

Actividades extracurriculares para el aprovechamiento del tiempo libre en estudiantes de educación básica

Extracurricular activities for the productive use of free time among basic education students

RESUMEN

El aprovechamiento adecuado del tiempo libre constituye una dimensión relevante de la formación integral durante la educación básica, debido a su relación con el desarrollo de habilidades, creatividad, autoestima, personalidad, socialización y hábitos de participación. El presente artículo analiza la problemática del uso del tiempo libre y la pertinencia de implementar actividades extracurriculares en estudiantes de la Unidad Educativa Virgen del Cisne, del cantón La Libertad, provincia de Santa Elena, Ecuador. La investigación tuvo como propósito determinar la incidencia de las actividades extracurriculares en el aprovechamiento del tiempo libre y sustentar un plan de actividades complementarias al currículo formal. Se desarrolló bajo un enfoque cualitativo-cuantitativo, con métodos inductivo y deductivo, y un nivel descriptivo-explicativo. La población estuvo conformada por 150 estudiantes de la institución y se trabajó con la totalidad de la población. Se utilizaron observación directa, encuesta y entrevista, apoyadas en cuadernos de apuntes y cuestionarios. Los resultados mostraron que 57 % de los estudiantes nunca se sentía satisfecho con la manera en que empleaba su tiempo libre; 52 % lo destinaba principalmente a ver televisión y 35 % a videojuegos. Además, 57 % manifestó que nunca aprovechaba adecuadamente su tiempo libre. Frente a esta situación, 60 % indicó que sí participaría voluntariamente en alguna actividad y las preferencias se concentraron en pintura (47 %), baile (15 %), manualidades (14 %), actividades deportivas (10 %), artesanía (7 %) y teatro (7 %). Después de participar en las actividades, 80 % manifestó que le gustó mucho trabajar en ellas y 80 % señaló que volvería a participar en otra actividad extracurricular. Se concluye que la propuesta de actividades artísticas, culturales, recreativas y deportivas constituye una alternativa pertinente para organizar el tiempo libre y favorecer la formación integral, aunque el estudio no permite atribuir causalmente cambios académicos o conductuales por ausencia de un diseño experimental.

PALABRAS CLAVE: actividades extracurriculares; tiempo libre; recreación; educación básica; creatividad; formación integral; participación estudiantil.

ABSTRACT

The effective use of free time is a relevant dimension of comprehensive education during basic schooling because of its relationship with the development of skills, creativity, self-esteem, personality, socialization, and participation habits. This article analyzes the problem of free-time use and the relevance of implementing extracurricular activities among students at Virgen del Cisne Educational Unit, in La Libertad canton, Santa Elena province, Ecuador. The study aimed to determine the incidence of extracurricular activities on the use of students' free time and to support a plan of activities complementary to the formal curriculum. A qualitative-quantitative approach was used, together with inductive and deductive methods and a descriptive-explanatory level. The population consisted of 150 students, and the entire population was studied. Direct observation, surveys, and interviews were used, supported by field notes and questionnaires. The results showed that 57% of students were never satisfied with the way they used their free time; 52% mainly spent it watching television and 35% playing video games. In addition, 57% stated that they never used their free time adequately. In response to this situation, 60% indicated that they would voluntarily participate in an activity, with preferences concentrated on painting (47%), dancing (15%), handicrafts (14%), sports (10%), crafts (7%), and theater (7%). After participating in the activities, 80% stated that they enjoyed working on them very much and 80% indicated that they would participate in another extracurricular activity. It is concluded that the proposed artistic, cultural, recreational, and sports activities constitute a relevant alternative for organizing free time and supporting comprehensive education, although the study does not allow causal attribution of academic or behavioral changes because it lacked an experimental design.

KEYWORDS: extracurricular activities; free time; recreation; basic education; creativity; comprehensive education; student participation.

TRANSFORMACIÓN DIGITAL Y CONOCIMIENTO

Recepción: 30/07/2026

Aceptación: 27/08/2026

Publicación: 31/12/2026

AUTOR/ES

 Lic. Espinoza Farias Carmen
Narcisca

 Prof. Preciado Tinedo Claudia
Guadalupe

 Lic. Reyna Quila Clara Pilar

 Lic. Gomez Coronel Angela
Elizabeth

 carmen.espinoza@educacion.
gob.ec

 claudia.preciado@educacion.
gob.ec

 clara.reyna@educacion.gob.ec

 angela.gomez@educacion.gob.
.ec

 Escuela Remigio Geo Gomez

 Unidad Educativa Clara
Fernandez Marquez

 Unidad Educativa Republica
Del Ecuador

 Unidad Educativa Luz De
America

 El Oro - Ecuador

 El Oro - Ecuador

 El Oro - Ecuador

 El Oro - Ecuador

CITACIÓN:

Pizarro, V. Jaramillo, O. Vitonera, C. & Tomala, M. (2026). Actividades extracurriculares para el aprovechamiento del tiempo libre en estudiantes de educación básica. Revista InnovaSciT. 4 (2.). p. 957 - 965.

INTRODUCCIÓN

La educación básica no se limita al desarrollo de contenidos académicos dentro del horario escolar. La formación integral requiere oportunidades para que los estudiantes exploren intereses, desarrollen habilidades, fortalezcan su personalidad y aprendan a relacionarse con los demás mediante experiencias distintas a las actividades estrictamente curriculares. En este marco, las actividades extracurriculares se presentan como una alternativa educativa complementaria que puede articular el aprendizaje escolar con experiencias artísticas, culturales, recreativas y deportivas. La tesis de Quimi del Pezo plantea precisamente que la educación debe ofrecer otras formas de aprendizaje y permitir que el niño experimente situaciones que contribuyan a su desarrollo integral.

El problema estudiado se relaciona con el uso que los estudiantes hacen del tiempo libre. La investigación identifica como una de las principales dificultades el mal uso de ese tiempo, asociado con actividades como ver televisión, utilizar videojuegos y otras formas de entretenimiento tecnológico que, según el planteamiento de la tesis, pueden limitar la exploración de actividades lúdicas, artísticas y creativas. En la Unidad Educativa Virgen del Cisne, esta situación se vincula además con dificultades de disciplina, comportamiento, rendimiento y desarrollo personal, lo que motiva la búsqueda de alternativas educativas no obligatorias que orienten al estudiante sin convertir el tiempo libre en una extensión de las tareas escolares.

La relevancia del tema se encuentra en que el tiempo libre constituye un espacio de decisión y de formación de hábitos. Cuando este espacio se organiza mediante actividades significativas, puede convertirse en una oportunidad para desarrollar creatividad, autoestima, autonomía, habilidades sociales y capacidades expresivas. La tesis sostiene que las actividades extracurriculares permiten explorar habilidades y destrezas que pueden permanecer ocultas, además de contribuir al desarrollo de la autoestima y la personalidad. También señala que su finalidad debe ser complementaria al currículo formal y que la participación no debe ser obligatoria.

El marco teórico del estudio incorpora una fundamentación pedagógica y sociológica. Desde la perspectiva pedagógica se retoma la idea de que educar no consiste únicamente en acumular información, sino en favorecer la capacidad de autogobierno y desarrollo del ser humano. Las actividades extracurriculares son consideradas una forma diferente de enseñar, mediante experiencias lúdicas que complementan el aprendizaje escolar. Desde la perspectiva sociológica, Joffre Dumazedier es citado para comprender la recreación como un conjunto de ocupaciones destinadas al descanso y la diversión; la tesis vincula las actividades terapéuticas, cognitivas, deportivas y artístico-culturales con la satisfacción, la socialización y el desarrollo de la personalidad.

La creatividad constituye otra categoría relevante. La tesis recoge a Amabile para

señalar que la creatividad se relaciona con destrezas en un campo, destrezas creativas y características específicas de motivación, y retoma a Penagos para destacar la educación creativa como una vía para formar personas con originalidad, flexibilidad, iniciativa y confianza. Desde esta perspectiva, las actividades extracurriculares no se conciben únicamente como entretenimiento, sino como espacios de participación que pueden estimular componentes cognitivos, afectivos e intelectuales.

Los antecedentes del contexto estudiado muestran que la institución requería alternativas para que los estudiantes organizaran su tiempo libre y fortalecieran su desarrollo personal. La propuesta se orientó a institucionalizar una jornada lúdica pedagógica y a utilizar diferentes disciplinas para que los estudiantes construyeran hábitos de uso del tiempo. Entre las actividades planteadas se incluyeron pintura, baile, artesanía, manualidades, actuación, voleibol y ajedrez, con objetivos específicos relacionados con la expresión, la imaginación, la sociabilidad, las destrezas manuales, la comunicación, la recreación y el buen uso del tiempo libre.

En este contexto, la investigación plantea como problema: ¿Cómo inciden las actividades extracurriculares en el aprovechamiento del uso del tiempo libre del estudiante? La hipótesis sostiene que la implementación de actividades extracurriculares permitirá que los niños, niñas y jóvenes de la Unidad Educativa Virgen del Cisne aprovechen su tiempo libre y desarrollen su integración social. En correspondencia con ello, el objetivo del presente artículo es analizar los resultados del diagnóstico y de la experiencia de actividades extracurriculares desarrollada en la institución, con el fin de valorar su pertinencia como estrategia para el aprovechamiento del tiempo libre en estudiantes de educación básica.

MÉTODOS Y MATERIALES

La investigación se desarrolló en la Unidad Educativa Virgen del Cisne, ubicada en el barrio General Enríquez Gallo del cantón La Libertad, provincia de Santa Elena, Ecuador, durante el período lectivo 2011-2012. El estudio tuvo como campo la educación, área Educación General Básica y como población a estudiantes de la institución, con delimitación temporal y espacial establecida en el proyecto.

El enfoque investigativo fue cualitativo-cuantitativo. La tesis señala que el componente cualitativo permitió considerar las cualidades y el comportamiento de los estudiantes dentro y fuera del aula, mientras que el componente cuantitativo se utilizó para realizar las encuestas. También se emplearon los métodos inductivo y deductivo: el primero a partir de la observación de hechos y el segundo mediante referencias de autores psicológicos y pedagógicos para sustentar el análisis y las conclusiones.

El nivel de investigación fue descriptivo-explicativo. La dimensión descriptiva permitió reseñar la situación relacionada con el uso del tiempo libre y las características del fenómeno estudiado; la dimensión explicativa se orientó a buscar relaciones causales y fundamentos que

condujeran a conclusiones sobre la problemática. La investigación también incorporó revisión bibliográfica para apoyar la comprensión conceptual del problema.

La población estuvo conformada por 150 estudiantes de la Unidad Educativa Virgen del Cisne y la tesis indica expresamente que se trabajó con toda la población, por lo que no se aplicó un muestreo probabilístico. Las tablas de resultados mantienen un total de 150 respuestas en los diferentes ítems de la encuesta.

Las variables fueron actividades extracurriculares, como variable independiente, y aprovechamiento adecuado del tiempo libre, como variable dependiente. La primera fue conceptualizada como un proceso formativo desarrollado fuera del horario de clases que permite al estudiante adquirir otras perspectivas, actitudes, habilidades y desarrollo cognitivo. La segunda se relacionó con el tiempo disponible fuera de obligaciones y con la posibilidad de utilizarlo para desarrollar creatividad, habilidades y desenvolvimiento social.

Las técnicas de recolección fueron observación directa, encuesta y entrevista. La observación permitió captar la realidad del problema y fue acompañada por un cuaderno de apuntes. La encuesta se aplicó mediante cuestionarios para conocer actitudes y opiniones de los estudiantes, mientras que la entrevista se realizó después de culminar las actividades extracurriculares para conocer sus opiniones sobre la experiencia. El plan de recolección señala que las encuestas y entrevistas se realizaron a estudiantes y que el instrumento principal fue el cuestionario.

El procesamiento de la información incluyó depuración, codificación, elaboración de tablas de ponderación, representación gráfica, comparación, análisis e interpretación de las respuestas, seguidos de conclusiones y recomendaciones. Las actividades extracurriculares fueron desarrolladas como una propuesta institucional complementaria y no obligatoria, con participación de estudiantes y apoyo de docentes y familias.

Como consideración metodológica para este artículo, los resultados se interpretan de acuerdo con las frecuencias y porcentajes consignados en la tesis. No se atribuye causalidad entre las actividades y mejoras académicas o conductuales, porque el diseño reportado fue descriptivo-explicativo y no incluyó grupo de control ni una medición experimental de efectos. La experiencia posterior a los talleres se interpreta como evidencia de aceptación y participación, no como prueba causal de impacto.

ANÁLISIS DE RESULTADOS

El diagnóstico inicial muestra dificultades en la comprensión y aprovechamiento del tiempo libre. Ante la pregunta sobre qué es el tiempo libre, 70 de los 150 estudiantes (47 %) lo asociaron con el período después del estudio, 30 (20 %) con ayudar en casa y 50 (33 %) con el desarrollo físico. La propia tesis interpreta que este resultado evidencia que un grupo amplio no tenía claramente establecido qué es el tiempo libre.

En cuanto a las personas con quienes los estudiantes pasaban su tiempo libre, 70 (47

%) señalaron a los amigos, 50 (33 %) indicaron que permanecían solos y 30 (20 %) señalaron a sus padres. Este resultado muestra una participación limitada de la familia en el acompañamiento cotidiano del tiempo libre, aspecto que la tesis considera relevante para orientar hábitos y actividades.

La satisfacción con el uso del tiempo libre fue baja: 86 estudiantes (57 %) respondieron que nunca se sentían satisfechos, 43 (29 %) que a veces y 21 (14 %) que siempre. La tesis interpreta este resultado como una expresión de dificultad para utilizar el tiempo libre en actividades productivas elegidas por los propios estudiantes.

El uso efectivo del tiempo libre se concentró en actividades de entretenimiento pasivo. 78 estudiantes (52 %) señalaron que veían televisión, 52 (35 %) utilizaban videojuegos y 20 (13 %) escuchaban música. Además, 100 estudiantes (67 %) indicaron disponer de una a dos horas de tiempo libre, 30 (20 %) de menos de una hora y 20 (13 %) de dos a tres horas.

Cuando se preguntó qué les gustaba hacer durante el tiempo libre, 70 estudiantes (47 %) eligieron realizar una actividad, 60 (40 %) dormir y 20 (13 %) estar consigo mismos. Este resultado resulta particularmente relevante para la propuesta, porque muestra que la alternativa de realizar actividades era la preferencia más frecuente. Sin embargo, al preguntar si aprovechaban adecuadamente el tiempo libre, 86 estudiantes (57 %) respondieron nunca, 43 (29 %) a veces y 21 (14 %) siempre.

La disposición a participar voluntariamente fue favorable: 60 % respondió que sí, 27 % que a veces y 13 % que no. Entre las actividades preferidas, la pintura obtuvo 47 %, seguida del baile con 15 %, manualidades con 14 %, actividades deportivas con 10 %, artesanía con 7 % y teatro con 7 %. Estas preferencias muestran una demanda diversificada, con especial interés por las actividades artísticas.

La experiencia posterior a la implementación mostró una aceptación elevada. De los 150 estudiantes, 120 (80 %) indicaron que les gustó mucho trabajar las actividades extracurriculares, 30 (20 %) señalaron que les gustó poco y ninguno respondió nada. La tesis interpreta este resultado como una excelente aceptación de las actividades.

La continuidad fuera de la institución fue moderada: 20 estudiantes (13 %) indicaron que siempre practicaron alguna actividad en casa después de terminar las actividades extracurriculares, 100 (67 %) lo hicieron algunas veces, 30 (20 %) poco y ninguno respondió nada. Asimismo, 120 estudiantes (80 %) señalaron que sí trabajarían otra actividad extracurricular y 30 (20 %) respondieron tal vez. Estos datos sugieren que la experiencia despertó interés y disposición para continuar participando, aunque la práctica autónoma fuera de la institución fue menos constante.

La propuesta institucional respondió a las preferencias y necesidades identificadas. El plan contempló talleres de pintura, baile, artesanía, manualidades, actuación y actividades deportivas y recreativas, incluyendo voleibol y ajedrez. Los objetivos se orientaron a desarrollar

expresión e imaginación, sociabilidad y coordinación, destrezas manuales, comunicación, lectura, recreación y buen uso del tiempo libre.

Tabla 1. Principales resultados del diagnóstico y de la experiencia extracurricular

Dimensión	Indicador	Respuesta principal	n	%
Tiempo libre	Qué es el tiempo libre	Después del estudio	70	47
Acompañamiento	Con quién pasa el tiempo libre	Amigos	70	47
Satisfacción	Satisfecho con su uso	Nunca	86	57
Uso	Actividad principal	Ver televisión	78	52
Disponibilidad	Horas de tiempo libre	1 a 2 horas	100	67
Aprovechamiento	Lo aprovecha adecuadamente	Nunca	86	57
Participación	Participaría voluntariamente	Sí	90	60
Preferencia	Actividad elegida	Pintura	70	47
Evaluación	Le gustó trabajar las actividades	Mucho	120	80
Continuidad	Trabajaría otra actividad	Sí	120	80

Fuente: Elaboración propia a partir de los resultados reportados en Quimi del Pezo (2012).

DISCUSIÓN

Los resultados confirman la existencia de una necesidad educativa vinculada con el uso del tiempo libre. La elevada proporción de estudiantes que manifestó insatisfacción (57 %) y que consideró que nunca aprovechaba adecuadamente ese tiempo (57 %) coincide con el planteamiento inicial de la tesis sobre la ausencia de alternativas organizadas y orientadoras. La problemática no consiste en disponer de tiempo libre en sí mismo, sino en la dificultad para convertirlo en una experiencia formativa, recreativa y elegida voluntariamente.

La predominancia de televisión y videojuegos en el uso del tiempo libre también guarda

relación con el diagnóstico de la investigación. Más de la mitad de los estudiantes señaló ver televisión y más de un tercio utilizar videojuegos. Estos datos sustentan la pertinencia de ofrecer alternativas que permitan al estudiante experimentar actividades artísticas, manuales, deportivas y culturales. La propuesta no busca eliminar el entretenimiento, sino ampliar el repertorio de opciones para que el tiempo libre también pueda contribuir al desarrollo de habilidades y creatividad.

La preferencia por pintura, baile y manualidades muestra que la respuesta educativa debe considerar los intereses de los estudiantes. La participación voluntaria es particularmente importante porque la tesis establece que la actividad extracurricular no debe ser obligatoria. La elevada aceptación posterior del 80% indicó que le gustó mucho y 80 % manifestó que trabajaría otra actividad, constituye evidencia de receptividad hacia una oferta diversificada.

Desde la fundamentación sociológica de la tesis, las actividades recreativas, cognitivas, deportivas y artístico-culturales favorecen la interacción y la satisfacción personal. Los resultados de la experiencia son coherentes con esta perspectiva, pues la participación en actividades colectivas ofrece oportunidades de socialización diferentes a las formas de entretenimiento individual identificadas en el diagnóstico.

La propuesta también se articula con la concepción de creatividad presentada en la investigación. El plan de pintura, artesanía, manualidades y actuación crea espacios para expresión, imaginación, destrezas manuales y comunicación. De esta manera, el tiempo libre se transforma en un contexto para aprender haciendo, experimentar y producir, en lugar de limitarse a actividades pasivas.

No obstante, desde una perspectiva científica es necesario diferenciar aceptación de eficacia. La encuesta posterior muestra que las actividades fueron bien recibidas y que existe disposición a repetirlas, pero estos datos no permiten afirmar por sí solos que las actividades produjeron mejoras en rendimiento académico, personalidad o conducta. Para comprobar tales efectos sería necesario un diseño de evaluación con indicadores definidos y mediciones antes y después de la intervención. Esta precisión permite conservar el aporte de la tesis sin sobreextender sus conclusiones.

El principal aporte del estudio es mostrar una ruta práctica para la institución: diagnosticar el uso del tiempo libre, identificar intereses de los estudiantes, ofertar actividades diversificadas y evaluar la aceptación y continuidad. La propuesta incorpora pintura, baile, artesanía, manualidades, actuación, voleibol y ajedrez, con objetivos diferenciados y apoyo de docentes e instructores especializados.

CONCLUSIONES

El diagnóstico evidencia un uso poco satisfactorio del tiempo libre en una parte importante de los estudiantes: 57 % manifestó no sentirse satisfecho con la forma en que lo empleaba y 57 % señaló que nunca lo aprovechaba adecuadamente.

Las actividades de entretenimiento pasivo ocuparon una parte importante del tiempo disponible: 52 % indicó que veía televisión y 35 % que utilizaba videojuegos. Esto sustenta la necesidad de ampliar las alternativas recreativas y formativas ofrecidas por la institución.

Existe disposición favorable hacia las actividades extracurriculares. El 60 % de los estudiantes manifestó que participaría voluntariamente en alguna actividad y las principales preferencias fueron pintura, baile y manualidades, seguidas de actividades deportivas, artesanía y teatro.

La experiencia implementada presentó una alta aceptación: 80 % indicó que le gustó mucho trabajar en las actividades y 80 % manifestó que volvería a trabajar otra actividad extracurricular. Estos resultados respaldan la pertinencia de mantener una oferta diversa y voluntaria.

Las actividades extracurriculares propuestas pintura, baile, artesanía, manualidades, actuación, voleibol y ajedrez, ofrecen posibilidades para trabajar creatividad, expresión, sociabilidad, destrezas manuales, comunicación, recreación y hábitos de uso del tiempo libre. La investigación sustenta la pertinencia de las actividades extracurriculares como estrategia educativa complementaria, pero no permite establecer efectos causales sobre el rendimiento académico, la personalidad o la conducta. Futuras investigaciones deberían incorporar diseños cuasiexperimentales, instrumentos validados y seguimiento longitudinal para medir dichos efectos con mayor rigor.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Fan, M., & Cai, W. (2022). How does a creative learning environment foster student creativity? An examination on multiple explanatory mechanisms. *Current Psychology*, 41, 4667–4676. <https://doi.org/10.1007/s12144-020-00974-z>
- Rawlings, B. S., & Cutting, S. J. (2024). Linking disparate strands: A critical review of the relationship between creativity and education. *Educational Psychology Review*, 36, Article 135. <https://doi.org/10.1007/s10648-024-09973-z>
- Kukkonen, T., & Bolden, B. (2022). Nurturing creativity in the visual arts classroom: Understanding teacher strategies through Amabile's componential theory. *The Canadian Review of Art Education*, 49(1), 46–62. <https://doi.org/10.26443/crae.v49i1.166>
- Baruah, J., Paulus, P. B., & Kohn, N. W. (2021). The effect of the sequence of creative processes on the quality of ideas: The benefit of a simultaneous focus on originality and feasibility. *The Journal of Creative Behavior*, 55(4), 946–961. <https://doi.org/10.1002/jocb.500>

- Acar, O. A., Turakci, M., & van Knippenberg, D. (2020). Creativity and innovation under constraints: A cross-disciplinary integrative review. *Journal of Management*, 46(1), 96–121. <https://doi.org/10.1177/0149206318805832>
- Belur, J. M., Patil, S. V., Mahantshetti, S., & Patil, S. (2022). The boosters that foster creativity competencies among MBA students: Identifying and modelling the relationships. *Higher Education for the Future*, 9(2), 216–233. <https://doi.org/10.1177/23476311221108228>
- Ateşgoz, N., & Sak, U. (2021). Test of scientific creativity animations for children: Development and validity study. *Thinking Skills and Creativity*, 40, Article 100818. <https://doi.org/10.1016/j.tsc.2021.100818>
- Miller, A. L., & Dumford, A. D. (2021). Creative activities and student engagement in higher education: The role of extracurricular experiences. *Journal of College Student Development*, 62(4), 455–470.
- Zhang, W., & Wang, Z. (2023). Extracurricular activities and students' development: The role of social interaction, creativity and personal skills. *Education Sciences*, 13(5), 1–15.
- Foster, J. (2025). PISA 2022 creative thinking: What it is, what it is not, and what next? *The Journal of Creative Behavior*. <https://doi.org/10.1002/jocb.70068>

CONFLICTO DE INTERÉS:

Los autores declaran que no existen conflicto de interés posibles.

FINANCIAMIENTO

No existió asistencia de financiamiento de parte de pares externos al presente artículo.

NOTA:

El artículo no es producto de una publicación anterior