La cultura física está sometida en la actualidad a influencias externas relacionadas con la variabilidad de las necesidades individuales, grupales y sociales”. Es decir que para identificar las necesidades donde se tengan en cuenta algunos de los componentes de la cultura

física es necesario realizar un reconocimiento del contexto sociocultural de la población que se verá beneficiada. Debido a los diversos factores que intervienen en cada individuo y grupo social en el cual se está inmerso a la hora de buscar el medio por el cual satisfacer sus necesidades lúdicas y físicas.

El Plan de Desarrollo para el Deporte Universitario en Colombia (1999, p.53) define la cultura física como:

el proceso de desarrollo, mejoramiento y estabilización de las capacidades, aptitudes, actitudes y deseos motrices de los individuos por medio de la práctica de las actividades deportivas y recreativas y del correcto aprovechamiento del tiempo libre, que permitan consolidar la forma de SER, SENTIR, PENSAR y ACTUAR, basadas en el movimiento como un proceso de acción participativa y dinámica que FACILITE ENTENDER LA VIDA COMO UNA VIVENCIA DE POSIBILIDADES, DE DISFRUTE, DE LA CREATIVIDAD, DE SOCIALIZACIÓN.

El deporte y la recreación siendo componentes de la cultura física, se convierten en procesos que facilitan la formación integral del ser humano a partir del movimiento con sentido, que posibilitan espacios de interacción.

Después de haber estudiado las diferentes posturas de diversos autores sobre la cultura física, se puede definir esta como: Ciencia que estudia el movimiento corporal del ser humano en un ámbito social, y le da las pautas generales para lograr el perfeccionamiento físico, tomando como base el ejercicio físico, y en la cual su objeto de estudio se basa en la perfección del movimiento en el individuo a partir de una planificación organizada y sistematizada de la actividad física.

Una vez estudiado lo referente a la cultura física, donde diferentes autores indican algunas áreas de conocimiento que la integran tales como la Educación física, el deporte, la recreación, la actividad física, la rehabilitación, la cultura, la danza, el movimiento entre otros. Se abordaran desde esta propuesta investigativa las áreas del deporte, la recreación y la actividad física.

5.4.1.1. Deporte.

Como se mencionó con anterioridad por O’Farril (2001) y Borda (2006), el deporte puede ser considerado como uno de los campos del saber que hacen parte de la Cultura Física. Se trata de una institución social que se ha masificado, de tal manera que se ha convertido en un fenómeno que hace parte del desarrollo integral de las comunidades y marca un momento histórico dentro de estas, además de promover y reflejar los valores vigentes de las personas.

P. Bourdieu, citado por Rodríguez (2002, p.1), dice:

Practicar deporte significa establecer una relación particular con el cuerpo: en este sentido podría hablarse de un cuerpo deportivo. Así, creo conveniente revisar la muy difundida noción de que en la educación física y el deporte se educa a través del movimiento: si bien no creo que deba abandonarse esta idea, no debe omitirse el papel de la educación del y para el movimiento como elementos claves de un modo de ser corporal en un contexto social e histórico concreto. El análisis del movimiento -y con él, del cuerpo- es inseparable del análisis de las condiciones materiales en la que una sociedad se desarrolla.

El deporte es movimiento, pero dicho movimiento debe tener un sentido; el deporte no es solo moverse, sino que implica una acción motriz, que contribuye al desarrollo integral del individuo o grupo de individuos y está determinado por el contexto social.

Dentro de las diversas definiciones que se le han dado al deporte es conveniente resaltar otras que contribuyen al desarrollo de esta investigación.

Según Cagigal, citado por Hernández (1994, p.14), el deporte “es divertimento liberal, espontáneo, desinteresado, en y por el ejercicio físico entendido como

superación propia o ajena, y más o menos sometido a reglas”, frente a esta definición se destaca al deporte como práctica espontánea, es decir algo que se realiza desde la motivación intrínseca de la persona, también como un medio de superación propia, ya que le permite a la persona conocer sus posibilidades físicas y psicológicas y de esta manera irse superando.

Söll, citado por Hernández (1994, p.15), para quien el deporte

Es una actividad libre y sin objeto, pero realizada sistemáticamente y según reglas determinadas: una actividad de la totalidad hombre, de movimiento corporal ejercido en competición y en colectividad que primariamente sirve para la ejercitación y educación del cuerpo, pero finalmente tiene presente la formación de toda la personalidad.

Se comparte con Söll la idea de que el deporte es libre y permite la formación integral de la persona y se retoma a Hernández cuando dice que las reglas en el mundo actual en el concepto de deporte, pueden ser entendidas estas; como aquellas que determinan en gran medida su estructura y su lógica interna.

Y finalmente se extrae la definición que en cuanto al deporte aporta Hernández (1994, p.15), “una situación motriz de competición, reglada, de carácter lúdico y institucionalizada”.

El deporte es un concepto que asume múltiples definiciones incluso que pueden abarcar el concepto de cultura física, pasando por el de recreación entre otros.

De acuerdo a todo lo mencionado se concluye que el deporte es un tipo de acción educativa prevalentemente física de carácter competitivo e

institucionalizado, con unas reglas determinadas, que contribuye a la formación integral de las personas.

5.4.1.2. Recreación

Como se mencionó con anterioridad por O'Farril (2001) y Borda (2006), la recreación puede ser considerada como uno de los campos del saber que hacen parte de la Cultura Física.

El ser humano para hacer uso del tiempo libre, y atender de esta manera su necesidad de ocio, ha creado espacios que le permiten realizar actividades que sean de su agrado y le permitan fortalecerse en su desarrollo como individuo y ser social, dentro de un determinado contexto. Es en este punto donde entra a jugar un papel de suma importancia la recreación, debido que esta ha tenido un reconocimiento como una práctica social, que intenta dar respuesta a esta necesidad, relacionada generalmente con la dimensión lúdica.

Sin embargo en la teoría no existe un acuerdo sobre la denominación del campo de saber encargado de esta necesidad, esta asume nombre de conceptos como el de ocio, lúdica, juego, tiempo libre y recreación sin diferenciarlos claramente.

La recreación se puede considerar como un conjunto de actividades que propician el disfrute y gozo transitorio tanto individual como grupal, dentro de un contexto social, y se desarrolla regularmente dentro del tiempo libre de las personas Gerlero, (2005, p.1). Según la autora, la recreación es el conjunto actividades que le permiten a la persona sentir placer con su realización, tanto en lo personal como en lo colectivo, este placer que se manifiesta no es duradero, se

da sólo en el tiempo que dure la actividad, y le permite hacer buen uso de su tiempo libre.

En otra concepción sobre la recreación que tiene el departamento de educación y deporte y recreación de la universidad Industrial de Santander Colombia (2008), esta es entendida como:

(...)mediadora de procesos de desarrollo humano, significa comprenderla desde sus beneficios en cada una de las dimensiones de desarrollo de los seres humanos, (...) las practicas recreativas son entendidas como complementarias a los procesos de aprendizaje y desarrollo cultural y como una herramienta para romper con los círculos de pobreza (...)

Según esta concepción la recreación contribuye en los procesos de socialización e integración de los individuos dentro de un grupo social, permite complementar y facilitar los procesos de aprendizaje relacionados con las dimensiones que conforman al ser humano; tales como lo ético, lo afectivo, lo social, lo político, lo religioso, etc. De esta manera contribuye al reconocimiento y crecimiento cultural de las comunidades.

De otro lado la recreación “ha tenido un proceso de evolución y reconocimiento como necesidad y practica social de expresión (...)” como se dice en los lineamientos curriculares del área de la educación Física, la Recreación y el Deporte Ministerio de Educación Nacional, (2000), es decir que desde las políticas gubernamentales se ha visto la necesidad de reconocer a la recreación como una actividad que hace parte del desarrollo integral de las personas dentro de un contexto cultural. Además se continua diciendo en estos lineamientos que la recreación es un espacio para complementar las actividades habituales de las personas, el cual posibilita la expresión y creatividad, que en otros espacios se dificultan Ministerio de Educación Nacional, (2000). Según ello la recreación

facilita el desarrollo de la persona como un sujeto con múltiples manifestaciones, que puede expresar de manera espontánea y creativa, las cuales lo ayudan a construirse como un ser social.

Por su parte se puede considerar la recreación también como un “proceso de acción participativa y dinámica” INEF Madrid, citado por Duarte (2008), es decir que la persona experimente y disfrute de actividades que lo involucren socialmente con sus pares, de forma activa, todo esto con miras a una mejor calidad de vida.

Tomando en cuenta las diferentes posturas planteadas sobre la recreación se considera pertinente hacer un aporte frente al concepto de recreación, la cual se podría definir como: un tipo de acción educativa libre, orientada prevalentemente al uso adecuado y el disfrute del tiempo libre; con el fin de contribuir a la formación integral de las personas.

Algunos conceptos relacionados con la recreación y que se considera de importancia retomar son:

5.4.1.2.1. Juego.

El concepto juego ha sido abordado desde distintas posturas, entre las cuales hay similitudes, pero no se encuentra una que diga en sí que es juego. Es por ese motivo que se retomaran diferentes autores para intentar dar un acercamiento al concepto.

Cagigal citado por Ramírez (2006, p.1) define juego como: "una acción libre, espontánea, desinteresada e intrascendente que, saliéndose de la vida habitual, se efectúa en una limitación temporal y espacial conforme a determinadas reglas,

establecidas o improvisadas (...)"'. Se puede decir que el juego es una actividad con ciertas reglas, que la persona escoge libremente, la cual se realiza con fines de esparcimiento en su tiempo libre y le pueden generar momentos de placer, y cuyo fin es salir de la monotonía.

Según Skliar (2000, p.1) el juego es:

Actividad diferenciada del mundo habitual, desarrollada en un espacio y en un tiempo determinados, portadora de legalidades y reglas propias distintas a las del mundo corriente. El jugar es una actividad simbólica (se desarrolla siempre en el plano de un "como si...") y absolutamente libre, en cuanto a la elección y el deseo del jugador: no se puede jugar por obligación. El juego se ubica en un plano intermedio entre la fantasía y la realidad.

El autor dice que el juego es una actividad que nos libera del mundo corriente, la cual posee sus propias reglas y la cual le permite al jugador crear alrededor del juego un mundo diferente al habitual, en el juego no se participa por obligación, el deseo de jugar es libre y espontáneo.

Skliar (2000, p.1) dice que el juego en su práctica nos ayuda a construir la historia de una sociedad determinada, el juego puede ser un reflejo de los comportamientos de algunas sociedades, "A culturas violentas, juegos violentos. A juegos individualistas, culturas individualistas". Tanto el juego como otras manifestaciones de una sociedad, reflejan las características de un grupo social que ha sido construido a través de su historia y de esta manera es reconocido por los otros.

5.4.1.2.2. Ocio

El concepto de ocio a través de su historia ha tenido distintas visiones, es así como algunos lo han considerado “utilización no-productiva del tiempo”. Veblen (1899), mientras que autores más contemporáneos le han dado una importancia mayor dentro del desarrollo del ser humano, de esta manera, Argyle citado por García (2002, p.1) dice que el ocio “Son aquellas actividades que la gente hace en su tiempo libre porque quiere, en su interés propio, por diversión, entretenimiento, mejora personal o cualquier otro propósito voluntariamente elegido que sea distinto de un beneficio material”. Actualmente podríamos ver al ocio, como una utilización adecuada del tiempo libre y que la persona necesita para su bienestar y no como se creía que era un espacio donde la persona no obtenía ningún tipo de beneficio.

Según Sue citado por Charchabal, Arias, Martínez y Rodríguez (2008, p.1), se puede considerar la siguiente clasificación de actividades de ocio “de índole física, cultural, social y práctica”.

Desde el punto de vista físico el ocio son actividades que “están orientadas al logro del descanso personal y al restablecimiento del equilibrio psicológico, siendo las más frecuentes las que revisten un carácter físico-deportivo” Charchabal, Et.al, (2008, p.1). Estas actividades propenden por un bienestar integral de la persona, donde el ocio no implica la no realización de trabajo físico, es más bien realizar actividades de nuestro agrado.

Partiendo de la posibilidad de que el ocio tenga un carácter físico-deportivo, se podría señalar que el ocio también contribuye a la salud ya que permite el “mantenimiento de una buena forma física y un estado saludable” como lo dice Kabanoff citado por García (2002, p.2). La práctica sana de ocio permite que la

persona mantenga una forma física saludable y por ende prevenir algún tipo de enfermedad, que impida su buen desarrollo dentro del contexto social, cultural, familiar, laboral, etc.

5.4.1.3. Actividad física.

Desde la teoría de la cultura física se considera a la actividad física como uno de sus componentes básicos, tal como lo menciona O´farrill (2001), en esta investigación será abordada debido a que se considera como uno de los satisfactores de las necesidades de ocio y salud corporal.

La actividad física se puede definir según Annicchiarico (2002, p.1) como: “es cualquier movimiento corporal intencional, realizado con los músculos esqueléticos, que resulta en un gasto de energía y en una experiencia personal, y nos permite interactuar con los seres y el ambiente que nos rodea”. Según el autor se puede considerar la actividad física como movimientos voluntarios que realiza una persona, ya sea para actividades laborales o para la utilización de su tiempo libre, lo que le exige un esfuerzo físico y a su vez le permite socializarse con sus pares en un contexto determinado.

De igual manera Annicchiarico (2002, p.1) plantea algunas características de la actividad física como lo son:

Ser moderada y vigorosa, Habitual y frecuente, Orientada al proceso de práctica, Satisfactoria, Social, Si se compite, debe ser entre individuos de un mismo nivel y con el deporte adaptado a las características del que lo/a practica, Existirán algunos aspectos lúdicos, Será acorde con la edad y características psicofísicas de los practicantes, Habrá una amplia variedad de actividades y deportes, Se adaptará a las características personales.

Según lo anterior, el autor en mención, delimita el concepto de actividad física, para que esta cumpla con unos fines determinados, es así como para el caso del mejoramiento de la condición física, le imprime unos parámetros (vigoroso, moderado, habitual y frecuente), lo que quiere decir que este concepto se relaciona con el ejercicio físico sistematizado.

Desde esta mirada la actividad física incluye al deporte, sin embargo en esta investigación, al deporte se le da un tratamiento particular por su gran desarrollo conceptual en el campo aplicativo.

De otro lado Reynaga (2001, p.1) invita a trascender el concepto de actividad física no solo como “el movimiento del cuerpo” por el de “un movimiento humano intencional” con el fin de contribuir a la formación de un ser humano integral en un contexto social determinado.

Valdes, (1996) considera que la actividad física la podemos ver desde lo social, artístico, como expresión lúdica, el uso constructivo del tiempo libre, como un medio para la educación, para la salud y también como un espacio competitivo.

6. METODOLOGIA

6.1. Enfoque de Investigación.

Apoyados en Sampieri (1998) el enfoque que se le da a este proyecto investigativo, es de carácter cuantitativo teniendo en cuenta que este dice que se utiliza para la recolección y el análisis de datos, para contestar preguntas de investigación y probar hipótesis establecidas previamente, y además este enfoque confía en la medición numérica, el conteo y frecuentemente el uso de la estadística para establecer con exactitud patrones de comportamiento en una población.

6.2. Tipo de estudio

Para este caso se utilizan los tipos de estudio exploratorio y descriptivo. Un estudio exploratorio se realiza según Sampieri (1998, p.58) “cuando el objetivo es examinar un tema o problema de investigación poco estudiado o que no ha sido abordado antes” con esta investigación se busca explorar un sector que con anterioridad no se ha abordado dentro de la población a estudiar, y si se han realizado estudios, no se logró encontrar antecedentes que aporten al proyecto.

Además un estudio exploratorio sirve según Sampieri (1998, p.59) para:

Familiarizarnos con fenómenos relativamente desconocidos, obtener información sobre la posibilidad de llevar a cabo una investigación más completa sobre un contexto particular de la vida real. Identificar conceptos o variables promisorias, establecer prioridades para investigaciones futuras, sugerir afirmaciones y postulados.

Dentro de esta investigación también se utiliza el tipo de estudio descriptivo el cual “busca especificar las prioridades importantes de las personas, grupos, comunidades o cualquier otro fenómeno que sea sometido a análisis” Dankhe, citado por Sampieri (1998, p.60). Este tipo de estudio permite describir las necesidades más importantes que se poseen en cuanto a la formación en el deporte, la recreación y la actividad física en la población universitaria de la ciudad de Popayán.

6.3. Población.

La investigación se realizó en una población aproximada de 20.947 personas, de la cual se seleccionó una muestra perteneciente a universidades de Popayán, entre docentes, administrativos y estudiantes. Dividida en siete universidades las cuales cuentan con una población discriminada de la siguiente manera:

UNIVERSIDAD	POBLACIÓN			TOTAL POBLACION
	Estudiantil	Docente	Administrativa	
Universidad del Cauca	13144	976	503	14623
Universidad Cooperativa de Colombia	1758	182	87	2027
Universidad Antonio Nariño	480	70	18	568
Institución Universitaria Tecnológica de Comfacaucá ITC	486	81	40	607
Institución Universitaria Colegio Mayor del Cauca	869	130	57	1056
Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD	700	30	20	750
Fundación Universitaria de Popayán	1200	91	25	1316
TOTAL POBLACION	18637	1560	750	20947

Tabla No 1. Población Universitaria

6.4. Muestra.

Para la escogencia de la muestra a encuestar se utilizó el tipo de muestreo probabilístico o aleatoria, los cuales son esenciales en los diseños de investigación por encuesta en las que se pretende hacer estimaciones de variables en la población, estas variables se miden con instrumentos de medición y evalúan con pruebas estadísticas para el análisis de datos, toda los elementos de la población tiene la misma probabilidad de ser elegidos. Los elementos muestrales tendrán valores muy parecidos a los de la población. La precisión de dichos estimados depende del error en el muestreo, que se puede calcular pues hay errores que dependen de la medición y estos errores no pueden ser calculados matemáticamente. Sampieri, (1998, p.214).

La recolección de datos se realizó con jóvenes, adultos y adultos mayores de ambos géneros; pertenecientes a la población universitaria de la ciudad de Popayán. Para ello se tomó una muestra aproximada de 1067 personas a encuestar, este dato sale de aplicar la formula $n = z^2 * p (1-p) / E^2$ donde:

n: muestra

z: equivalencia nivel de confianza.

p: porción de probabilidad.

E: margen de error.

Para este caso z tendrá un valor de 1.96, p equivale a 0.5 y E un valor del 3%

Para esta investigación se tomó como base la muestra probabilística estratificada, debido al tamaño de la población, para lo cual se vio en la necesidad de estratificar la muestra por universidades y de esta manera tener una mayor precisión de la muestra; tal como lo expresa Sampieri (1998, p.217)

...es necesario estratificar la muestra en relación a estratos o categorías que se presentan en la población y que a parte son relevantes para los objetivos del estudio, se diseña una muestra probabilística estratificada. Lo que aquí se hace es dividir la población en subpoblaciones o estratos y se selecciona una muestra para cada estrato.

La muestra total de la población se divide entre la población total, este resultado lo multiplicamos a la población de la universidad y de esta manera obtuvimos la muestra que se toma por cada universidad.

Muestra Universidades = (Mus. Total / población total) * pobl. Universidad.

Universidad del Cauca	745
Universidad Cooperativa de Colombia	103
Universidad Antonio Nariño	29
Institución Universitaria Tecnológica de Comfacauca ITC	31
Institución Universitaria colegio mayor del Cauca	54
Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD	38
Fundación Universitaria de Popayán	67
MUESTRA TOTAL	1067

Tabla No.2 Muestra por Universidad

6.5. Recolección y análisis de datos

6.5.1. Instrumentos para la recolección de datos.

El instrumento que se tuvo en cuenta para la recolección de datos fue la encuesta, ya que esta permite mediante la realización de preguntas medir una o más variables, además de tener contacto directo con la población.

6.5.2. Validación de instrumentos.

Para conocer si el instrumento de recolección de datos era confiable para aplicarlo, se realizó una encuesta piloto, la cual determinó el nivel de entendimiento de las preguntas y de esta manera se conoció si había que realizar modificaciones o si por el contrario la encuesta estaba lista para ser aplicada a la población.

La encuesta piloto fue aplicada de la siguiente manera: Una encuesta a 50 personas que pertenecían a una población similar a la que se tomó como población a investigar.

6.5.3. Instrumentos para el análisis de datos.

Ya que se trata de una investigación de carácter cuantitativo, el análisis de datos se realizó desde la estadística, ya que esta permite analizar los datos desde cálculos matemáticos y se puede realizar desde un programa estadístico de computador.

6.6. Sistema de Hipótesis Y Variables

6.6.1. Hipótesis

- El 60% de la población universitaria de la ciudad de Popayán considera que el deporte, la recreación y la actividad física satisfacen sus necesidades de ocio y salud corporal.

6.6.2. Variables

- Variables dependientes: necesidades de ocio y salud corporal
- Variables independientes: El deporte, la recreación y la actividad física.

7. Análisis Estadístico

Luego de realizar los procesos de recolección de datos y sistematización, en siete universidades de la Ciudad de Popayán: Fundación Universitaria de Popayán, Institución Universitaria Colegio Mayor del Cauca, Institución Universitaria Tecnológica de ComfacaUCA, Universidad Antonio Nariño, Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD, Universidad Cooperativa de Colombia y Universidad del Cauca, con una población aproximada de 20947 personas entre estudiantes, administrativos y docentes, de la cual se tomó una muestra de 1067 personas, 551 de género masculino y 516 de género femenino, para aplicar una encuesta.

Con la información brindada por la encuesta se realiza el siguiente análisis.

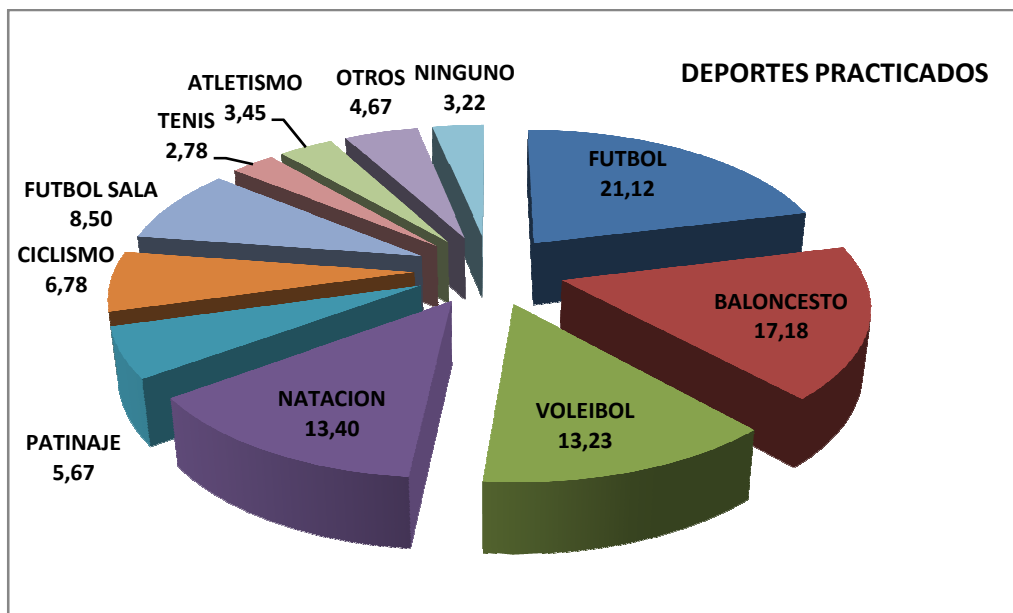
7.1. Prácticas deportivas de la población universitaria de la ciudad de Popayán.

Para recoger información relacionada con la diversidad de prácticas referidas con el satisfactor deporte, se utilizó la siguiente pregunta: ¿Cuál de los siguientes deportes ha practicado o practica usted? A continuación se presentan las preferencias por género y deporte.

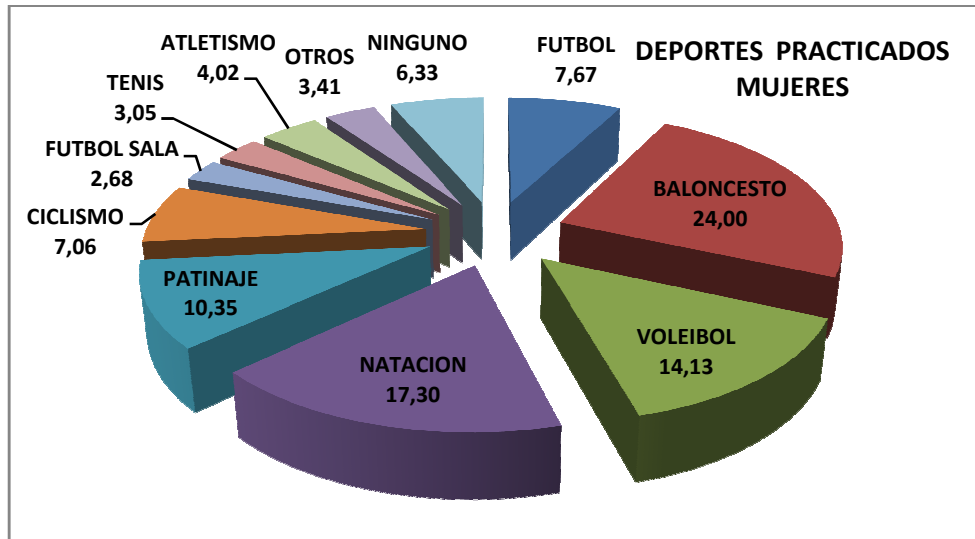
Hay que aclarar que en cada pregunta la persona tenía la oportunidad de marcar dos opciones, por tal motivo varía los resultados totales con la cantidad de población encuestada.

TOTALES						
	Hombres		Mujeres		Total	
	551		516		1067	
Necesidades relacionadas con las prácticas del deporte						
¿Cual de los siguientes deportes ha practicado o practica usted?						
DEPORTES		%		%		%
Fútbol	317	32,41	63	7,67	380	21,12
Baloncesto	112	11,45	197	24,00	309	17,18
Voleibol	122	12,47	116	14,13	238	13,23
Natación	99	10,12	142	17,30	241	13,40
Patinaje	17	1,74	85	10,35	102	5,67
Ciclismo	64	6,54	58	7,06	122	6,78
Futbol sala	131	13,39	22	2,68	153	8,50
Tenis de campo	25	2,56	25	3,05	50	2,78
Atletismo	29	2,97	33	4,02	62	3,45
Otros	56	5,73	28	3,41	84	4,67
Ninguno	6	0,61	52	6,33	58	3,22
TOTAL	978	100	821	100	1799	100

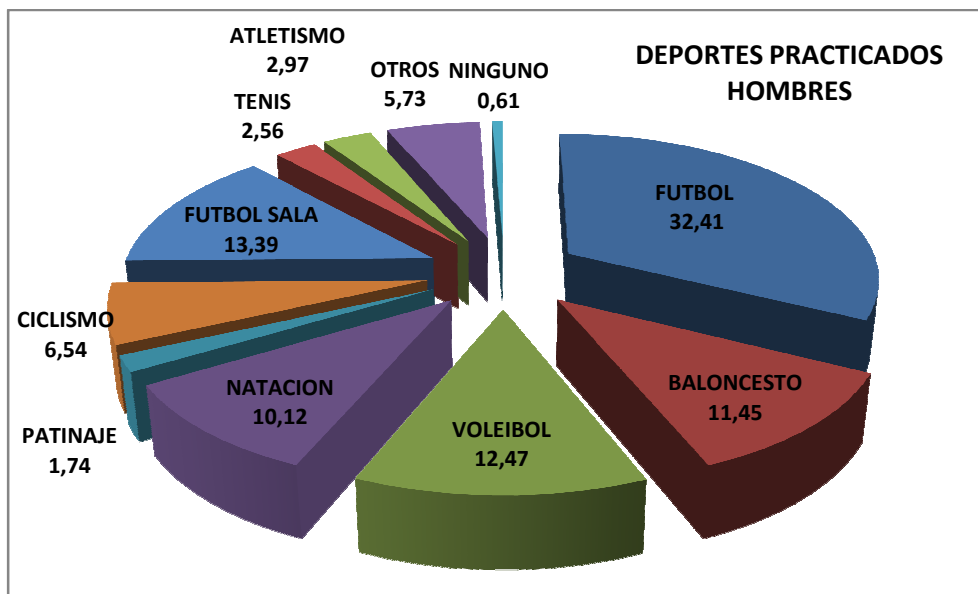
Tabla No.3 Porcentajes de Deportes por Género.



Gráfica No.1 Deportes Practicados



Gráfica No.2 Deportes Practicados Mujeres



Gráfica No.3 Deportes Practicados Hombres

7.1.1. Interpretación de resultados

Un primer análisis general nos indica que la mayoría de la población practica deportes tradicionales, sin embargo emerge deportes novedosos, generalmente denominados como extremos, tales como skateboarding, rapel, montañismo.

Se evidencia en la población una mayor tendencia hacia la práctica del fútbol, sin ser considerable con respecto a deportes tales como, el baloncesto, el voleibol y la natación (*Gráfica No.1*). El fútbol sigue siendo practicado en su mayoría por hombres, reflejado en que el 32.41% de estos lo prefieren (*Gráfica No.3*). Mientras que sólo el 7.67% de las mujeres lo practican (*Gráfica No.2*).

La preferencia en las mujeres en mayor porcentaje está reflejada hacia el baloncesto con un 24%, tampoco es considerable la diferencia con otros deportes como el voleibol, natación y el patinaje, (*Gráfica No.2*).

Aunque la encuesta preguntaba por unos deportes ya especificados, un 4.67% de la población tiene una tendencia hacia la práctica de otros deportes tales como: karate do, softball, judo, gimnasia, rugby, skateboarding, motociclismo, tenis de mesa, aikido, motocross, rapel, montañismo, billar, ajedrez, taekwondo, bolos, squash, bádminton, BMX, boxeo, ciclomontañismo, rugby subacuático, lucha libre. (*Gráfica No.1*).

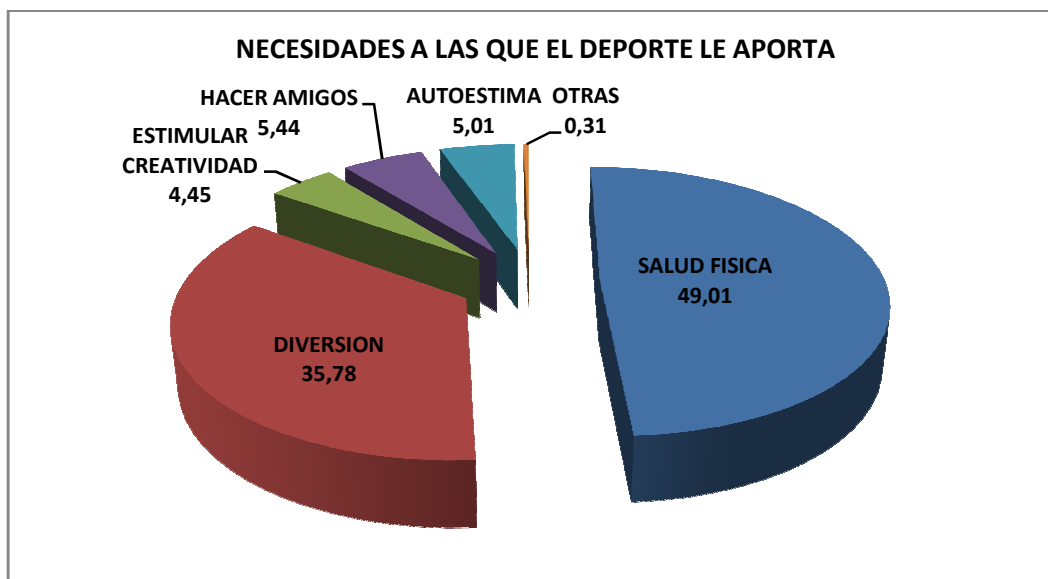
El 3.22% de la población no practica ningún deporte (*Gráfica No.1*), haciéndose más notorio es en el género femenino, como lo evidencia el hecho que un 6.33% de ellas no practica ningún deporte (*Gráfica No.2*), mientras que en los hombres es solo el 0.61% (*Gráfica No.3*).

7.2. Necesidades de formación que se satisfacen con la práctica del deporte.

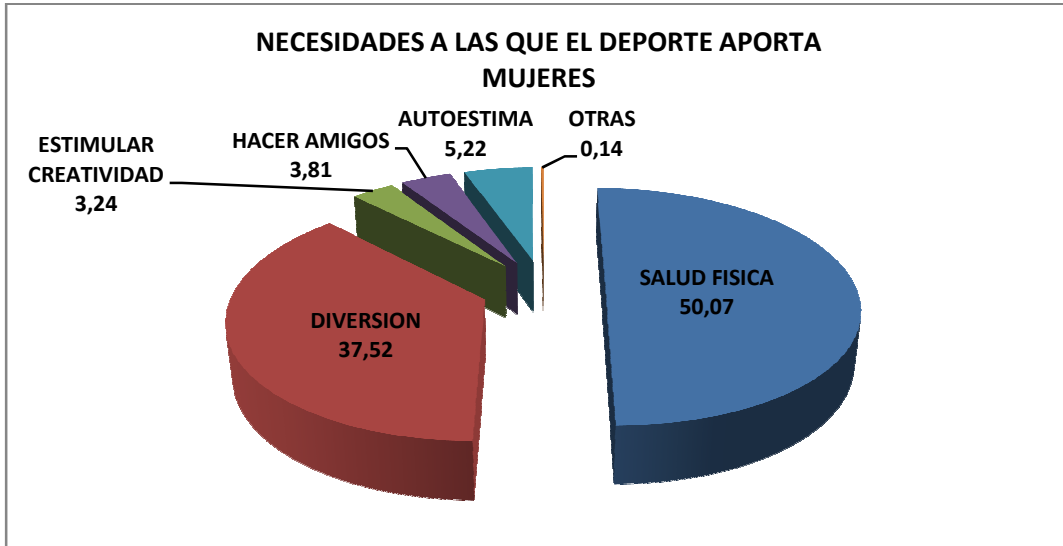
Para recoger información relacionada con la necesidades de formación que satisfacen las prácticas deportivas, se utilizó la siguiente pregunta: ¿usted practica dicho deporte porque considera que le aporta a?, en este apartado se muestran los resultado e interpretación del análisis estadístico, teniendo como referencias las necesidades del ser humano que se atienden.

TOTALES						
	Hombres		Mujeres		Total	
	551		516		1067	
Necesidades relacionadas con las prácticas del deporte						
Usted práctica dicho deporte porque considera que le aporta a:						
Salud física	438	48,18	355	50,07	793	49,01
Diversión	313	34,43	266	37,52	579	35,78
Estimular la creatividad	49	5,39	23	3,24	72	4,45
Hacer amigos	61	6,71	27	3,81	88	5,44
Autoestima	44	4,84	37	5,22	81	5,01
Otras	4	0,44	1	0,14	5	0,31
TOTAL	909	100	709	100	1618	100

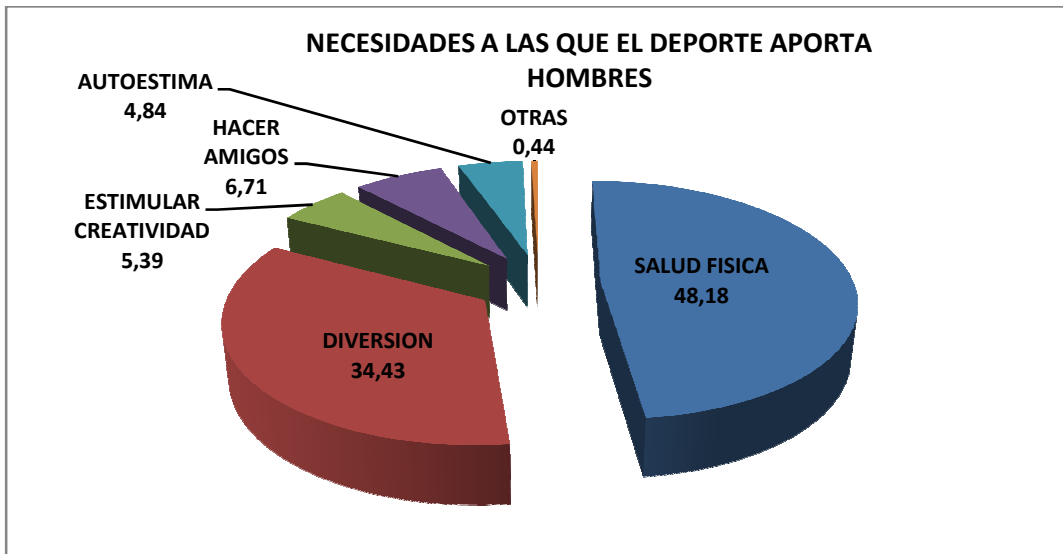
Tabla No.4 Porcentajes de Aporte del Deporte a las Necesidades Humanas



Gráfica No.4 Necesidades a las que el Deporte Aporta



Gráfica No.5 Necesidades a las que el Deporte Aporta - Mujeres



Gráfica No.6 Necesidades a las que el Deporte Aporta - Hombres

7.2.1. Interpretación de resultados

La población universitaria de la ciudad de Popayán en general realiza prácticas deportivas porque consideran que estas le aportan a la salud física y/o

les permite divertirse. Esto reflejado en que el 49.01%, consideró que estos atienden a su necesidad de salud física y el 35.78% a la necesidad de ocio (*Gráfica No.4*). Lo cual es reafirmado en justificaciones brindadas por las personas, en las que se especifican beneficios de tipo fisiológico y motriz, mejoramiento de la condición física y psicológica, para contrarrestar el stress, mantener un cuerpo saludable, prevenir enfermedades, prevención del sedentarismo y mejoramiento de los estilos de vida, (*Ver anexos 2*).

Las personas también consideran que con las prácticas de los diferentes deportes se suplen necesidades consignadas en la encuesta, como son la creatividad, hacer amigos y la autoestima, en un 14.90%.

En un porcentaje menor, 0.31% que equivale a 4 personas (*gráficas No 4*), lo cual no quiere decir que no sea significativo, desde el punto de vista de la formación del ser humano, estas personas consideran que el deporte aporta a suplir otras de las necesidades humanas no consignadas en la encuesta, donde se destaca la salud mental.

No hay una gran diferencia entre hombres y mujeres en cuanto al principal beneficio que ofrece la práctica del deporte, el 50.07% de las mujeres considera que el mayor aporte es a la salud física (*Gráfica No.5*), y el 48.18% de los hombres considera lo mismo (*Gráfica No.6*).

Con relación al aporte que realiza la práctica del deporte a la diversión encontramos, que el 35.78% de las personas (*Gráfica No.4*), sustentan esta consideración diciendo que el deporte es una forma de aprovechar el tiempo libre, fomentar la integración, es un motivador, mejora la convivencia y ayuda a romper con la rutina, (*Ver anexos 2*).

7.3. Prácticas recreativas de la población universitaria de la ciudad de Popayán.

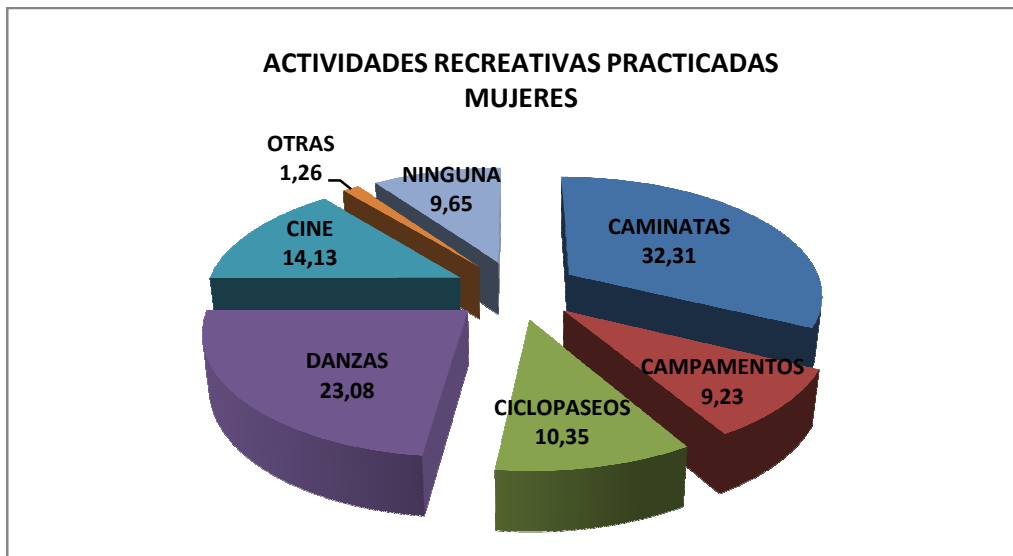
Para recoger información relacionada con la diversidad de prácticas referidas al satisfactor recreación, se utilizó la siguiente pregunta: ¿Cuál de las siguientes actividades recreativas ha practicado o práctica usted? A continuación se presentan las preferencias por género y actividades recreativas.

TOTALES						
	Hombres		Mujeres		Total	
	551		516		1067	
Necesidades relacionadas con la práctica de la recreación						
¿Cuál de los siguientes actividades recreativas ha practicado o práctica usted?						
actividad recreativa		%		%		%
Caminata	212	27,75	231	32,31	443	29,95
Campamentos	135	17,67	66	9,23	201	13,59
Ciclopaseos	112	14,66	74	10,35	186	12,58
Danzas	85	11,13	165	23,08	250	16,90
Cine	114	14,92	101	14,13	215	14,54
Otros	12	1,57	9	1,26	21	1,42
Ninguno	94	12,30	69	9,65	163	11,02
TOTAL	764	100	715	100	1479	100

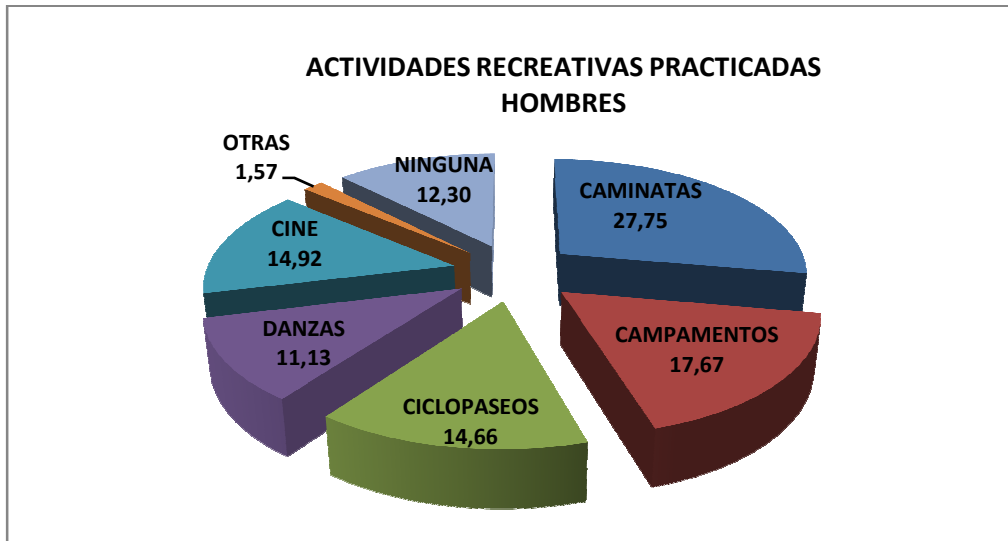
Tabla No.5 Porcentajes Prácticas Recreativa por Género



Gráfica No.7 Actividades Recreativas Practicadas



Gráfica No.8 Actividades Recreativas Practicadas Mujeres



Gráfica No.9 Actividades Recreativas Practicadas Hombre

7.3.1. Interpretación de resultados

En términos generales no hay diferencias marcadas en cuanto a las cinco prácticas recreativas sugeridas en la encuesta, aunque es importante resaltar que el 1.42% de la población da cuenta de otras nueve prácticas recreativas diferentes (*Gráfica No.7*), tales como: montar a caballo, música, canotaje, teatro, paseos (familia y/o amigos), videojuegos, breakdance, cuenteros y lecturas.

Sin embargo, la preferencia en cuanto a prácticas recreativas por parte de la población universitaria de la ciudad de Popayán son las caminatas, ítem que en la encuesta obtuvo un 29.95% de favorabilidad (*Gráfica No.7*).

También se muestra un porcentaje significativo de abstinencia en cuanto a la recreación, ya que un 11.02% de la población dice no practicar ningún tipo de actividad recreativa (*Gráfica No.7*). En algunos casos, como se justificó en las encuestas por falta de ofertas para la práctica recreativa.

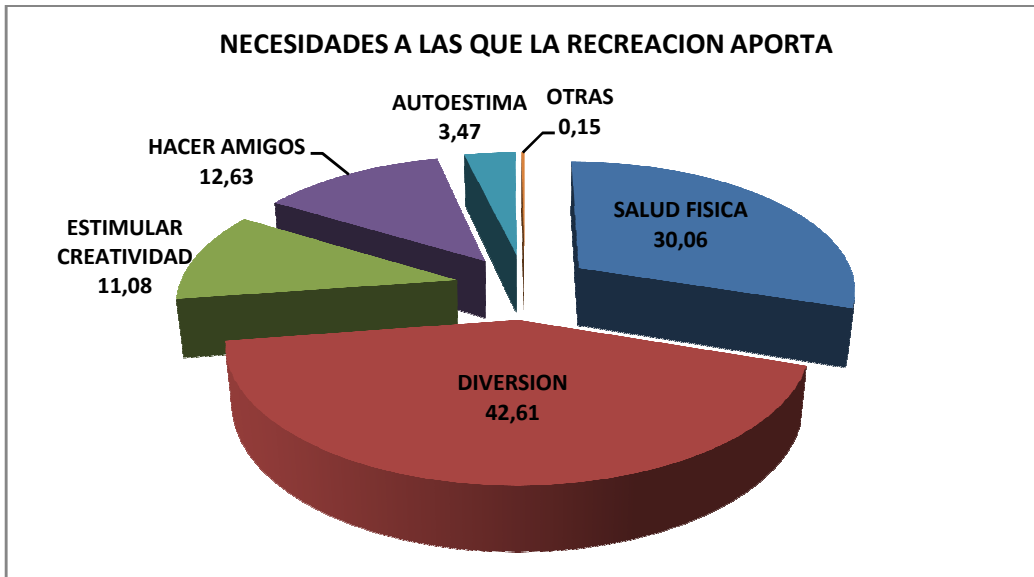
Las actividades recreativas donde más se marca diferencia en cuanto a su práctica entre los hombres y las mujeres son la danza y los campamentos, sustentado en que entre las mujeres hay un 23.08% que prefieren las danzas (*Gráfica No.8*), mientras que en los hombres es solo el 11.13% (*Gráfica No.9*). En cuanto a los campamentos el 17.67% de los hombres los practican (*Gráfica No.9*), mientras que en las mujeres corresponde solo al 9.23% (*Gráfica No.8*).

7.4. Necesidades de Formación que se satisfacen con la práctica de la Recreación.

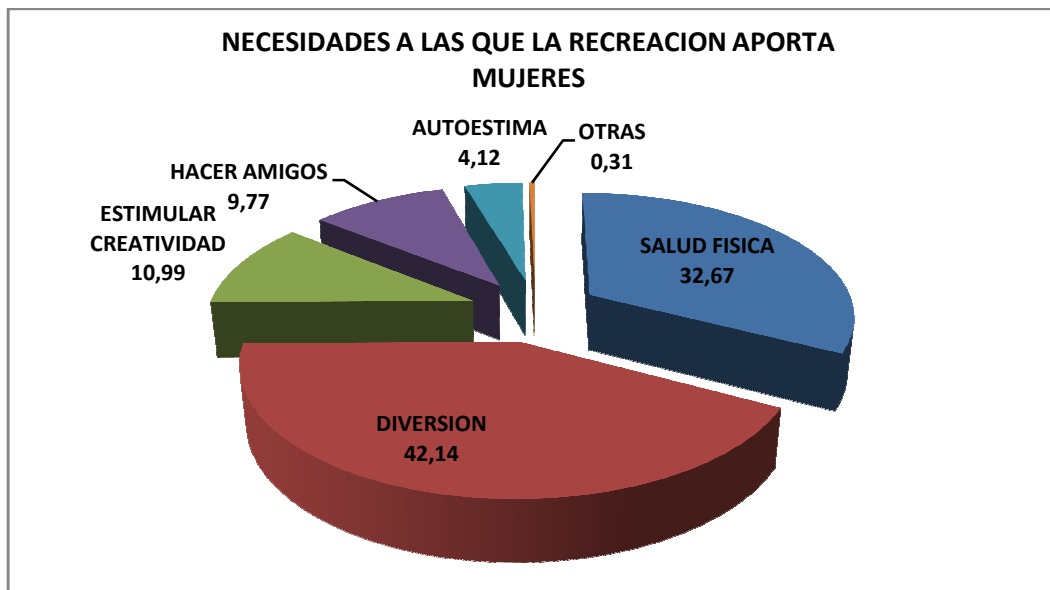
Para recoger información relacionada con la necesidades de formación que satisfacen las prácticas recreativas, se utilizó la siguiente pregunta: ¿Usted práctica dicha actividad recreativa porque considera que le aporta a? en este apartado se muestran los resultado e interpretación del análisis estadístico, teniendo como referencias las necesidades del ser humano que se atienden.

TOTALES						
	Hombres		Mujeres		Total	
	551		516		1067	
Usted práctica dicha actividad recreativa porque considera que le aporta a:						
Salud física	193	27,61	214	32,67	407	30,06
Diversión	301	43,06	276	42,14	577	42,61
Estimular la creatividad	78	11,16	72	10,99	150	11,08
Hacer amigos	107	15,31	64	9,77	171	12,63
Autoestima	20	2,86	27	4,12	47	3,47
Otras	0	0	2	0,31	2	0,15
TOTAL	699	100	655	100	1354	100

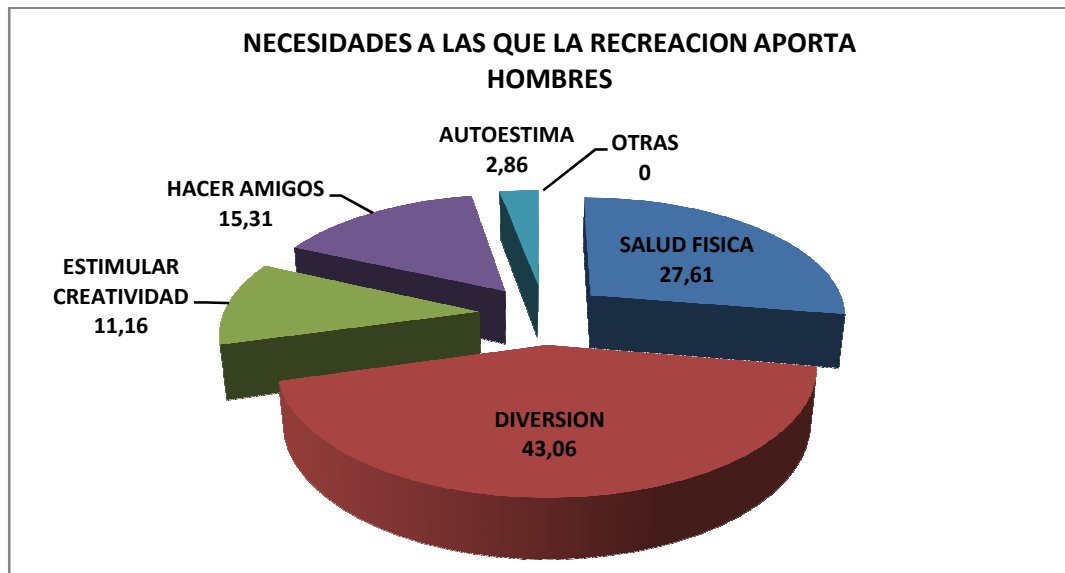
Tabla No.6 Porcentaje de Aporte de la Recreación a las Necesidades Humanas



Gráfica No.10 Necesidades a las que la Recreación Aporta



Gráfica No.11 Necesidades a las que la Recreación Aporta - Mujeres



Gráfica No.12 Necesidades a las que la Recreación Aporta - Hombres

7.4.1. Interpretación de resultados

La población universitaria de la ciudad de Popayán en general realiza prácticas recreativas porque consideran que estas satisfacen las necesidades de ocio, en un 42.61%, y salud física, en un 30.06%, (*Gráfica 10*). Llama la atención el alto porcentaje de personas que realizan actividades recreativas para mejorar su salud física, lo que muestra una tendencia a la recreación física, O'Farrill. (2001). Las justificaciones en relación con la necesidad de diversión, que ofrecen las personas, son, entre otras: La recreación genera espacios de socialización y encuentro familiar, mejora la convivencia, permite aprovechar adecuadamente el tiempo libre, salir de las actividades cotidianas, se utiliza como medio de reconocimiento cultural, contribuye a disminuir los grados de stress en las personas, es parte fundamental del aprendizaje y el desarrollo humano y mejora la calidad de vida de las personas, (Ver anexos 2).

Las personas también consideran que con las prácticas recreativas suplen necesidades consignadas en la encuesta, como son la creatividad, hacer amigos y la autoestima, en un 27.22%.

Un porcentaje del un 0.15% (*gráficas No 10*) desde el punto de vista de la formación del ser humano, estas personas considera que la recreación aporta a suplir otras de las necesidades humanas no consignadas en la encuesta, como es la necesidad de socialización.

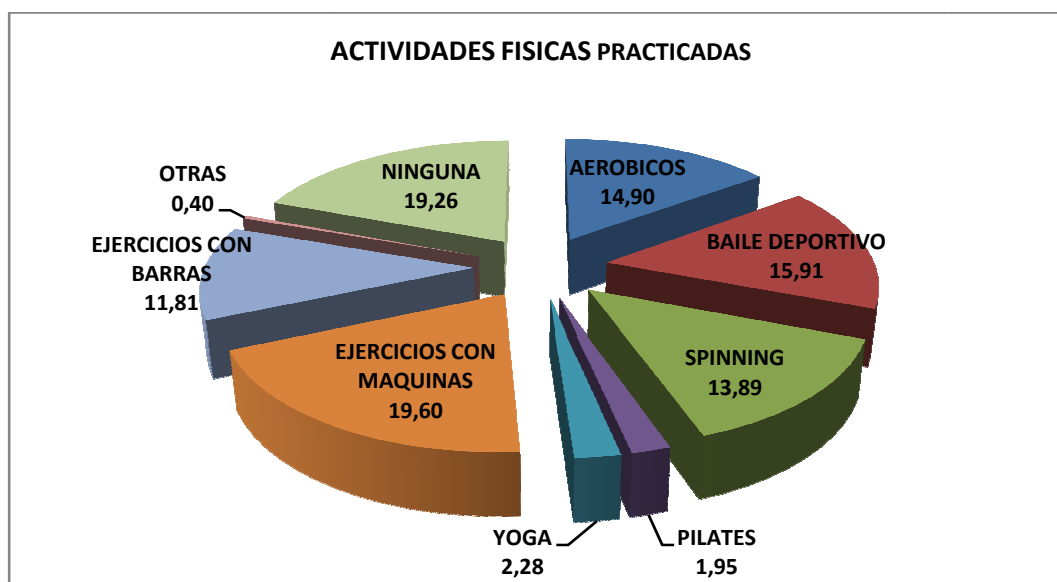
Los beneficios de la práctica de actividades recreativas, son similares entre hombres y mujeres (*Gráficas 11 y 12*).

7.5. Prácticas de Actividad Física en la población universitaria en la ciudad de Popayán.

Para recoger información relacionada con la diversidad de prácticas referidas con el satisfactor actividad física, se utilizó la siguiente pregunta: ¿Cuál de las siguientes actividades físicas ha practicado o practica usted? A continuación se presentan las preferencias por género y deporte.

TOTALES						
	Hombres		Mujeres		Total	
	551		516		1067	
Necesidades relacionadas con la actividad física						
¿Cuál de los siguientes actividades físicas ha practicado o práctica usted?						
actividad física						
Aeróbicos	47	6,33	175	23,40	222	14,90
Baile deportivo	54	7,28	183	24,47	237	15,91
Spinning	76	10,24	131	17,51	207	13,89
Pilates	8	1,08	21	2,81	29	1,95
Yoga	16	2,16	18	2,41	34	2,28
Ejercicios con maquinas	185	24,93	107	14,30	292	19,60
Ejercicios con barras	171	23,05	5	0,67	176	11,81
Otros	5	0,67	1	0,13	6	0,40
Ninguno	180	24,26	107	14,30	287	19,26
TOTAL	742	100	748	100	1490	100

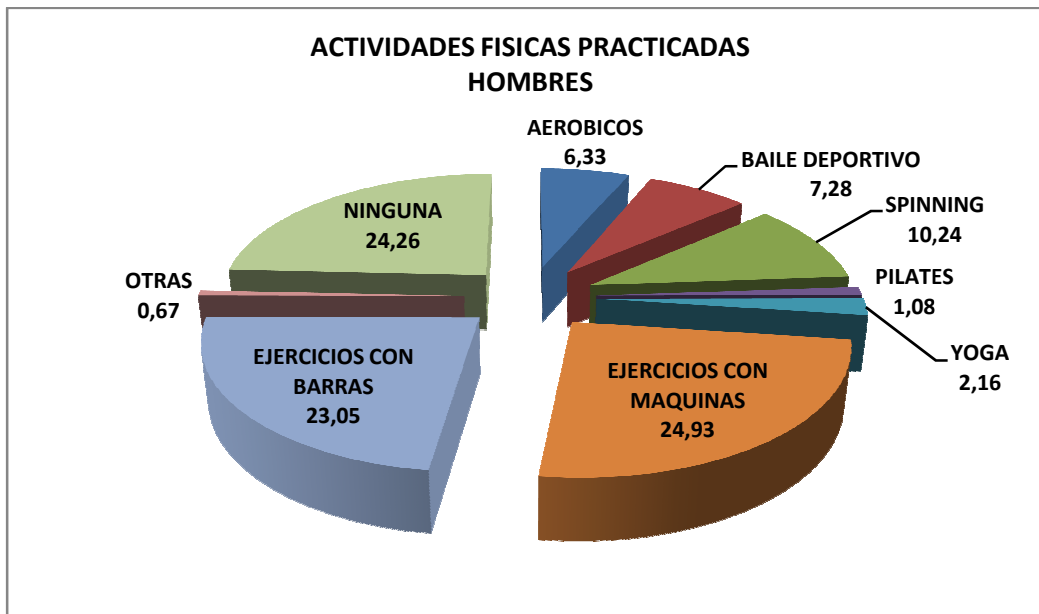
Tabla No.7 Porcentaje de Actividades Físicas Practicadas por Género.



Gráficas No.13 Actividades Físicas Practicadas



Gráfica No.14 Actividades Físicas Practicadas – Mujeres



Gráficas No.15 Actividades Físicas Practicadas - Hombres

7.5.1. Interpretación de resultados.

En la población no se muestra una tendencia marcada hacia la preferencia de una u otra actividad física, aunque en términos generales, se prefiere realizar ejercicios físicos con maquinas, 19.60%. Sobresale que en un 19.26% de la población no practica ningún tipo de actividad física, (*Gráficas No.13*), según las justificaciones planteadas en la encuesta, uno de los principales aspectos que impiden la práctica de alguna actividad física es la falta de tiempo (Ver anexos 2).

En relación con la categoría de género, hay tendencias bien marcadas en unos y otros, es así, que las mujeres prefieren actividades como aeróbicos 23.40%, baile deportivo 24.47% y spinning 17.51% (*Gráfica No.14*), en relación a los hombres que en estas mismas prácticas, muestran un 6.33% en aeróbicos, un 7.28% en baile deportivo y un 10.24% en spinning (*Gráfica No.15*).

Las principales prácticas de actividad física en los hombres son: ejercicios con máquinas con un 24.93% y el ejercicio con barras con un 23.05% (*Gráfica No.15*), a diferencia a las mujeres que en estas mismas prácticas presentan un 14.30% en cuanto a ejercicios con máquinas y un 0.67% en ejercicios con barras (*Gráfica No.14*). En cuanto a la inactividad se marca más el porcentaje de inactividad física en los hombres con un 24.26% (*Gráfica No.15*), con relación al 14.30% en las mujeres (*Gráfica No.14*).

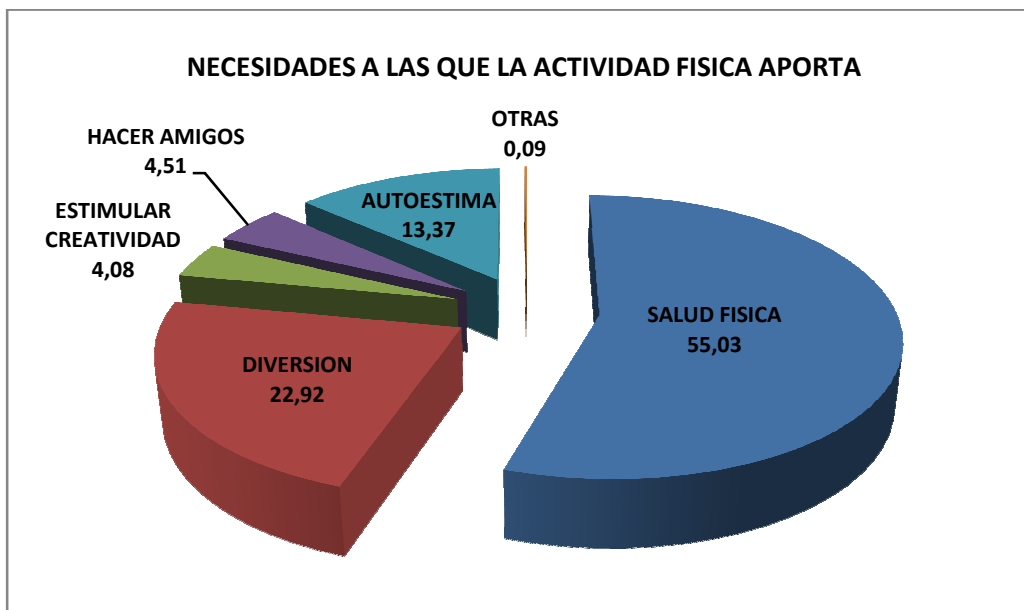
7.6. Necesidades de formación que se satisfacen con las prácticas de actividad física.

Para recoger información relacionada con las necesidades de formación que satisfacen las prácticas de actividad física, se utilizó la siguiente pregunta: ¿usted practica dicha actividad física porque considera que le aporta a? en este apartado

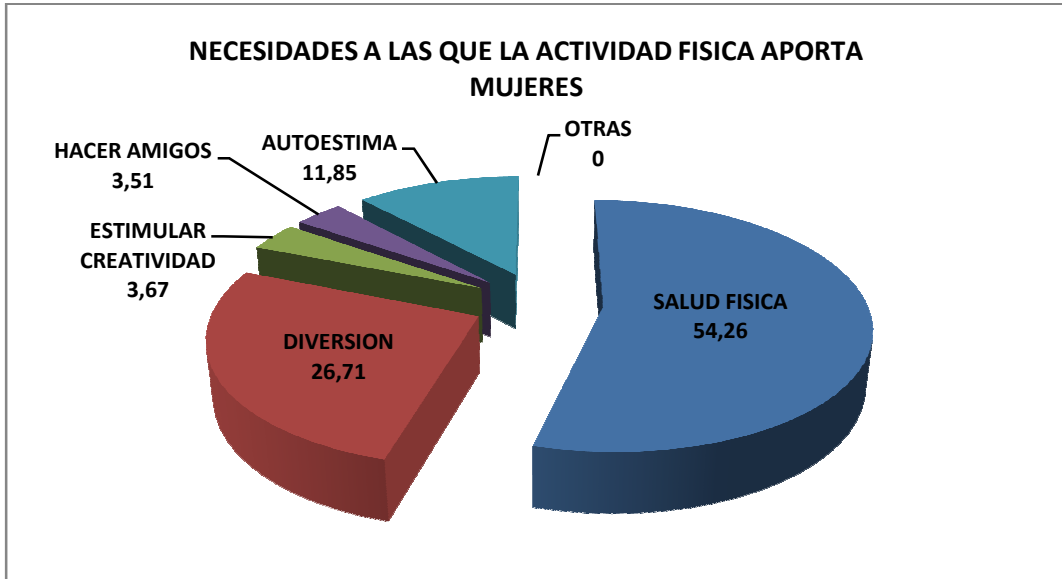
se muestran los resultados e interpretación del análisis estadístico, teniendo como referencias las necesidades del ser humano que se atienden.

TOTALES						
	Hombres		Mujeres		Total	
	551		516		1067	
Usted práctica dicha actividad física porque considera que le aporta a:						
Salud física	309	55,88	325	54,26	634	55,03
Diversión	104	18,81	160	26,71	264	22,92
Estimular la creatividad	25	4,52	22	3,67	47	4,08
Hacer amigos	31	5,61	21	3,51	52	4,51
Autoestima	83	15,01	71	11,85	154	13,37
Otras	1	0,18	0	0	1	0,09
TOTAL	553	100	599	100	1152	100

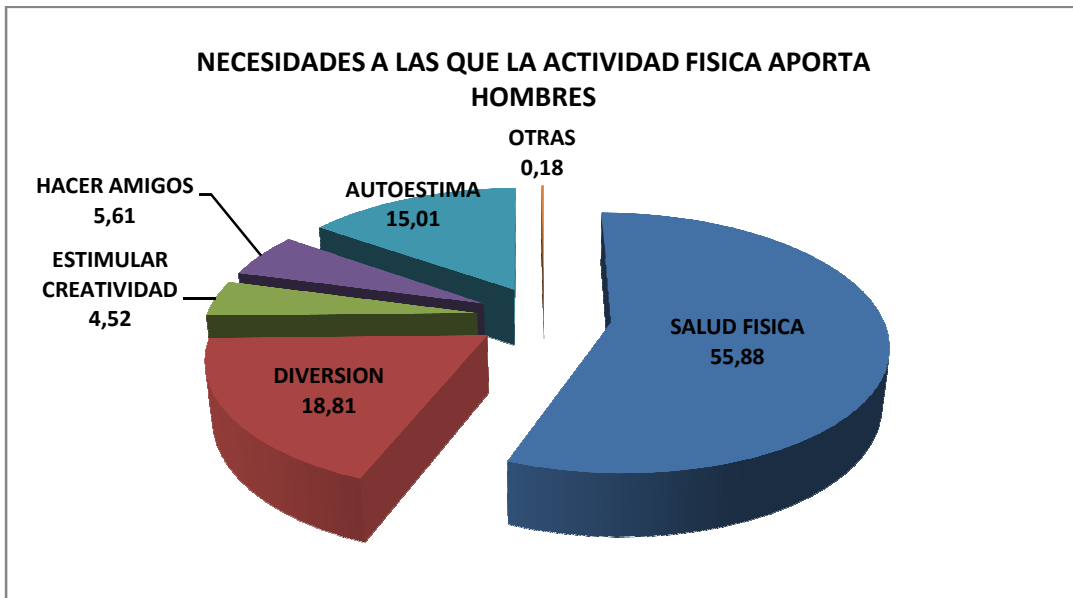
Tabla No.8 Porcentaje de Aportes de la Actividad Física a las Necesidades Humanas



Gráfica No. 16 Necesidades a las que la Actividad Física Aporta



Gráfica No. 17 Necesidades a las que la Actividad Física Aporta - Mujeres



Gráfica No. 18 Necesidades a las que la Actividad Física Aporta - Hombres

7.6.1. Interpretación de resultados.

Se encuentra una tendencia marcada, 55.03%, en cuanto a la principal necesidad que atiende la actividad física en las personas, la salud física,

Sobresale también la necesidad relacionada con la autoestima, 13.37%. Quizás por su relación directa cuando se suple la necesidad de salud corporal, (*Gráfica No. 16*). Estos dos aspectos se benefician principalmente según las justificaciones a: El mejoramiento de la condición física, la imagen corporal, y en algunos casos atiende a la necesidad de socialización al convertirse en un espacio de integración (Ver anexos 2).

La relación en cuanto a los beneficios de la actividad física entre hombre y mujeres son similares. (*Gráficas 17 y 18*).

8. CONCLUSIONES

Después de haber llevado a cabo el proceso de recolección, organización y análisis de la información, se presentan unas conclusiones generales sobre las prácticas deportivas, recreativas y actividad física. Y otros en los que se muestran las necesidades que se atienden con estas prácticas y su relación con la hipótesis que orientó la investigación.

8.1. Conclusiones generales.

8.1.1. Prácticas deportivas de la población universitaria de la ciudad de Popayán.

- ❖ La población universitaria de la ciudad de Popayán, tiene una tendencia marcada hacia los deportes tradicionales, tales como fútbol, baloncesto, voleibol, natación y fútbol sala, ya que estos deportes cuentan con una mayor difusión.
- ❖ Se evidencia la emergencia en un sector de la población universitaria de prácticas no tan difundidas en la ciudad, como la lucha libre, motociclismo, motocross, squash, bádminton, boxeo y otras más novedosas como el rapel, montañismo y el skateboarding, que en el mundo contemporáneo cada vez están ganando más popularidad, ampliando con ello la diversidad de opciones para la práctica deportiva.
- ❖ En comparación con las prácticas de recreación y de actividad física, las deportivas son las que tienen mayor acogida dentro de la población.

8.1.2. Practicas Recreativas de la población universitaria de la ciudad de Popayán.

- ❖ Las prácticas recreativas realizadas por la población universitaria están más orientadas hacia actividades que se realizan en zonas campestres y de carácter activo, ello quizás a que las actividades académicas de la comunidad universitaria poseen un alto componente de pasividad.
- ❖ Las prácticas recreativas relacionadas con la danza, siguen siendo de mayor acogida por parte de las mujeres.
- ❖ Prácticas como los campamentos son preferidos por los hombres.
- ❖ La abstinencia en las prácticas recreativas, es muy alta en relación con las prácticas deportivas. Ello según algunas justificaciones es por la “falta de tiempo” y la “falta de oferta” de prácticas recreativas. (ver anexos 2).
- ❖ Las prácticas recreativas desde la percepción de la población universitaria, contribuyen al mejoramiento de la salud física, debido a que la gran mayoría realiza actividades de recreación de tipo activo, como lo demuestra los resultados estadísticos, llama la atención este hallazgo puesto que generalmente en la teoría de la recreación no se plantean objetivos de tipo fisiológico.

8.1.3. Practicas de actividad física de la población universitaria de la ciudad de Popayán.

- ❖ Las prácticas de actividad física, en términos generales están más relacionadas con ejercicios de fuerza que involucran el peso del propio

cuerpo u otro tipo de material y ejercicios de tipo aeróbico, sin embargo emergen otro tipo de actividades menos conocidas como yoga y pilates en una parte de la población.

- ❖ En relación con las prácticas deportivas y similar a las recreativas, el grado de abstinencia en las prácticas de actividad física, es muy alto, destacándose un porcentaje significativo de abstinencia dentro del género masculino, es probable que esta diferencia tenga que ver con el hecho de que la práctica de actividades físicas están más relacionadas con la estética corporal, asunto que aun preocupa más a las mujeres que a los hombres, teniendo las justificaciones aportadas por los encuestados.

8.2. Conclusiones en relación con la hipótesis.

- ❖ Teniendo en cuenta las diferentes necesidades del ser humano, retomadas de Max Neef citado por Duque y Escobar (2006. p.3) y Nussbaum citada por Gough (2007, p.192). y su directa relación con las dimensiones del ser humano, propuestas por Roldan, Ofelia (1997); las cuales dan cuenta de la formación de la totalidad del ser humano, se partió de la hipótesis de que las practicas de deporte, recreación y actividad física atienden a las necesidades de ocio Max Neef, citado por Duque y Escobar (2006. p.3) y salud corporal Nussbaum, citada por Gough (2007, p.192).
- ❖ En este sentido se formuló una hipótesis que orientó la investigación en los siguientes términos: “El 60% de la población universitaria de la ciudad de Popayán considera que el deporte, la recreación y la actividad física satisfacen sus necesidades de ocio y salud corporal”.

- ❖ Una vez analizada la información recolectada se afirma que esta hipótesis, es positiva, más aún superando el porcentaje proyectado, es decir, un 78.47%.
- ❖ Esto se afirma debido a que las preguntas que hacían parte de la encuesta estaban formuladas en relación con las necesidades humanas, dejando un ítem abierto que daba la posibilidad para que las personas enunciaran otras necesidades que se suplen con este tipo de prácticas. A continuación se presenta la relación entre la pregunta y la necesidad a la que hace referencia:

Necesidad	Ítems	No personas	%
Ocio	Diversión	473	33.77
Salud corporal	Salud física	594	44.7
Identidad	Autoestima	94	7.28
Afecto	Hacer amigos	104	7.53
Creación	Estimular la creatividad	90	6.54

Tabla No.9. Población en relación a las Necesidades ítems encuesta.

En esta tabla se relacionan las respuestas dadas por la población con la necesidad a que corresponde.

Necesidad	Respuesta aportada por los encuestados	No personas	%
Subsistencia	Salud mental	8	0.18
Protección	Socialización		
Libertad	Competencia		

Tabla No.10 Relación de las Necesidades con los Aportes de los Encuestados

- ❖ Finalmente se afirma que si bien algunas teorías expresan que las prácticas deportivas, recreativas y de la actividad física, contribuyen a la formación integral del ser humano; entendiendo como formación integral el suplir todas las necesidades del ser humano, según los resultados de la investigación estas prácticas atienden prioritariamente las necesidades de ocio y salud corporal (salud física), sin desconocer que según la percepción de la población universitaria también contribuye a satisfacer otras necesidades del ser humano.

9. RECOMENDACIONES

- ❖ Fomentar en la población universitaria nuevas prácticas deportivas, recreativas y de actividad física, con el fin de disminuir los niveles de inactividad.
- ❖ Fortalecer la promoción, implementación y evaluación de las prácticas deportivas, recreativas y de actividad física en la población universitaria de la ciudad de Popayán.
- ❖ Generar planes, programas y proyectos de tipo docente, investigativo y de extensión, relacionados con el deporte, la recreación, la actividad física y la educación física de carácter institucional y participativo articulados con las políticas públicas orientadas al desarrollo social del municipio.
- ❖ Se sugiere realizar otros tipos de análisis (por edad, por institución, entre otros) a partir de la información obtenida en esta investigación, así como aplicar esta investigación a otro tipo de poblaciones.
- ❖ Se sugiere a las dependencias de bienestar universitario de las diferentes universidades de la ciudad de Popayán, promover este tipo de investigaciones periódicamente, con el fin de mantener actualizado las necesidades que se atienden con las prácticas deportivas, recreativas y de actividad física.
- ❖ Establecer un sistema de competencias e indicadores de desempeño basados en las necesidades humanas, para evaluar las prácticas del deporte, recreación y la actividad física, que se realizan en la Educación Superior.

10. REFERENTE BIBLIOGRÁFICO

Alarcón, Rodolfo. Funciones psicológica de la práctica deportiva en estudiantes de pregrado de la Universidad Pedagógica y Tecnológica de Colombia con sede en Tunja. Tomado del Cuarto Congreso Colombiano de Educación Física. Medellín, 1990. Pág. 122 – 169.

Cagigal, José María. Cultura intelectual y cultura física. Buenos Aires. Primera edición. Kapelusz. 1979. Pág. 24.

Duque, Camilo y Escobar, Alejandro. La libertad desde la satisfacción de necesidades: revisión sobre tiempo, ocio y desarrollo humano. Universidad de Antioquia. 2006. Pág. 3. <http://viref.udea.edu.co/contenido/pdf/135-lalibertad.pdf> consultado el 6 de junio de 2008

Funlibre. Lúdica por el desarrollo humano. Pedro Fullea Bandera.2003. Bogotá. <http://www.redcreacion.org/documentos/simposio3vg/PFullea.html> consultado el 6 de junio de 2008

Funlibre. Diferencias entre ocio, tiempo libre y recreación. Julia Gerlero. <http://www.redcreación.org/documentos/cmeta1/jgerlero.html-107k-> consultado el 6 de junio de 2008.

Funlibre. El Desarrollo Humano Como Marco De Análisis Del Ocio En La Actualidad. José Fernando Tabares f. 2001. <http://www.redcreacion.org/documentos/simposio2if/JFTabares.htm> consultado el 16 de junio de 2008

Funlibre. El abordaje de la investigación en recreación desde la facultad de cultura física. Castellanos, A. y López, L. (2003). <http://www.redcreación.org>.... consultado el 16 de junio de 2008.

Ferry, Guilles. El trayecto de la formación, los enseñantes entre la teoría y la práctica. México. Primera edición. Paidós, 1990. Pág. 50.

Gough, Ian. El enfoque de las capacidades de M. Nussbaum: un análisis comparado con nuestra teoría de las necesidades humanas. 2007. http://pdf2.biblioteca.hegoa.efaber.net/ebook/17062/Enfoque_de_las_capacidades_de_M._Nusbaum.pdf. Consultado el 26 de enero de 2009.

Hernández M, José. Fundamentos del deporte análisis de las estructuras del juego deportivo. Barcelona. Primera edición. INDE publicaciones. 1994. Pág. 9, 14 y 15.

Hernández Sampieri, Roberto y col. Metodología de la investigación. Segunda edición. MacGraw Hill.1998. p. 58-60, 214, 217.

Investigación Educativa. La cultura física y la investigación científica. Borda Hurtado, J. vol. 10 No 18 julio – diciembre de 2006.

http://sisbib.unmsm.edu.pe/bibvirtualdata/publicaciones/inv_educativa/2006_n18/a09.pdf consultado el 14 junio de 2008

Lecturas: Educación Física y Deportes. Revista Digital. La medición de la condición física saludable: aplicación de la batería Eurofit para adultos. Zaragoza, J. Serrano, E. y Genérello, E. 2004.

<http://www.efdeportes.com/efd68/eurofit.htm> consultado el 16 de junio de 2008.

Lecturas: Educación física y Deporte. Revista Digital. La cultura física como ciencia. Un punto de partida. Regla Alejandra O'Farril Hernández. <http://www.efdeportes.com/> consultado el 15 de julio de 2008

Lecturas: Educación Física y Deportes. Revista Digital. Lo lúdico y el movimiento como actividad educativa. Leopoldo Gil Dulcio Vaz. <http://www.efdeportes.com/> consultado el 15 de julio de 2008

Lecturas: Educación Física y Deportes. Revista Digital. Revisión inicial para el diagnóstico de programas de promoción en actividad física, recreación y deporte. Ricardo Duarte Bajaña. <http://www.efdeportes.com/> consultado el 15 de julio de 2008

Lecturas: Educación Física y Deportes. Revista Digital. Un acercamiento a la construcción de escenarios como herramienta para la planificación estratégica de la Cultura Física en Cuba. Santiago Calero Morales y Angie Fernández Lorenzo. <http://www.efdeportes.com/> consultado el 15 de julio de 2008.

Lecturas: Educación Física y Deportes. Revista Digital . Deporte y que hacer pedagógico: una relación a pensar críticamente. Raumar Rodríguez Jiménez <http://www.efdeportes.com/> consultado el 15 de julio de 2008.

Lecturas: Educación Física y Deportes. Revista Digital. Deporte vs. Juego. A la búsqueda de un concepto integrador. Gonzalo Ramírez Macías. <http://www.efdeportes.com/> consultado el 16 de agosto de 2008.

Lecturas: Educación Física y Deportes. Revista Digital. Reflexiones en torno al juego. Maro Skliar. 2000. <http://www.efdeportes.com/efd25b/rjuego.htm> consultado el 16 de agosto de 2008.

Lecturas: Educación Física y Deportes. Revista Digital. Estudio de la historia de las Espartaquiadas Deportivas del Níquel en Moa y su impacto en los participantes. Charchabal P. C., Arias S, Y. Martínez H, L. y Rodríguez B, G. 2008. <http://www.efdeportes.com/efd123/historia-de-las-espartaquiadas-deportivas-del-niquel-en-moa.htm> consultado el 16 de agosto de 2008.

Lecturas: Educación Física y Deportes. Revista Digital. La actividad y el ocio como fuente de bienestar durante el envejecimiento. Miguel Ángel García Martín. 2002. <http://www.efdeportes.com/efd47/bien.htm> consultado el 16 de agosto de 2008.

Lecturas: Educación Física y Deportes. Revista Digital. Actividad física y salud mental. Pedro Reynaga Estrada. 2001. <http://www.efdeportes.com/> consultado el 26 de enero de 2009.

Lecturas: Educación Física y Deportes. Revista Digital. La actividad física y su influencia en una vida saludable. Rubén José Annicchiarico Ramos. 2002. <http://www.efdeportes.com/> consultado el 26 de enero de 2009.

Lecturas: Educación Física y Deportes. Revista Digital. El tratamiento de la salud en la didáctica de la Educación Física. Barcala, Roberto. 2007. <http://www.efdeportes.com/> consultado el 26 de enero de 2009.

Lecturas: Educación Física y Deportes. Revista Digital. La importancia del deporte-salud. Prieto José A. y Nistal paloma. 2003. <http://www.efdeportes.com/> consultado el 26 de enero de 2009.

Max Neef, Manfred. Elizalde, A. Hopenhayn, M. Desarrollo a Escala Humana, Una Opción para el Futuro, Santiago de Chile, 1986. Pág. 26, 42.

Plan de Desarrollo para el Deporte Universitario en Colombia. Asociación Colombiana de Universidades ASCUN. Medellín. 1999. p. 53

Pontificia Universidad Católica del Perú. Boletín IDE@-pucp.2007.
<http://www.pucp.edu.pe/idea/docs/bol28.pdf> Consultado el 6 de junio de 2008.

Revista de ciencias humanas. Bravo M, Carlos Ramiro. (2002). El concepto de formación pedagógica: tradición y modernidad.
<http://www.utp.edu.co/~chumanas/revistas/revistas/rev30/index.htm>. Consultado el 19 de abril de 2008

Red de actividad física de las Américas rafa-pana. Concepto de actividad física.
<http://www.sportsalut.com.ar/rafa/RAFAQUALITYOFLIFE%5B1%5D%5B1%5D%5B1%5D.docedited.doc>. Consultado el 26 de enero de 2009.

Roldan, Ofelia. Conferencia: Educación. Desarrollo humano y cultura física. Mayo 28 de 1997.

Serie lineamientos curriculares educación física, recreación y deporte. Ministerio de Educación Nacional. Bogotá. 2000. Editorial magisterio.
<http://menweb.mineducacion.gov.co/lineamiento/educfisica/educfisica.pdf/> consultado el 6 de junio de 2008.

Universidad Industrial de Santander. Departamento de Educación y Deporte. Recreación Dirigida. 2008.
http://www.uis.edu.co/portal/info_academica/escuelas/departamentos_pags/deportes_site/deportes_docs/contextos/PROG%20DE%20REC%20TRABA%20SOCIO2008.pdf consultado el día 6 de junio de 2008

Valdés Casas, Hiram M. Personalidad, Actividad Física y Deporte. Pág. 6. 1996.
Editorial Revista Kinesis. Armenia – Colombia.

ANEXO 1
UNIVERSIDAD DEL CAUCA

Proyecto de Investigación: Necesidades de formación relacionadas con el Deporte, la Recreación y la Actividad Física en la población Universitaria de la Ciudad de Popayán.¹

ENCUESTA

Objetivo: identificar necesidades que las personas atienden con la práctica del Deporte, la Recreación y la Actividad Física.

DATOS GENERALES

Edad. _____

Género. M ___ F ___

Ocupación y/o profesión. _____

SELECCIONE MÁXIMO DOS RESPUESTAS POR PREGUNTA.

Necesidades relacionadas con la práctica del Deporte.

1. ¿Cuál de los siguientes Deportes ha practicado o práctica usted?

Fútbol ___ Baloncesto ___ Voleibol ___ Natación ___ Patinaje ___

Ciclismo ___ Fútbol sala ___ Tenis ___ Atletismo ___

Otro (cuál) _____ ninguno ___

2. Usted práctica dicho deporte porque considera que le aporta a:

Su salud física ___ Su diversión ___ Estimular su creatividad ___

Hacer amigos ___ Su autoestima ___ otras (cuáles)

✓ Justifique su respuesta.

1. Proyecto inscrito en la línea de investigación Desarrollos Tecnológicos En Educación Física, Recreación y Deporte del grupo de Investigación Epistemología E Historia de la Educación Física Recreación y el Deporte (HIERDE), del Departamento de Educación Física, Recreación y Deporte de la Facultad de Ciencias Naturales y Exactas y de la Educación.

Necesidades relacionadas con la práctica de la Recreación.

3. ¿Cuál de las siguientes Actividades Recreativas ha practicado o práctica usted?

Caminatas ___ Campamentos ___ Ciclo paseos ___ Danzas ___ Cine ___

Otro (cuál) _____ ninguno ___

4. Usted práctica dicha actividad recreativa porque considera que le aporta a:

Su salud física ___ Su diversión ___ Estimular su creatividad ___

Hacer amigos ___ Su autoestima ___ otras (cuáles)

✓ Justifique su respuesta.

Necesidades relacionadas con la Actividad Física.

5. ¿Cuál de las siguientes Actividades Físicas ha practicado o practica usted?

Aeróbicos ____ Baile deportivo ____ Spinning ____ Pilates ____ Yoga ____

Ejercicios con Máquinas ____ Ejercicios con Barras ____

Otro (cuál) _____ ninguno ____

6. Usted practica dicha actividad física porque considera que le aporta a:

Su salud física ____ Su diversión ____ Estimular su creatividad ____

Hacer amigos ____ Su autoestima ____ otras (cuáles)

✓ Justifique su respuesta.

ANEXO 2

ORGANIZACIÓN DE LAS “JUSTIFICACIONES” DADAS POR LAS PERSONAS ENCUESTADAS

Teniendo en cuenta la información recolectada en las justificaciones dadas por las personas, se realiza una organización, por temáticas similares, teniendo en cuenta las necesidades de formación, en coherencia con las dimensiones del ser humano, abordadas en el marco teórico, los resultados de ello, esta clasificación es la siguiente:

NECESIDADES RELACIONADAS CON EL DEPORTE

Pregunta

¿Usted práctica dicho deporte, porque considera que le aporta a?,

➤ **Necesidad de desarrollo humano en general**

- Fortalecer alma y espíritu
- Formación integral

➤ **Necesidad de salud física**

- Tonifica cuerpo
- Cuerpo saludable
- Prevención de enfermedades
- Contrarrestar el stress
- Imagen corporal

➤ **Necesidad de ocio**

- Romper con la rutina

➤ **Necesidad de socialización**

- Mejorar convivencia
- Integración
- Mejorar convivencia

➤ **Otros comentarios**

- No acostumbrado a la práctica
- Motivación

NECESIDADES RELACIONADAS CON LA RECREACIÓN

Pregunta

¿Usted práctica dicha actividad recreativa, porque considera que le aporta a?

➤ **Necesidad de desarrollo humano en general**

- Contribuye al desarrollo de la personalidad
- Fortalecer alma y espíritu
- Medio para el conocimiento de la cultura
- Parte fundamental del aprendizaje y el desarrollo humano.

➤ **Necesidad de salud física**

- Prevención de enfermedades
- Contrarrestar stress
- Evitar malos hábitos
- Mejoramiento de la condición física
- Mejoramiento de los estilos de vida
- Prevención del sedentarismo

➤ **Necesidad de ocio**

- Romper con la rutina
- Aprovechamiento del tiempo libre

➤ **Necesidad de socialización**

- Socializar
- Mejorar convivencia
- Compartir en familia

➤ **Otros comentarios**

- Falta de ofertas para la práctica recreativa
- Expresión corporal

NECESIDADES RELACIONADAS CON LA ACTIVIDAD FÍSICA

Pregunta

¿Usted práctica dicha actividad física, porque considera que le aporta a?,

➤ **Necesidad de salud física**

- Mejoramiento de la condición física
- Tonificar cuerpo
- Imagen corporal

➤ **Necesidad de ocio**

- Aprovechamiento del tiempo libre

➤ **Necesidad de socialización**

- Facilitar la integración social.

➤ **Otros comentarios**

- Falta de tiempo para la práctica
- No acostumbrado a la práctica.