

Universidad Internacional de La Rioja

Facultad de Educación

Máster en Orientación Educativa Familiar

Diseño de una Propuesta de
Intervención sobre la Importancia del
Tiempo Libre como Pilar de la Cohesión
Familiar

Trabajo fin de estudio presentado por: Grace Karolina Landázuri Carranco

Tipo de trabajo: Propuesta de intervención no implementada

Área de conocimiento: Familia, Escuela y Sociedad

Directora: Dra. Fátima Olivares

Fecha: 8/07/2021

Categoría Tesouro: 1.6.1 Educación Familiar

Resumen

Actualmente, la institución familiar enfrenta muchos retos: la conciliación trabajo - familia, la invasión tecnológica en espacios de entretenimiento, falta de comunicación e interacción socioemocional y la tendencia de hábitos de ocio nocivos. Las rutinas de tiempo libre en familia carecen de valor. La falta de planificación y supervisión del tiempo libre puede generar secuelas e incluso llegar a convertirse en un factor de riesgo social para los niños y adolescentes. El propósito de este proyecto es empoderar a los padres para que implementen una rutina de tiempo libre en la que se permitan interactuar y divertirse con sus hijos sin necesidad de aparatos electrónicos. Respondiendo a ese contexto, se plantea el diseño de un programa de orientación para padres de niños de 5 años de la Iglesia Dios es Fiel, sobre la importancia del manejo del tiempo libre como pilar de la cohesión familiar. Mediante una metodología socioactiva y participativa, se busca aportar con información, estudios y estrategias que puedan adaptarse a su cotidianidad y ser instauradas en su dinámica familiar.

Palabras clave: Educación Familiar, Tiempo de Ocio, Cohesión Familiar, tecnología.

Abstract

Currently, the family institution faces many challenges: the work-family conciliation, the technological invasion in spaces of entertainment, lack of communication and socio-emotional interaction and the tendency of harmful leisure habits. Family free time routines are worthless. The lack of planning and supervision of free time can generate consequences and even become a social risk factor for children and adolescents. The purpose of this project is to empower parents to implement a routine of free time in which they allow themselves to interact and have fun with their children without the need for electronic devices. Responding to this context, the design of an orientation program for parents of 5-year-old children of Iglesia Dios es Fiel is proposed, on the importance of managing free time as a pillar of family cohesion. Through a socio-active and participatory methodology, it seeks to provide information, studies and strategies that can adapt to their daily lives and be established in their family dynamics.

Keywords: Family Education, Leisure Time, Family Cohesion, technology.

Tabla de Contenido

1. Introducción	1
1.1. Justificación de la temática	2
1.2. Planteamiento del problema	3
1.3. Objetivos	6
Objetivo General	6
Objetivos Específicos	6
2. Marco Teórico	7
2.1. El Tiempo Libre como Pilar de la Cohesión Familiar	8
2.1.1. La Importancia del Tiempo Libre compartido en Familia	8
2.1.2. Cambios sociales y su Influencia en la Dinámica Familiar	10
2.1.3. El Valor del Tiempo de Ocio como Factor de Riesgo o de Prevención	13
2.1.4. Estrategias para Fomentar el Tiempo Libre en Familia	16
2.1.5. Estrategias para Fomentar el Tiempo Libre en la Primera Infancia	18
2.2. Familias en un Mundo Digital	22
2.2.1. El Impacto de la Tecnología en el Tiempo Libre compartido en Familia	22
2.2.2. Estrategias que Promueven el Manejo Seguro de los Recursos Digitales en el Tiempo Libre	24
3.1. Análisis de Propuesta de Intervención: Programa Aprender juntos, crecer en familia	26
3. Propuesta de Intervención	28
3.1. Justificación de la Propuesta de Intervención	28
3.2. Contextualización de la Propuesta	29
3.3. Diseño de la Propuesta	30
3.3.1. Objetivos	30
3.3.2. Metodología a Utilizar en las Sesiones de Intervención	34
3.3.3. Desarrollo de la Propuesta de Intervención	41
3.3.4. Temporalización: Cronograma	66
3.3.5. Recursos Necesarios para Implementar la Intervención	71
3.4. Diseño de la Evaluación de la Propuesta de Intervención	71
4. Conclusiones	75

5. Limitaciones y Prospectiva	78
5.1. Limitaciones	78
5.2. Prospectiva	78
6. Referencias Bibliográficas	80
7. Anexos	85

Índice de Tablas

Tabla 1. Sugerencias de Actividades de Tiempo Libre para Primera Infancia _____	20
Tabla 2. 15 Posibilidades para un Disfrute del Ocio _____	21
Tabla 3. Acciones Preventivas ante el Uso Excesivo de Recursos Tecnológicos _____	25
Tabla 4. Estrategias Familiares para Evitar el Uso Excesivo de Recursos Tecnológicos _____	26
Tabla 5. Objetivos de la Propuesta de Intervención _____	31
Tabla 6. Metodología de la Propuesta de Intervención _____	37
Tabla 7. Resumen General del Programa _____	41
Tabla 8. Desarrollo Sesión 1 _____	43
Tabla 9. Desarrollo Sesión 2 _____	45
Tabla 10. Desarrollo Sesión 3 _____	47
Tabla 11. Desarrollo Sesión 4 _____	49
Tabla 12. Desarrollo Sesión 5 _____	51
Tabla 13. Desarrollo Sesión 6 _____	53
Tabla 14. Desarrollo Sesión 7 _____	55
Tabla 15. Desarrollo Sesión 8 _____	57
Tabla 16. Desarrollo Sesión 9 _____	59
Tabla 17. Desarrollo Sesión 10 _____	63
Tabla 18. Temporalización de la Propuesta _____	67
Tabla 19. Cronograma de la Propuesta _____	70
Tabla 20. Diseño de la Evaluación de la Propuesta _____	71

Índice de Figuras

Figura 1: Contribución del Ocio Familiar Compartido _____	10
Figura 2: Teoría Ecosistémica del Desarrollo Bronfrenbener _____	14
Figura 3. Uso de Internet según Actividades _____	23

1. Introducción

La importancia de la familia radica en su carácter protector y estimulante, es el entorno donde el ser humano inicia sus experiencias de pertenencia a un grupo y comunidad, desarrollando la base de valores como la empatía, la solidaridad y la capacidad de generar conexiones socioafectivas. Estos son los elementos que construyen la identidad de cada individuo, su percepción de la vida y de su entorno social (Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia, UNICEF, 2017).

Sin embargo, el mismo núcleo familiar en condiciones de inseguridad, abandono, carencia socioafectiva, se convierte en un sistema perjudicial y de riesgo afectando directamente la identidad, el desarrollo y personalidad de sus miembros quienes adoptan rasgos desconfiados, pesimistas, introvertidos, irresponsables, temerosos, de baja autoestima, hostiles, con dificultades en relaciones socioafectivas, entre otros (Bas y de Guzmán, 2010).

La sociedad ha evolucionado y esto ha implicado también un proceso de cambios en la estructura y funcionalidad familiar; tanto por el nuevo orden económico-laboral, la inmersión de la mujer en la actividad productiva, como por el auge de la tecnología en la vida laboral, personal y familiar. Es por eso que evidentemente en la dinámica familiar el tiempo libre compartido por un lado se ve reducido y por otro se ve invadido por estos factores que alteran, obstaculizan y muchas veces hasta impiden que sucedan procesos de intercambio y conexión socioemocional (Ulloa, 2016).

En este nuevo orden se generan herramientas de comunicación virtuales (redes sociales, blogs, apps) que van cambiando la naturaleza de las relaciones asumiendo poco a poco a estos medios digitales como su más cercano entorno social (UNICEF, 2017).

Respondiendo a esta realidad este proyecto busca primero conducir a la concientización de la importancia de desarrollar lazos socioafectivos sanos, seguros y fuertes en la familia. Además, se acompañará a los padres en el análisis de un recurso familiar tan valioso como es el tiempo libre y la organización de la rutina de cada hogar en estos períodos. Para alcanzar los objetivos planteados, se diseñará un programa de talleres vivenciales, que busca potenciar a padres de niños de cinco años de la Iglesia Dios es Fiel, en el manejo del tiempo libre como un factor de cohesión, bienestar y prevención.

1.1. Justificación de la temática

La familia sin duda es el primer hogar que acoge a la humanidad y es en este entorno donde se construye el ser integral de cada individuo (Bas y de Guzmán, 2010). A partir de la dinámica y funcionalidad de cada familia se establecen rasgos básicos en sus miembros como: la identidad, emociones, valores, el sentido de pertenencia, su relación con el entorno social y su proyección hacia la comunidad (Bas y de Guzmán, 2010).

Para fortalecer esos procesos de convivencia y vínculos socioafectivos familiares es necesario el tiempo compartido, un recurso que ha llegado a ser tan escaso actualmente debido a los cambios en la industria laboral, en los roles y estructura familiar que han provocado que se construya una nueva rutina de vida (Carrasco et al., 2007).

En esta misma línea de cambios en la dinámica familiar también se encuentra la tecnología como una herramienta que forma parte del nuevo orden de vida de padres e hijos y que ha llegado a ser parte de su rutina y vida cotidiana. El mundo tecnológico sin duda lleno de oportunidades pero también de retos y riesgos ante un mal manejo. En los últimos diez años las TIC han alcanzado un gran auge y se han convertido en parte vital del desenvolvimiento y la vida de la sociedad (Barrera, 2020).

Las herramientas tecnológicas pueden incluir: computadora, celular, tabletas, televisión, videojuegos, redes sociales y el mundo virtual del internet en general. En contexto de pandemia hoy en día también se ha convertido en principal medio del proceso educativo y de teletrabajo; es decir, se hace uso de estos recursos con fines de cumplir responsabilidades, investigación, aprendizaje y también de ocio, interacción social y entretenimiento pues la dinámica de vida cambió (Barrera, 2020).

Según estudios de RedNatic en Latinoamérica “La mayoría de los niños y adolescentes reconocen que el acceso a Internet es una cuestión crucial en sus vidas” (Barrera, 2020, p.4) y el 80% lo consideran como un derecho humano fundamental.

Sin embargo, frente a la gran diversidad de oportunidades que puede brindar la tecnología también puede convertirse en una herramienta que usada en exceso o sin orientación puede convertirse en un factor que provoque distanciamiento intrafamiliar. Eso es justamente lo que se busca lograr con este proyecto, usar el tiempo como un recurso para alcanzar un mayor acercamiento familiar mediante experiencias lúdicas, activas y de contacto

interpersonal que fortalezcan vínculos socioafectivos (adaptadas al contexto de pandemia) (UNICEF, 2017).

Bajo la experiencia de la autora del proyecto en relación con las familias se puede afirmar que actualmente debido al régimen laboral tan exigente para papá y mamá y al posicionamiento de la tecnología en la rutina individual y familiar, la falta de disponibilidad de tiempo de los padres es una realidad muy común y las experiencias socioafectivas intrafamiliares han disminuido (Barrera, 2020).

Las familias necesitan de mayor acompañamiento y orientación en cuanto al manejo del tiempo que logran coincidir y compartir entre todos sus miembros. Ese tiempo sea poco o mucho debe ser valorado, apreciado y encaminado a fortalecer la cercanía y las relaciones interpersonales (UNICEF, 2017).

El propósito de este proyecto es empoderar a los padres para que implementen una rutina de tiempo de ocio en la que se permitan interactuar y divertirse con sus hijos sin necesidad de aparatos electrónicos, rescatando los factores que tanto bien hacían a la familia hace muchos años y que mantenían vivas las tradiciones, los ritos y costumbres familiares, integrando actividades: lúdicas, musicales, artísticas, en contacto con la naturaleza y el exterior (Bas y de Guzmán, 2010).

Diferentes estudios afirman que el juego aporta al desarrollo durante todas las etapas de la persona fortaleciendo habilidades psicosociales y brindando la oportunidad de vivenciar experiencias de cercanía y conexión con las personas de su entorno (Carrasco et al., 2007).

Es por eso que la presente investigación pretende proponer el diseño de un programa para orientar y acompañar a los padres en el proceso de la implementación de espacios y actividades lúdicas en su rutina de tiempo de ocio para fortalecer los vínculos socioafectivos intrafamiliares.

1.2. Planteamiento del problema

La falta de conciencia social sobre la importancia de relaciones intrafamiliares sanas y seguras es una realidad en crecimiento, frente a esta problemática los estudios demuestran que una persona que no crece en un entorno familiar afectivo, estable y con apegos seguros se verá afectada en todas las áreas y etapas de su desarrollo personal y social. El resultado

serán carencias y dificultades en el sentido de pertenencia, identidad, seguridad propia y en la proyección y cooperación hacia la sociedad (UNICEF, 2017).

El escenario en Ecuador no varía de acuerdo a los informes de Naciones Unidas que revelan las limitaciones que enfrenta la familia en la actualidad:

Los efectos de esta situación, se expresan en patrones de comportamiento como falta de diálogo en la familia, hijos e hijas que se sienten descuidados, lo cual da lugar a niños y niñas con baja autoestima y carentes de habilidades sociales como la resiliencia, la asertividad y la proyección a futuro; adolescentes inmersos en problemas de droga, alcoholismo, pornografía, embarazo adolescente, violencia sexual; impidiendo de forma general, una vivencia sana, armónica en la familia y de forma específica una vivencia integral de afectividad (Presidencia de la República del Ecuador, 2015, p.12).

Una cifra que también es alarmante a nivel nacional es la que arroja “un estudio realizado por el Instituto Nacional de Estadística y Censos (INEC), señala que los ecuatorianos dedican, en promedio, una hora al día para pasar con su familia” (Granda, 2014, párr. IV). Frente a esta realidad se han desarrollado a nivel mundial diferentes iniciativas de proyectos, programas y políticas que respaldan el rol de la familia en el desarrollo de la sociedad. Sin embargo, aún existe falta de corresponsabilidad y sensibilización sobre este tema en los diferentes sectores sociales (Arriagada, 2007).

Algunas de las estrategias que se han adoptado son referentes a la conciliación de trabajo y tiempo en familia implementando políticas laborales flexibles como: el trabajo a tiempo parcial, la jornada laboral reducida, los contratos por horas, teletrabajo, trabajo a distancia, vía internet, entre otros. Permisos de maternidad y paternidad, mayor flexibilidad cuando sus hijos sean menores (Arriagada, 2007).

Adicionalmente, en este nuevo orden el tiempo compartido en familia se ve reducido e invadido también por los recursos tecnológicos que promueven no solamente innumerables opciones de entretenimiento sino una nueva naturaleza de relaciones y comunicación virtuales, lo que evidentemente ha llevado a considerar a estos medios como el entorno social más cercano (UNICEF, 2017). Estas condiciones se han agudizado en contexto de pandemia lo que ha significado un nuevo orden de vida con un mundo digitalizado arrojando

la necesidad de promover un uso responsable, controlado y seguro de estos medios (Lizarazo y Vizcarra, 2020).

Según estudios de Sales (2015) se ha comprobado estadísticamente que existen factores del mundo virtual que conducen al aislamiento, estado conocido en algunos casos como «mentalidad APP», los estadounidenses experimentan una tendencia creciente con esta problemática. En Latinoamérica los estudios revelan que alrededor de veinte horas de televisión semanales remplazan actividades como el estudio, descanso y principalmente, el tiempo en familia (Marín, 2014).

Bajo la experiencia profesional de la autora de este trabajo con padres de familia, niñas y niños de nivel Preescolar, cada vez se enfrentan escenarios más alarmantes. Pues debido a los diversos cambios en la dinámica intrafamiliar actual, las rutinas de tiempo libre en familia carecen de valor y de una planificación. Además, están más enfocadas al descanso y entretenimiento pero haciendo uso generalmente de medios tecnológicos lo que fomenta mayor desconexión socioafectiva (Marín, 2014).

“El ocio es, en efecto, uno de los pilares de cohesión familiar, pero también puede ser todo lo contrario” (Cuenca, 2005, p.2). La falta de planificación y supervisión del tiempo libre puede generar secuelas e incluso llegar a convertirse en un factor de riesgo social para los niños y adolescentes. Por eso es indispensable que los padres cuenten con acompañamiento, orientación y recursos para fomentar la organización y planificación de la rutina de tiempo libre (Lizarazo y Vizcarra, 2020).

Partiendo de este contexto con este programa se busca informar, sensibilizar y empoderar a los padres de niños de cinco años de la Iglesia Dios es fiel-Quito en temáticas como: el tiempo libre como pilar de la cohesión familiar y el impacto de la tecnología en espacios de ocio. Además, de orientarles en la planificación de rutinas de tiempo libre para que en estos períodos se desarrollen actividades que fortalezcan los lazos socioafectivos familiares. Aportando recursos acordes a la etapa de desarrollo de sus hijos y que sean de interés y motivación para las familias, basados en una metodología lúdica, cooperativa, creativa relacionada con la música, el arte, la naturaleza, exteriores, juegos tradicionales, entre otros.

1.3. Objetivos

Objetivo General

- Diseñar una propuesta de intervención sobre la importancia del tiempo libre como pilar de la cohesión en familias con hijos de cinco años del “Taller Infantil” de la Iglesia Dios es Fiel-Quito.

Objetivos Específicos

- Realizar una revisión bibliográfica identificando al tiempo libre como pilar de la cohesión familiar, profundizando en los cambios que ha experimentado la sociedad y su influencia sobre la dinámica familiar actual.
- Analizar el tiempo libre como un factor de prevención o de riesgo y estudiar propuestas de estrategias y alternativas de ocio sanas como el juego.
- Profundizar en el estudio de la organización del tiempo libre y rutinas en la familia y analizar el impacto que ha tenido la tecnología en esos espacios.
- Diseñar 10 sesiones para un taller formativo para padres sobre el tiempo libre como pilar de la cohesión familiar y el impacto de la tecnología en espacios de ocio.
- Proponer la construcción social y cooperativa de una guía de actividades lúdicas para que sean implementadas en la rutina de las familias de los participantes y en el día de feria de juegos.
- Aportar la propuesta de un día de “Feria de Juegos en Familia”, promoviendo la consolidación de modelos de ocio sanos e integradores.
- Plantear la evaluación de la propuesta de intervención con el fin de determinar el grado de cumplimiento de los objetivos.

2. Marco Teórico

El proceso de revisión de la literatura inicia con la búsqueda de fuentes bibliográficas que cumplan con los estándares de validez. Se ha ido implementando diferentes métodos de búsqueda en el proceso. Una estrategia muy útil en la revisión ha sido buscar fuentes y autores en las listas de referencias de artículos relacionados, otra opción ha sido recibir fuentes de profesionales que investigan sobre temas similares, por último, otra alternativa ha sido buscar en páginas oficiales de UNICEF, UNESCO, CEPAL y organismos de investigación del gobierno. Además, también se ha empleado herramientas como google académico, biblioteca virtual UNIR, Proquest, plataformas de universidades y organizaciones de investigación nacionales e internacionales.

El proceso de almacenamiento de la información también es primordial, se ha llevado a cabo de manera estructurada, es decir, clasificando las fuentes encontradas, en base a un criterio específico como: tema, autor, capítulo. Se ha almacenado los archivos digitales en una sola carpeta y se ha generado un respaldo en una de las plataformas de almacenamiento digital como: megasync, onedrive, google drive.

La revisión bibliográfica ha arrojado estudios muy valiosos, desarrollados desde distintas líneas de investigación: psicológicas, sociológicas, pedagógicas, filosóficas; las mismas que fortalecen el análisis del tiempo libre como pilar de la cohesión familiar, desde una perspectiva de los cambios en la sociedad y la familia actual. Adicionalmente, durante la revisión fueron surgiendo temáticas entrelazadas con la base conceptual del proyecto como: valor del tiempo de ocio como factor de riesgo o de prevención, estrategias para fomentar el tiempo libre en familia, el impacto de la tecnología en el tiempo libre de las familias.

Los estudios que engloban estas temáticas son principalmente de: Gardner y Davis, Bronfenbrenner, UNICEF, CEPAL, IIN-OEA, Ministerio de Educación del Ecuador, Observatorio Social del Ecuador, la Generación Interactiva en Iberoamérica y en España, Instituto de Adicciones de Madrid Salud. Artículos valiosos de Obando, Melo, del Fresno, Maroñas, et al., Reyes, Offer, Hodge, et al.. Además, está la contribución de Manuel Cuenca, un autor que ha encaminado sus investigaciones específicamente al tiempo de ocio en la familia.

A partir de la literatura antes mencionada, se brinda una visión global y actual del presente estudio debido a la diversidad de los autores y la calidad de las fuentes de información. El marco teórico está organizado en tres temas principales que son: El Tiempo Libre como Pilar de la Cohesión Familiar, Familias en un Mundo Digital y el Análisis de una Propuesta de Intervención: Programa Aprender juntos, crecer en familia. Temáticas que se analizarán con mayor profundidad a lo largo del capítulo dos.

2.1. El Tiempo Libre como Pilar de la Cohesión Familiar

2.1.1. La Importancia del Tiempo Libre compartido en Familia

Pese a los cambios profundos en la sociedad, la familia como institución primaria y más antigua de la humanidad, sigue siendo un soporte de las relaciones afectivas, de la conformación de la identidad y de las interrelaciones sociales que acompañan los procesos de maduración y desarrollo de sus miembros (Arriagada, 2007). Las transformaciones en el mundo laboral y social se han convertido en factores de riesgo para la familia, obstaculizando el desarrollo socioafectivo de las personas, el mismo que principalmente sucede dentro del sistema familiar (Reyes, 2015).

Sin embargo, pese al rol y la importancia de la familia en el desarrollo de la sociedad, se han impuesto cada vez más exigencias adaptativas sobre ella (Arriagada, 2007). Principalmente, los retos y presiones que enfrentan sus miembros al ser parte del mercado laboral, tanto en sistemas formales e informales, constituyen las principales dificultades que han afectado negativamente el bienestar personal y familiar (Reyes, 2015).

El marco legal y político a nivel mundial considera a la familia como un elemento explicativo del desarrollo, bienestar y comportamiento individual (Maroñas et al., 2018). No obstante, existe incoherencia frente a la gran importancia que se le ha asignado a la familia y la verdadera atención que se le otorga en las políticas públicas, proyectos, planes de acción comunitarios y sociales (Arriagada, 2007).

La función y definición de familia en el caso de la infancia toma como punto de partida a padres como actores y garantes de derecho de sus hijos (seguridad, afecto, cuidado, desarrollo integral, bienestar) (Velasco et al., 2016). El núcleo familiar para las niñas y niños debe ser “[...] un lugar de refugio y protección frente a circunstancias externas que pueden ser agresivas para su desarrollo y seguridad” (Velasco et al., p. 21).

Algunos de los lineamientos jurídicos que ratifican el rol tan importante de la familia y de sus padres en el acompañamiento del desarrollo de sus hijos son: la Convención sobre los Derechos del Niño 1989 (DCN), el Código de la Niñez y Adolescencia Ecuador 2003, la Constitución Nacional, la Ley Orgánica de Educación Intercultural, entre otros (Velasco et al., 2016). Marcos normativos que incorporan los principios de protección integral, viendo a los niños ya no como “objetos de protección” sino como “sujetos de derechos” (Velasco et al., 2016).

Por lo tanto, se recomienda que como padres garantes de derechos adopten acciones de protección y prevención para su familia, para que estas medidas se conviertan en su caparazón y barrera de contención ante los diversos fenómenos de la sociedad actual (Sanz et al., 2018). Respondiendo a este contexto el manejo y la organización del tiempo en familia es uno de los recursos más valiosos para fortalecer una sana coexistencia a nivel intrafamiliar (Hodge et al., 2015). Por eso es tan indispensable la introducción de estrategias que promuevan una cultura familiar de planificación del tiempo libre evitando el uso excesivo de medios tecnológicos y una conciliación entre la carga laboral-responsabilidades y tiempo compartido en familia (Del Fresno, 2011).

Los aportes humanísticos y empíricos enuncian la importancia del tiempo de ocio compartido en familia como un factor determinante en el sentido de bienestar y múltiples beneficios para el grupo familiar (Hodge et al., 2015). La concepción holista integra el desarrollo intelectual, psicológico, biológico y social de quienes participan en periodos de ocio (Sanz et al., 2018). Adicionalmente, los padres podrán educar a sus hijos hacia una cultura del valor del tiempo libre y un manejo responsable de este recurso (Maroñas, et al., 2018).

En la figura 1 se resumen las contribuciones más significativas del ocio familiar compartido. La institución familiar constituye un entorno privilegiado para fomentar la adquisición de aprendizajes relacionados con la afectividad, la socialización, la convivencia y también para la transmisión y afianzamiento de hábitos, valores y comportamientos (Del Fresno, 2011). Procesos que se desarrollan principalmente en las vivencias compartidas en el núcleo familiar. En consecuencia, el tiempo y las experiencias compartidas deben ser valoradas como espacios de aprendizaje, en especial esos momentos libres de ocupaciones y distracciones que se enfocan en la afectividad y la atención a fortalecer las relaciones

intrafamiliares (Maroñas et al., 2018). Motivándose a ir un poco más allá: de la convivencia hacia la coexistencia, buscando la escucha activa, el diálogo, actividades creativas, integradoras y cooperativas (Arriagada, 2007).

Figura 1. *Contribución del Ocio Familiar Compartido*



Fuente: Tomado de Tierno (2016, p.64).

En el siguiente punto se desarrollará más a profundidad la evolución del tiempo de ocio en la dinámica intrafamiliar y los cambios históricos y sociales que configuran su realidad actual.

2.1.2. Cambios sociales y su Influencia en la Dinámica Familiar

Al referirse a la familia se está haciendo mención de un sistema que no puede ser aislado, sino que forma parte de procesos sociohistóricos más amplios que influyen en su desarrollo, como: estándares productivos, reproductivos, patrones culturales y regímenes políticos (Bronfenbrenner, 1987). Cada núcleo familiar está en constante relación con el esquema del mercado laboral y la conformación de diversos movimientos sociales, y en este contexto se presentan nuevas tendencias como disminución de las tasas de fecundidad e incremento de

las de divorcio, que son parte inherente de vastos procesos sociales y culturales que a su vez también están al amparo de las políticas públicas (Durán et al., 2004).

Se puede mencionar diversos y profundos cambios históricos como la urbanización y la secularización, ligados a procesos de auge laboral-industrial, tecnológico y educativo que han marcado nuevas tendencias de vida en la sociedad (Reyes, 2015). Es este el caso de la reproducción y el matrimonio que muestran índices cada vez más bajos (Durán et al., 2004). Durante el s. XX, específicamente en la Región Latinoamericana, sucedieron cambios profundos que repercutieron en la estructura de la organización de la sociedad y de las familias (Arriagada, 2007). La urbanización acelerada, la inserción en aumento de la mujer en el mundo laboral, el crecimiento de la población educada y el desarrollo de recursos digitales fueron parte de esta transformación (Durán et al., 2004).

En los países de Latinoamérica ya en el año 2005 se observa un incremento de las familias biparentales (con hijos), en las que los dos padres ejercen el rol de trabajo y provisión llegando a un 33% (Arriagada, 2007). Por otro lado, se evidencia un aumento de familias monoparentales y las familias en las que la mujer ejerce el rol de jefa de hogar y proveedora (Arriagada, 2007). A partir de estos profundos cambios sociales surge una nueva dinámica intrafamiliar y se empieza a evidenciar cada vez mayor dificultad para conciliar la carga laboral y la vida en familia. Las nuevas presiones del medio sitúan a la familia y al trabajo como realidades cada vez menos compatibles (Reyes, 2015).

Siguiendo esta línea de transformaciones se debe mencionar también el posicionamiento de las TIC (Tecnologías de la Información y la Comunicación) en la dinámica social, laboral, educativa y familiar (Obando, 2018). Las TIC engloban diferentes herramientas tecnológicas como: el internet, computadoras, celulares, tabletas, apps, blogs, televisión, radio, redes sociales y videojuegos que se han desarrollado como recursos, medios y espacios con diferentes fines: comunicativos, de intercambio de información, de aprendizaje, conocimiento, empoderamiento, participación, entretenimiento (Ministerio de Educación de Ecuador, en adelante MINEDUC, 2017).

En el nuevo orden social las TIC han acaparado la dinámica del tiempo de ocio (Gardner y Davis, 2013). Esto se debe al gran interés que despierta en la población, en especial en niños y adolescentes (Gardner y Davis, 2013). Convirtiéndose en una tendencia de entretenimiento e interacción socioemocional (Offer, 2013). Más adelante se analizará esta

temática con mayor profundidad. A continuación se citan los planteamientos de Álvarez (2004, citado en Cuenca, 2005) que refuerzan lo planteado en este punto:

La pérdida de relaciones sociales en casi todos los ámbitos, el imparable proceso de individualización en las sociedades modernas y el desarrollo tecnológico potencia en un nuevo horizonte de ocio en los hogares. Ocio que configura unas nuevas funciones de un hogar que ha cambiado en todas sus facetas. Un nuevo entorno que permite formas de relación inéditas que, sin embargo, fomentan de la soledad (p.89).

Frente a los procesos de profunda transformación social, el tiempo de ocio va adquiriendo nuevas direcciones y mayor importancia (Maroñas et al., 2018). Esto sucede en parte como resultado de la implementación de políticas de trabajo: jornadas laborales, diferentes modalidades de trabajo, días de descanso, horas libres y vacaciones. Lamentablemente, este proceso se da en un momento social, en que la familia se ve debilitada (Cuenca, 2005). Como resultado, el uso de este tiempo se delega a agentes externos como: medios de comunicación, TIC, instituciones, organismos y diversas alternativas de ocio que empiezan a surgir como resultado de las presiones laborales de los padres (Del Fresno, 2011).

Así nace el mercado del ocio a partir de los años 80 y es en ese momento cuando empieza a surgir esa oferta y demanda de programas de ocio para niños y adolescentes, considerados como una población en alto riesgo durante esos períodos de tiempo libre (Cuenca, 2005). Los programas de ocio son generalmente después de la jornada escolar, sin el acompañamiento y orientación de sus padres (Del Fresno, 2011). El ocio se convierte entonces en un producto de consumo, más que en una experiencia, un concepto que se proyecta en crecimiento con el auge de la publicidad y el marketing que mediante los recursos tecnológicos (televisión, redes sociales, radio) potencian su alcance y venden una nueva concepción del tiempo libre (Obando, 2018).

La nueva concepción del tiempo libre parte de bases materialistas, consumistas e individualistas (Cuenca, 2005). Este nuevo modelo de ocio promueve la deshumanización, la publicidad en masa, anulación de criterio, la satisfacción inmediata, la hiperactividad, presiones mediáticas de productos y ofertas de ocio para las familias, llegando muchas veces a la ansiedad y a un consumo compulsivo (Instituto de Adicciones de Madrid Salud, 2006).

Algunas ofertas y programas de tiempo libre que surgieron a partir de la nueva dinámica de la sociedad actual son: extracurriculares, cursos, arte, música, deportes, tareas dirigidas, cocina, estimulación, idiomas, campamentos, ludotecas, bibliotecas, parques, vacacionales, clubes, museos, centros de juegos y atracciones, casas de juventud y centros comunitarios (Instituto de Adicciones de Madrid Salud, 2006). Estos espacios de educación no formal se convierten en recursos muy útiles para el trabajo preventivo con niños y adolescentes y vienen a ser un muro de contención para una población que en medio de la nueva dinámica laboral se ve en el abandono y en riesgo (Offer, 2013).

La proyección de acuerdo a la realidad actual es que estas actividades de ocio sean cada vez más compartidas y se desarrollen en una dinámica familiar de integración (Hodge et al., 2015). Es decir, que las opciones de ocio se conviertan en un recurso a favor de la cohesión familiar y tomen un enfoque relacional y socioafectivo como: jugar cooperativamente, ir a un parque en familia, cuidar las plantas, paseos y caminatas juntos, viajes, deportes, lectura, clubes en familia, talleres de arte, de cocina con padres, asociaciones de padres, días de integración, proyectos y ofertas comunicatorias, entre otras (Offer, 2013).

En la siguiente sección se analizará con mayor profundidad las secuelas de la carencia de experiencias de tiempo libre en familia, promoviendo experiencias socioafectivas como un factor de seguridad para el desarrollo personal y grupal.

2.1.3. El Valor del Tiempo de Ocio como Factor de Riesgo o de Prevención

La familia como la primera comunidad de la humanidad posee una naturaleza relacional, afectiva y de pertenencia. Pese a los cambios que han surgido a nivel social el entorno familiar no pierde su carácter acogedor y es por eso que sigue teniendo protagonismo en el desarrollo de la sociedad. En el núcleo de un hogar nacen los vínculos socioafectivos más fuertes, la formación de la identidad personal y el modelo de relaciones con los demás (Velasco et al., 2016).

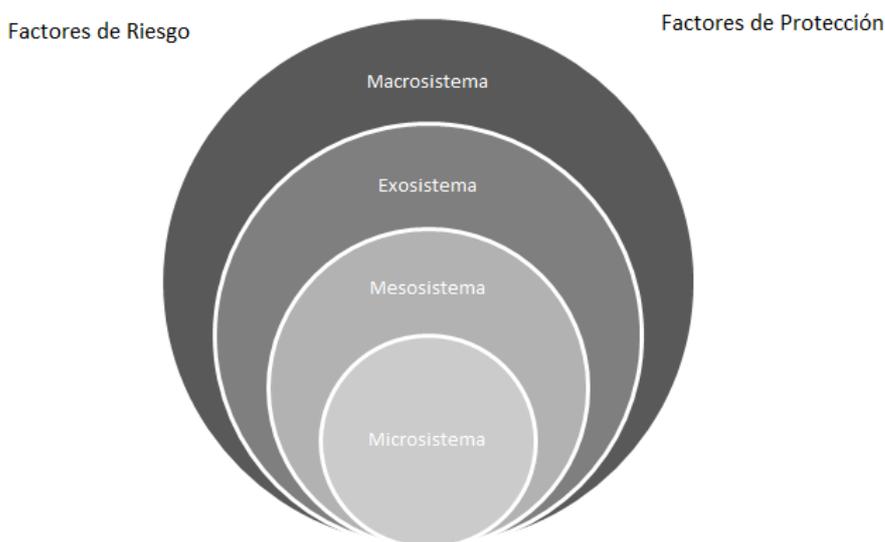
Pese a su rol protagónico la institución familiar se ha visto afectada por diversos cambios profundos de la sociedad como son: el auge industrial y del trabajo, la urbanización, la inserción de la mujer al mundo laboral, menos matrimonios, más divorcios, menos tasa de fecundidad, familias biparentales en las que los dos papás trabajan, desarrollo de la educación, ciencia y tecnología (Durán et al., 2004). Estos fenómenos históricos, políticos,

socio-económicos han puesto a prueba la adaptación del sistema familiar, enfrentándose a tendencias sociales que constituyen un factor de riesgo y debilitamiento para el núcleo familiar y sus miembros (Sanz et al., 2018).

Frente a este nuevo orden de vida las familias se ven afectadas por dentro, uno de los cambios profundos es la administración del tiempo, un recurso que actualmente es destinado en su mayoría para el trabajo y cumplir responsabilidades, lo que afecta directamente la cantidad y calidad de momentos compartidos debilitando las relaciones y vínculos socioafectivos entre padres e hijos (Reyes, 2015). Los diferentes estudios exponen que las actividades de ocio compartidas en familia, aportan de manera muy significativa al crecimiento y desarrollo individual y social. Además, que están directamente relacionadas con el nivel de bienestar, pertenencia y vínculo de cada miembro del grupo familiar (Offer, 2013).

Estos procesos que enfrenta la institución familiar se pueden entender mejor desde una perspectiva ecosistémica del desarrollo planteada por Bronfrenbener (1987), la cual sostiene que es imposible que la familia no sea parte de un *macrosistema* con el que constantemente está interactuando, el mismo que posee una caracterización propia y que ejerce influencia, ya sea de protección o de riesgo, en el desarrollo de los *microsistemas* familiares (Arriagada, 2007), como se puede observar en la figura 2.

Figura 2. Teoría Ecosistémica del Desarrollo Bronfrenbener



Fuente: Guaimaro y López (2015, p.6).

Es decir que desde una perspectiva ecológica del desarrollo, la dinámica y calidad de las relaciones intrafamiliares también dependerán de diversos factores externos como: la realidad social, política, movimientos filosóficos, políticas laborales, influencia de las TIC, nivel de educación de padres, nivel socioeconómico, etnia, entre otros (Bronfenbrenner, 1987). Por eso es tan importante fortalecer la familia desde su cohesión interna para enfrentar los retos y la realidad a la que se enfrenta (Cuenca, 2014).

El tiempo libre en familia es uno de los recursos más valiosos para fortalecer la cohesión y vínculos socioafectivos entre sus miembros (Hodge et al., 2015). Tierno (2017) expresa respaldando este planteamiento “el ocio compartido en familia ha sido identificado...como uno de los principales factores de protección frente al desarrollo de comportamientos de riesgo” (p.63).

Por lo tanto, un entorno intrafamiliar perjudicial o ausente se asocia con otros comportamientos antisociales, con situaciones de riesgo y vulnerabilidad como: personalidades adictivas, dependientes, violentas, entre otras (Hodge et al., 2015). En este contexto con urgencia los padres deben atender la responsabilidad del desarrollo integral, sano y seguro de sus hijos desde su concepción, conocer y responder a sus necesidades, intereses y proyectos para construir un clima de afecto y comunicación que les aporte en su desarrollo bio-psico-social-espiritual, y por consiguiente, que puedan interiorizar aprendizajes y valores que orienten su personalidad y su comportamiento a lo largo de la vida (Bas y de Guzmán, 2010).

Vale la pena mencionar una vez más que las niñas, niños y adolescentes que tienen la oportunidad de compartir más experiencias sanas, seguras y afectivas con sus familias tienen menor probabilidad de convertirse en una población vulnerable en la sociedad, será menos probable que se involucren en hábitos de ocio nocivo como: consumo de sustancias psicotrópicas, alcohol, tabaco y otras drogas (Offer, 2013). En general, tendrán menos riesgo de desarrollar conductas adictivas o dependientes frente a sustancias nocivas, medios digitales, relaciones interpersonales, entre otras (Cuenca, 2014).

Respondiendo a esta realidad se vuelve sumamente importante que el tiempo libre en familia se considere como una estrategia en contra del ocio nocivo (Hodge et al., 2015). El ocio nocivo ofrece una gran gama de opciones que son parte del entorno cercano y de la sociedad actual y se pueden encontrar en colegios, en el barrio, en la calle, en el parque, en

el mundo virtual. Al parecer estas opciones son atractivas, producen placer, bienestar pero pueden terminar destruyendo la vida de muchos niños y adolescentes (Instituto de Adicciones de Madrid Salud, 2006).

En la siguiente sección se compartirán estrategias y alternativas de ocio sano para que se puedan implementar en la rutina de tiempo libre de las familias. Siguiendo la línea del proyecto, las propuestas serán dirigidas para padres de niños de cinco años (Nivel Básica Elemental) que forman parte del Taller Bíblico Infantil de la Iglesia Dios es Fiel-Quito.

2. 1. 4. Estrategias para Fomentar el Tiempo Libre en Familia

En base a lo analizado anteriormente se evidencia que el reto se encuentra en comprender que así como el tiempo de ocio puede ser escenario de la gran mayoría de actividades nocivas, también puede ser utilizado como un valioso recurso pero para prevenir estos hábitos destructivos (Instituto de Adicciones de Madrid Salud, 2006). Este debe ser un compromiso principalmente de los padres y de los grupos familiares, pero también de la comunidad y de los entornos cercanos que pueden ejercer influencia sobre niños y adolescentes como: medios de comunicación, escuela, amigos, barrios, entre otros (Arbex, 2002).

Los organismos internacionales también han acogido la importancia del manejo responsable del tiempo libre y del compromiso de los diferentes sectores sociales para que este se convierta en un valioso recurso en el desarrollo individual y familiar (Muñoz y Salgado, 2006). Es así que en la Conferencia Mundial de Recreación y Tiempo Libre de 1970 se aprueba la Carta de Derechos Humanos al Tiempo Libre, uno de los artículos se trae a mención:

Art.7: Toda persona tiene derecho a aprender cómo disfrutar de su tiempo libre. La familia, el colegio y la comunidad deben instruirla en el arte de usar su tiempo libre, de la mejor manera posible. En los colegios, clases y cursos de instrucción se debe brindar a los niños, adolescentes y adultos, la oportunidad de desarrollar los talentos, actividades y comprensión esencial en el conocimiento del uso del tiempo libre (Muñoz y Salgado, 2006, p.3).

En el contexto de la cotidianidad familiar es importante considerar el uso del tiempo libre en familia como un arte y con profundo sentido de compromiso y responsabilidad compartida

(Hodge et al., 2015). Según Cuenca (2005) se puede diferenciar tres dimensiones del tiempo de ocio en familia, las mismas que serán implementadas para que se conviertan en espacios de sana convivencia y encuentros socioafectivos: ocio informal, eventos programados y vacaciones.

- El ocio informal se da de manera espontánea en la cotidianidad en actividades como: practicar deporte, cocinar un postre, ver televisión, jugar, entre otras.
- Los eventos programados son esos momentos especiales y de importancia para la familia, por eso se da una planificación con antelación y puede ser organizado en conjunto como: celebración de fiestas y reuniones familiares, actividades comunitarias, etc.
- Por último, están las vacaciones referidas a: paseos, excursiones, senderismo, viajes, entre otros, que se desarrollan en el tiempo libre de fin de semana o vacaciones de mayor duración.

Un aspecto determinante en la dinámica del tiempo libre en familia es que los padres involucren a sus hijos en la planificación, selección y organización de las actividades para construir juntos una rutina y un modelo propio de ocio compartido (Offer, 2013). Mostrar como padres entusiasmo y compromiso sabiendo que son modelos de comportamiento para sus hijos. Deben aprender a disfrutar de estos momentos, no hacerlo con carga o por obligación (Instituto de Educación Secundaria I.E.S Vera Cruz Begíjar, 2012).

Además es importante llegar a consensos sobre el tiempo que será dedicado al ocio individual y el que se destinará al tiempo compartido. A continuación, se mencionan propuestas que han demostrado su eficacia en pro del tiempo en familia:

- La negociación: favorece el diálogo, el análisis y la toma de decisiones conjunta. Proponer actividades que sean atractivas para todos. Reforzar la escucha activa y valorar la participación de sus hijos.
- Considerar los intereses, motivaciones, la etapa evolutiva y necesidades de sus hijos.
- Conocer preferencias y aficiones de sus hijos.
- Procurar actividades de ocio creativas, cooperativas, saludables y activas para combatir el sedentarismo, adicciones y hábitos nocivos. Algunas de estas actividades

pueden tener relación con: la naturaleza, la lectura, deportes, arte, música, cocina, ayuda social, cuidado ambiental, entre otros.

- Integrar a personas cercanas como amigos y familia extendida.
- Mostrar actitud positiva, interés y motivación. Evitar comentarios de desánimo (I.E.S Vera Cruz Begíjar, 2012).

En conclusión, el tiempo de ocio es un recurso que acompaña y apoya el desarrollo en un ambiente de bienestar, esparcimiento, afectividad y respeto en la familia (Cuenca, 2014). Para los padres especialmente es una gran oportunidad para observar los atributos, habilidades y actitudes que forman parte de la personalidad de sus hijos. Es decir, el tiempo libre compartido es un valioso recurso para fortalecer lazos socioafectivos y conocer en una dimensión más profunda e íntima a sus hijos (Hodge et al., 2015).

A continuación se analizará con más profundidad el tiempo libre como factor de bienestar en la primera infancia y se expondrán estrategias para incorporar en los periodos de ocio compartido con los niños.

2.1.5. Estrategias para Fomentar el Tiempo Libre en la Primera Infancia

Se ha podido entender la importancia de la familia como un espacio acogedor, que proporciona cuidado, seguridad y afecto a sus miembros (Durán et al., 2004). Además es el entorno donde se transmiten modelos de rutinas, hábitos, normas y valores, por eso es importante que en este proceso los padres busquen seguir un modelo de parentalidad positiva, respetando y valorando a sus hijos, sin violencia (física, verbal, emocional), en un ambiente de paz y cooperación (Campos et al., 2011).

El tiempo libre compartido es un factor determinante para derribar barreras de estilos de crianza muchas veces autoritarios, jerárquicos o indiferentes, estos son modelos parentales que fomentan relaciones distantes (Durán et al., 2004). Adicionalmente, los periodos de ocio en familia contribuirán para que surjan modelos de crianza y comunicación más horizontales, flexibles, democráticos, respetuosos y que en consecuencia se construyan relaciones de mayor cercanía, afectividad, intimidad y confianza (Hodge et al., 2015).

El tiempo de ocio es un espacio de crecimiento y aprendizajes, que acompaña y estimula el desarrollo íntegro de la familia y sus miembros, por eso es sumamente importante que sea parte de la rutina familiar (Del Fresno, 2011). Sin embargo, los padres muchas veces carecen

de información y recursos para implementar estos tiempos de ocio familiar en su vida cotidiana. En respuesta a estas necesidades a continuación se propone específicamente una visión del tiempo libre desde la perspectiva de la primera infancia (Maroñas et al., 2018).

El informe de UNICEF (Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia) sobre el Estado Mundial de la Infancia (2016) expone varios estudios neurológicos recientes que plantean la importancia de las experiencias vividas en la primera infancia como influencia formativa.

Además, las investigaciones plantean que la interacción segura y armoniosa de los niños con sus padres o adultos responsables de su cuidado repercute en su neurodesarrollo. La exposición frecuente a experiencias de bienestar, afecto y seguridad se convierte en una estimulación para su desarrollo. Por el contrario, experimentar constantemente estados de inseguridad, estrés, ansiedad y violencia puede dañar zonas neuronales importantes (UNICEF, 2016).

Los estudios también confirman que “las experiencias negativas en la vida de un niño a menudo se manifiestan más tarde en forma de dificultades en el aprendizaje, en el desarrollo emocional y en la gestión de la ansiedad” (UNICEF, 2016, p.50). En base a estos argumentos la primera infancia debe convertirse en una etapa de oportunidades para cimentar las bases del desarrollo, bienestar y seguridad del futuro (Offer, 2013).

Como un aporte al bienestar y desarrollo de la primera infancia se reconoce la importancia del esparcimiento y tiempo libre en la Convención sobre los Derechos del Niño (1989), acogida por todos los países de la región, se plantea como un derecho en el artículo 31: “1. Los Estados Partes reconocen el derecho del niño al descanso y el esparcimiento, al juego y a las actividades recreativas propias de su edad y a participar libremente en la vida cultural y en las artes.” (Ullmann y Milosavljevic, 2016, p. 4).

Las actividades lúdicas constituyen la base fundamental de la ocupación de los niños, forman parte de su identidad, acompañan su ciclo de desarrollo y son lo que podría considerarse como tiempo libre en las próximas etapas de su vida (Muñoz y Salgado, 2006).

Diferentes autores relacionan al juego con el tiempo libre afirmando que muchas de sus características son compartidas (Cuenca, 2014). El juego forma parte de tradiciones de la cultura, por lo que es un espejo social donde se ve reflejado el pasado y el presente de las sociedades (Durán et al., 2004). Algunas de las principales características del juego son: su

función biológica y psicosocial por su naturaleza recreativa y su efecto de bienestar, placer y oportunidades de expresión (Muñoz y Salgado, 2006).

Se puede decir entonces que las experiencias lúdicas son conductoras de vida, de contacto, de emociones, de valores, de comunicación, de acuerdos, de socialización (Paganini, 2016). Sin embargo, actualmente son las experiencias que más han sido relegadas durante el tiempo de ocio, siendo remplazadas principalmente por los medios digitales (Obando, 2018). Es por eso que en el siguiente apartado, se clarificará el impacto de la invasión tecnológica en la dinámica del tiempo libre compartido en familia.

Para finalizar esta sección se comparte las siguientes tablas 1 y 2 que proponen algunas sugerencias de actividades basadas en métodos lúdicos y cooperativos:

Tabla 1. *Sugerencias de Actividades de Tiempo Libre para Primera Infancia*

Sugerencias de Actividades de Tiempo Libre para Primera Infancia
Las actividades compartidas deben estar sujetas a un método lúdico y cooperativo.
Los padres, abuelos y adultos deben participar con entusiasmo, conectándose con los niños y volviéndose parte de su dinamismo.
Deben despertar el interés y motivación de los niños.
Deben conocer y respetar su etapa evolutiva.
Deben ser actividades creativas, que promuevan la imaginación y la espontaneidad.
Que motiven la curiosidad: experimentos, experiencias sensoriales.
De interacción, comunicación, contacto, conexión.
Activas que involucren movimiento corporal.
Juego simbólico, juego de roles, juegos tradicionales, juegos de mesa, rondas.

Música, arte, danza, teatro, manualidades.
Títeres, cuentos, la lectura.
Experiencias con la naturaleza, huerto, cuidado de plantas.
Actividades de vida cotidiana: cocina, reciclaje, orden y limpieza.
Que se involucren en la ayuda social: voluntariado.

Fuente: Elaboración propia a partir de MINEDUC, (2017).

Tabla 2. 15 Posibilidades para un Disfrute del Ocio

15 Posibilidades para un Disfrute del Ocio		
1. Lectura	Concebida como descubrimiento de nuevas facetas de la realidad y conocimiento del legado histórico, literario y científico de la humanidad.	
2. Actividades para conocer y vivir la naturaleza.	Acampadas, senderismo, montañismo, visitas a Parques Naturales.	Rutas ecológicas, cuidado de plantas, y jardinería doméstica.
3. Visitas	Museos, exposiciones.	Lugares de interés: histórico, artístico, cultural.
4. Asistencia a espectáculos	Teatro, cine, conciertos de música, circos.	Manifestaciones interculturales e interétnicas, competiciones deportivas.
5. Asistencia a actos culturales	Charlas-coloquio, debates, conferencias.	Cine. Teatro-forum. Video-forum...
6. Fomento de la creatividad a través de:	Pintura y dibujo, fotografía.	Teatro, literatura, instrumentos musicales.
7. Práctica del deporte	Individuales; atletismo, esquí, natación, etc.	Colectivas: baloncesto, fútbol, waterpolo, etc.
8. Juegos de Mesa	Ajedrez, parchís, naipes...	Damas, dominó.
9. Juegos de salón	Billar	Futbolín, etc.

10. Coleccionismo	Pins, mecheros, figuras, cerámica, cajas de cerillas...	Arte, filatelia, antigüedades, numismática, etc.
11. Recuperación de tradiciones populares	Música y/o danza.	Artesanía, gastronomía.
12. Manualidades	Bricolaje.	Cerámica, miniaturas, etc.
13. Utilización selectiva de medios de comunicación y juegos informáticos.	Juegos informáticos; individuales o colectivos.	Medios de comunicación: televisión, radio, prensa.
14. Cultivo de la amistad	Diálogo con amigos	Tertulias.
15. Asociacionismo participación y voluntariado	Organizaciones y asociaciones: juveniles, ecologistas, de apoyo al tercer mundo, pacifistas, pro-derechos humanos.	Integración: minusválidos físicos, psíquicos, minorías étnicas.

Fuente: Elaboración propia a partir de I.E.S Vera Cruz Begíjar, (2012, p. 4.)

2.2. Familias en un Mundo Digital

2.2.1. El Impacto de la Tecnología en el Tiempo Libre compartido en Familia

En el siglo XV sucede una de las revoluciones sociales e históricas más importantes para la humanidad con la aparición de la imprenta. Adicionalmente, en el siglo XXI surge el auge de las TIC (Tecnologías de la Información y la Comunicación) trascendiendo en todos los ámbitos de la sociedad, sin dejar de lado su influencia sobre el sistema familiar (Bringué y Sádaba, 2008).

La Familia por dentro en su estructura, sistema y funcionalidad ha experimentado procesos de cambios ante diversos fenómenos sociales, uno de ellos es la proliferación de las TIC. Sin duda, las herramientas digitales han aportado al desarrollo de la sociedad en los últimos años; sin embargo, si no existe un manejo y uso responsable de ellas pueden llegar a convertirse en un factor de riesgo social, en especial cuando el manejo es perjudicial y/o excesivo (MINEDUC, 2017).

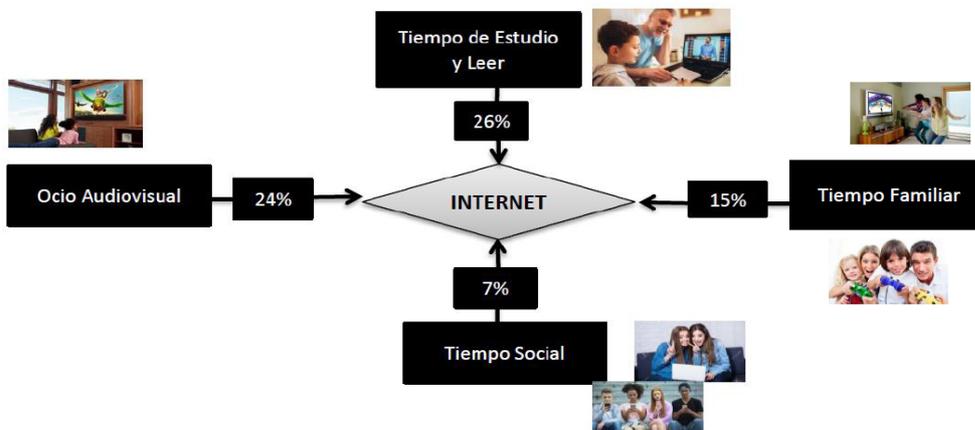
En este contexto el auge de las TIC ha afectado de forma directa la convivencia intrafamiliar influenciando en sus hábitos, rutinas y tradiciones (Obando, 2018). Dejando cada vez más excluidas las actividades socioafectivas como: la comunicación, el diálogo, el intercambio de experiencias interpersonales y de afecto, el juego compartido, los ritos y costumbres,

reuniones familiares y festejos (Bringué y Sádaba, 2008). Es por eso que se busca analizar más en profundidad la incidencia del mundo tecnológico en la dinámica del tiempo de ocio de las familias, con la finalidad de plantear un manejo responsable de estos recursos. Sabiendo que no pueden volverse la única forma de socializar, comunicarse, divertirse y descansar en familia (MINEDUC, 2017).

Estudios realizados por *Stop Procrastinating* (2014) confirman esta realidad, muestran que el 74% de los encuestados, siente preocupación por la influencia de internet en sus rutinas, el 64% admite haber perdido el hilo de sus pensamientos por responder a notificaciones de redes sociales y el 51% afirma que perdieron una hora al día de productividad, debido al uso de redes sociales y otras distracciones en internet (Bassignana, 2019). La Generación Interactiva en Iberoamérica (2008) en su informe menciona que las redes sociales son la principal tendencia en el uso de internet, las cifras muestran a “Messenger” de Facebook con un 70% de alcance en los usuarios (Martínez, 2013).

Bajo este nuevo orden de comunicación y relaciones virtuales es evidente que la sociedad va cambiando, asumiendo a los medios de comunicación digitales como su entorno socioemocional más cercano; además, acogiéndolos como su preferencia de modelo de ocio en familia (Melo, 2016). Es por eso, que evidentemente el tiempo compartido por un lado se ve reducido y por otro se ve invadido por estos recursos que alteran, obstaculizan y muchas veces hasta impiden que sucedan procesos de encuentro y conexión socioafectiva en familia (Bringué y Sádaba, 2009). La figura 3 muestra los porcentajes del uso de internet, desarrollado por la Generación Interactiva en España, que confirma esta problemática:

Figura 3. *Uso de Internet según Actividades*



Fuente: Tomado de Bringué y Sádaba (2009, p.65.)

Partiendo de los factores analizados se ha convertido en una necesidad la orientación familiar para impulsar un uso adecuado de las tecnologías en el tiempo libre en familia (Obando, 2018). Aceptándolas como parte de un nuevo orden de vida, pero con límites y bajo el cumplimiento de un objetivo en común que es fortalecer los lazos socioafectivos familiares (Hodge et al., 2015).

En la siguiente sección se propondrá mayor información, guía y estrategias para los padres sobre el manejo controlado y seguro de las TIC.

2.2.2. Estrategias que Promueven el Manejo Seguro de los Recursos Digitales en el Tiempo Libre

Es importante entender que el uso de medios digitales no solamente se hace con fines de aprendizaje-trabajo, sino que también es parte de los procesos de socialización y espacios de ocio de los usuarios (Melo, 2016). Debido a estas condiciones se puede llegar a presentar un alto nivel de dependencia y vínculo emocional, incluso llegar a presentar una conducta adictiva en el manejo de los recursos digitales (Junta de Extremadura España, 2015).

El uso excesivo de los medios virtuales puede afectar la dinámica familiar, las relaciones socioemocionales, los hábitos y rutinas de vida (Gardner y Davis, 2013). Por eso se vuelve una necesidad urgente educar, informar, sensibilizar tanto a padres como a hijos en el uso seguro del mundo digital (Junta de Extremadura España, 2015). Brindándoles orientación y herramientas, para que en la realidad cotidiana de cada familia puedan empoderarse en el uso y manejo responsable de medios tecnológicos. Llegando a acuerdos e instaurando otras actividades y alternativas a la rutina del tiempo libre (Hodge et al., 2015).

Actualmente niñas, niños y adolescentes se encuentran expuestos a recursos digitales con un alto componente adictivo como son: los videojuegos, en consolas, computadoras o teléfonos móviles. Es así que surge la adicción a los videojuegos ha sido categorizada como un trastorno por la OMS (UNICEF, 2017).

En estos casos la autorregulación se vuelve un reto porque estos recursos tecnológicos se convierten en una opción de satisfacción inmediata, bienestar, interacción y aceptación social; factores que las empresas creadoras manipulan y aportan para incurrir en un uso excesivo (UNICEF, 2017).

Algunas de las disfunciones que pueden presentar niños, niñas y adolescentes por el uso excesivo de internet son: trastorno del sueño, dispersión de la atención, escape de problemas y responsabilidades reales, *asilamiento socioafectivo*, ansiedad, irritabilidad, escaso control de pulsiones (realidad virtual sin reglas ni control), sobreinformación, desinformación e intoxicación de ideas, falta de sentido crítico, desconfianza propia vulnerable/reputación online, entre otras (Ministerio de Educación de Chile. 2019).

Algunas de las razones por las que el uso de recursos digitales puede convertirse en un riesgo difícil de controlar es que estos medios se encuentran presentes en todas las esferas de la vida, son estímulos muy fuertes y ofrecen gratificación inmediata. En este contexto es primordial acompañar a las familias y brindarles medidas prácticas que permitan el uso seguro y controlado de recursos tecnológicos (MINEDUC, 2017).

Las tablas 3 y 4, plantean estrategias que los padres pueden instaurar en su familia para establecer un nuevo modelo de tiempo libre evitando la invasión digital.

Tabla 3. *Acciones Preventivas ante el Uso Excesivo de Recursos Tecnológicos*

Acciones Preventivas ante el Uso Excesivo de Recursos Tecnológicos
Los padres deben ser un ejemplo en el manejo responsable de los medios digitales: las actitudes seguras se aprenden en casa, y se refuerzan en otros entornos como colegios y comunidad.
Informarse sobre el mundo digital: usos, riesgos y oportunidades, filtros y mecanismos para un manejo seguro y responsable y transmitir esta información a sus hijos.
Acompañarles orientando hacia la autonomía, fortalecer el pensamiento crítico, reflexivo y el autocontrol de sus hijos en la utilización de las tecnologías digitales, a través de la reflexión y toma de decisiones seguras.
Diálogo en apertura y confianza: construir espacios para escuchar y orientar sus dudas y necesidades en el manejo de tecnología.
Acordar normas de uso claras, responsabilidades, consecuencias, límites. Estableciendo y haciendo cumplir horarios, rutinas y hábitos. Desarrollar un cronograma familiar de uso de medios digitales: delimitando el tiempo asignado para tareas escolares y el tiempo para el ocio.

Supervisión permanente: evite dejar a sus hijos solos y por períodos largos, involúcrese y verifique el cumplimiento de normas de uso, horarios, períodos de tiempo y espacios adecuados para su edad, observar conductas adictivas y señales de riesgo para actuar y pedir apoyo profesional.
Promover y motivar actividades alternativas saludables, activas e integrativas como: deportes, cursos, talleres, aficiones, asociaciones, entre otras. Orientar a un uso de los medios digitales para actividades lúdicas e integrativas como el aprendizaje de rutinas de ejercicios o de baile.

Fuente: Elaboración Propia a partir de MINEDUC (2017).

Tabla 4. Estrategias Familiares para Evitar el Uso Excesivo de Recursos Tecnológicos

Estrategias para Evitar el Uso Excesivo de Recursos Tecnológicos
Actividades de descanso físico y mental: pausas activas, estiramientos, respiración consciente, meditación, reflexión.
Desarrollar un <i>compromiso personal</i> tanto de padres como de hijos del uso seguro y responsable del mundo virtual.
Elaborar juntos un reglamento de uso de recursos digitales para la familia: normas de uso seguro, límites y periodos de tiempo de uso.
Darle un uso activo e integrador a los medios tecnológicos; juegos -move.
Actividades alternativas activas e integradoras sanas: aficiones, cursos, deportes, arte, música, obra social, danza.
Hacer uso de diferentes herramientas tecnológicas para apoyar el uso controlado de recursos digitales: apps que permiten desconectarse de la red por tiempos establecidos, limitar acceso a determinadas páginas, juegos o aplicaciones. (Stay Focusd, Focus Me, Freedom, Cold Turkey, Rescue time).

Fuente: Elaboración Propia a partir de MINEDUC (2017).

3.1. Análisis de Propuesta de Intervención: Programa Aprender juntos, crecer en familia.

En esta sección se presentará un breve análisis del programa para padres: Aprender juntos, Crecer en familia- Por la Fundación Bancaria La Caixa (Amorós et al., 2014). Se indagará más a fondo el diseño de estos talleres, con la finalidad de reforzar los fundamentos de la propuesta de intervención planteada en este proyecto.

El programa Crecer en Familia se ha desarrollado con el propósito de fortalecer la cohesión familiar mediante el tiempo de ocio compartido. Los contenidos son socio-informativos, integrando conocimientos que responden a las necesidades y la realidad de las familias participantes. La metodología es socioactiva, participativa, lúdica, creativa y reflexiva. Se busca desarrollar competencias parentales que les empoderen a los padres para ser protagonistas de la organización del tiempo libre compartido en familia.

La propuesta de Fundación Bancaria La Caixa ofrece en cada experiencia y taller herramientas a padres e hijos, para fortalecer hábitos saludables, estilos de vida positivos, actividades constructivas que se consoliden como un modelo de vida intrafamiliar de bienestar y como factor de prevención ante los riesgos sociales. Motivando a las familias a hacer uso de recursos del entorno comunitario.

El programa se desarrolla en seis sesiones: para padres (2), para hijos (2) y para toda la familia (2). Los temas centrales que se imparten a los padres son: informar sobre la etapa evolutiva de sus hijos, sus necesidades e intereses, sensibilizar sobre las necesidades de actividades lúdicas de sus hijos, considerar el juego adecuado según las características y edad de sus hijos, brindarles diferentes recursos de ocio de diversión y satisfacción para toda la familia (Amorós et al., 2014).

Se busca instaurar en la familia un modelo de ocio cooperativo y compartido donde primen las relaciones interpersonales, los vínculos afectivos y la cohesión familiar. Es decir, que el programa Aprender juntos-Crecer en familia se alinea con los fundamentos del diseño de la propuesta de intervención planteada en este proyecto (Amorós et al., 2014).

En el siguiente capítulo se brindará información detallada del diseño de la propuesta de intervención. Se conocerán los objetivos, la metodología, el desarrollo de las sesiones, la evaluación, temporalización y recursos.

3. Propuesta de Intervención

A continuación, se desarrollará el diseño de la propuesta metodológica para el presente proyecto. Se contextualizará y justificará la intervención, se expondrán los objetivos, actividades y metodología que están entrelazados; para finalizar, se planteará el diseño de la evaluación del programa.

3.1. Justificación de la Propuesta de Intervención

Como se ha podido analizar a lo largo de la revisión bibliográfica y de las bases conceptuales en la actualidad la institución familiar enfrenta muchos retos: la conciliación entre trabajo y vida en familia, la inmersión de la tecnología en espacios de entretenimiento, comunicación e interacción socioemocional, la tendencia de hábitos de ocio perjudiciales, entre otros.

En ese contexto se han implementado políticas públicas que son un respaldo para la familia y los padres. El Código de la Niñez y Adolescencia de Ecuador recoge el Art. 96.- que hace mención de la Relación Familiar enfatizando que la familia:

Recibe el apoyo y protección del Estado a efecto de que cada uno de sus integrantes pueda ejercer plenamente sus derechos y asumir sus deberes y responsabilidades”; lo cual es refrendado en el Art. 97, que expresamente dispone: - Protección del Estado.- “La protección estatal a la que se refiere el artículo anterior se expresa en la adopción de políticas sociales y la ejecución de planes, programas y acciones políticas, económicas y sociales que aseguren a la familia los recursos suficientes para cumplir con sus deberes y responsabilidades tendientes al desarrollo integral de sus miembros, en especial de los niños, niñas y adolescentes (MINEDUC, 2019, p.13).

Una estrategia para mejorar la calidad de vida de los ciudadanos es buscar la prevención de problemas familiares, escolares y sociales. (MINEDUC, 2019). La orientación familiar viene a ser esa herramienta preventiva y también restaurativa cuando es necesario. Por eso, se convierte en una prioridad la educación para padres, brindándoles acompañamiento, en los retos que enfrentan relacionados con la parentalidad, a partir de esta motivación y necesidad surgen alternativas como las “escuelas o talleres para padres” (MINEDUC, 2019).

En la experiencia profesional de la autora del proyecto con padres de familia, niñas y niños de nivel Preescolar también ha podido observar estos escenarios alarmantes, pues debido a los diversos cambios en la dinámica intrafamiliar actual, las rutinas de tiempo libre en familia carecen de valor y de una planificación. Además, están más enfocadas al descanso y entretenimiento pero haciendo uso generalmente de medios tecnológicos lo que fomenta mayor desconexión socioafectiva (Marín, 2014).

Otro espacio en el que la autora ha podido experimentar de cerca esta situación es en su voluntariado, con niños de cinco años en la Iglesia Dios es Fiel-Quito. Se ha podido observar, cómo los niños desde tres a cinco años llegan a sus talleres bíblicos con aparatos tecnológicos (Tablets) y muchas veces quieren hacer uso de ellos, esto se observa cada vez a más temprana edad y lamentablemente algunos padres, no quieren cambiar esta realidad solo la perciben como la expresión de una nueva normalidad.

Es por eso, que la experiencia personal de la autora también ha sido una motivación profesional para aportar en esta realidad que viven las familias. Respondiendo a ese contexto se plantea el diseño de un programa de orientación para padres, sobre la importancia del manejo del tiempo libre compartido en familia y se busca aportar con información, estudios y estrategias que puedan adoptar en su dinámica familiar consolidando modelos de ocio saludable y socioafectivo para fortalecer su cohesión.

3.2. Contextualización de la Propuesta

La organización donde será implementada esta intervención es la Iglesia Dios es Fiel ubicada en Quito-Ecuador. La Iglesia Dios es Fiel es una organización evangélica que abrió sus puertas hace 15 años, es una Iglesia que antes de la pandemia recibía en los cultos dominicales aproximadamente a dos mil familias y como parte de las actividades del domingo se encontraba el Ministerio dirigido a Niños. Yo soy parte de la Iglesia desde hace 10 años, he colaborado en el servicio con niños, adolescentes y adultos. Sin embargo, a partir de la pandemia en Ecuador, marzo 2020, la Iglesia funciona bajo modalidad virtual y en especial la asistencia de niños está restringida debido a la situación actual.

En esta nueva modalidad ha cambiado la dinámica del tiempo con los niños. Actualmente, existe un equipo de 30 personas voluntarias para enseñar sobre la Biblia a los niños en modalidad virtual, ellos no son profesores en su gran mayoría, pero si tienen mucho amor y

vocación. El equipo es capacitado constantemente en metodologías de enseñanza y ahora también en el manejo de las herramientas tecnológicas que se han convertido en las nuevas aulas virtuales. Los grupos están divididos y organizados por edad y hacen uso de la aplicación zoom.

Además, la Iglesia mantiene una relación muy cercana con las familias de los niños, mucho más a partir de la pandemia que ha sido una situación de crisis. Tienen un chat de papás y crearon una plataforma para compartir los materiales y aprendizajes bíblicos con las familias para que puedan reforzar y enseñarles a los niños en casa.

Los coordinadores del Ministerio de Niños han mostrado su apoyo y apertura ante la iniciativa del programa. Contando con respaldo y acceso a los recursos que se necesite para llevar a cabo el programa, en caso de ser implementado, dependiendo la situación sanitaria. La Iglesia, se caracteriza por recibir familias de clase socioeconómica media y media alta, padres generalmente profesionales y que trabajan.

Actualmente, en modalidad virtual el taller bíblico es solamente para niños de tres a nueve años. La experiencia de la autora en su voluntariado, ha sido con los niños de cinco años y es por eso que será este grupo de padres el que participe en este programa. Se ha podido conocer más de cerca a este grupo de niños y a sus familias por lo que implica una gran motivación aportar con este taller. La participación, en general de la Iglesia y de los niños, ha reducido drásticamente en modalidad virtual y es muy variable. Puede haber sesiones en las que se unen cinco niños, otras 10 o 15. Sin embargo, el Taller Bíblico cuenta con una base de datos de padres, esta herramienta será útil para alcanzar más participantes.

Se adjunta como anexo una imagen de la página oficial de la Iglesia (Anexo 1).

A continuación se presentará el diseño metodológico de la propuesta de intervención.

3.3. Diseño de la Propuesta

3.3.1. Objetivos

A continuación se expondrán los objetivos de esta propuesta de intervención, los mismos que guiarán el planteamiento y desarrollo de las actividades. El propósito al aportar con el diseño de este programa es: informar y sensibilizar a los padres del grupo de cinco años de la Escuela Dominical-Iglesia Dios es Fiel, sobre la importancia del tiempo libre como pilar de la

cohesión familiar y sobre el impacto de la tecnología en esos valiosos espacios, poniendo a su disposición modelos de ocio sanos como el juego, para que los instauren en la dinámica familiar como medidas de bienestar y prevención.

Esta finalidad se logrará mediante los objetivos que se plantean en la tabla 5:

Tabla 5. *Objetivos de la Propuesta de Intervención*

<p>Objetivo General</p> <p>Informar y sensibilizar a los padres del grupo de cinco años de la Escuela Dominical-Iglesia Dios es Fiel, sobre la importancia del tiempo libre como pilar de la cohesión familiar y el impacto de la tecnología en esos valiosos espacios, poniendo a su disposición modelos de ocio sanos como el juego, para que los instauren en la dinámica familiar como medidas de bienestar y prevención.</p>
<p>SESIONES</p>
<p>SESIÓN 1: El Tiempo Libre como Pilar de la Cohesión Familiar-Módulo I</p>
<p>Objetivos Específicos</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sensibilizar y empoderar a los padres sobre la importancia del tiempo libre como pilar de la cohesión familiar. - Informar a los padres sobre los cambios históricos de la sociedad y su influencia sobre la dinámica intrafamiliar. - Conocer el impacto y trascendencia de la información, estrategias y reflexiones compartidas durante la sesión en los padres.
<p>SESIÓN 2: El Tiempo Libre como Pilar de la Cohesión Familiar-Módulo II</p>
<p>Objetivos Específicos</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sensibilizar y empoderar a los padres sobre la importancia del tiempo libre como pilar de la cohesión familiar. - Informar a los padres sobre la importancia de la calidad de relaciones y momentos de socioafectividad en el desarrollo individual y grupal de los sistemas familiares. - Informar y sensibilizar a los padres sobre el valor del tiempo de ocio como factor de riesgo o de prevención.

- Conocer el impacto y trascendencia de la información, estrategias y reflexiones compartidas durante la sesión en los padres.

SESIÓN 3: El Tiempo Libre como Pilar de la Cohesión Familiar-Módulo III

Objetivos Específicos

- Sensibilizar y empoderar a los padres sobre la importancia del tiempo libre como pilar de la cohesión familiar.
- Informar a los padres sobre modelos de ocio saludables e integradores que promuevan el bienestar y la cohesión intrafamiliar.
- Informar y sensibilizar a los padres sobre la implementación del juego como un recurso valioso para el tiempo libre de toda la familia y principalmente de los niños.
- Conocer el impacto y trascendencia de la información, estrategias y reflexiones compartidas durante la sesión en los padres.

SESIÓN 4: El Impacto de la Tecnología en Espacios de Ocio-Módulo I

Objetivos Específicos

- Informar y sensibilizar a los padres sobre el impacto del mundo digital en los espacios de ocio familiar.
- Informar a los padres sobre el auge de la tecnología en la sociedad.
- Conocer el impacto y trascendencia de la información, estrategias y reflexiones compartidas durante la sesión en los padres.

SESIÓN 5: El Impacto de la Tecnología en Espacios de Ocio-Módulo II

Objetivos Específicos

- Informar y sensibilizar a los padres sobre el impacto del mundo digital en los espacios de ocio familiar.
- Informar y sensibilizar a los padres sobre las oportunidades y riesgos del mundo virtual.
- Conocer el impacto y trascendencia de la información, estrategias y reflexiones compartidas durante la sesión en los padres.

SESIÓN 6: El Impacto de la Tecnología en Espacios de Ocio-Módulo III

Objetivos Específicos
<ul style="list-style-type: none"> - Informar y sensibilizar a los padres sobre las oportunidades y riesgos del mundo virtual. - Informar y sensibilizar sobre la importancia de la supervisión y acompañamiento de los padres en el manejo de las TIC. - Proporcionar a los padres estrategias y alternativas que promuevan el manejo controlado y seguro de los recursos digitales en el tiempo libre. - Conocer el impacto y trascendencia de la información, estrategias y reflexiones compartidas durante la sesión en los padres.
<p>SESIÓN 7: Construcción Social de una Guía de Actividades Lúdicas: “Yo Juego con mi Familia”-Módulo I.</p>
Objetivos Específicos
<ul style="list-style-type: none"> - Orientar en la implementación del juego como un recurso valioso para el tiempo libre de toda la familia y principalmente de los niños. - Consolidar modelos de ocio familiar sanos que promuevan el bienestar y desarrollo en la dinámica familiar. - Sensibilizar a los padres sobre la importancia del tiempo libre como pilar de la cohesión familiar. - Conocer el impacto y trascendencia de la información, estrategias y reflexiones compartidas durante la sesión en los padres.
<p>SESIÓN 8: Construcción Social de una Guía de Actividades Lúdicas: “Yo Juego con mi Familia”- Módulo II</p>
Objetivos Específicos
<ul style="list-style-type: none"> - Orientar en la implementación del juego como un recurso valioso para el tiempo libre de toda la familia y principalmente de los niños. - Consolidar modelos de ocio familiar sanos que promuevan el bienestar y desarrollo en la dinámica familiar. - Sensibilizar a los padres sobre la importancia del tiempo libre como pilar de la cohesión familiar. - Conocer el impacto y trascendencia de la información, estrategias y reflexiones compartidas

durante la sesión en los padres.
SESIÓN 9: Implementación de la Guía de Actividades Lúdicas “Yo Juego con mi Familia”: Día de “Feria De Juegos En Familia”-Módulo I
Objetivos Específicos
<ul style="list-style-type: none"> - Orientar en la implementación del juego como un recurso valioso para el tiempo libre de toda la familia y principalmente de los niños. - Consolidar modelos de ocio familiar sanos que promuevan el bienestar y desarrollo en la dinámica familiar. - Sensibilizar a los padres sobre la importancia del tiempo libre como pilar de la cohesión familiar. - Conocer el impacto y trascendencia de la información, estrategias y reflexiones compartidas durante la sesión en los padres.
SESIÓN 10: Implementación de la Guía de Actividades Lúdicas “Yo Juego con mi Familia”: Día de “Feria De Juegos En Familia”-Módulo II
Objetivos Específicos
<ul style="list-style-type: none"> - Orientar en la implementación del juego como un recurso valioso para el tiempo libre de toda la familia y principalmente de los niños. - Consolidar modelos de ocio familiar sanos que promuevan el bienestar y desarrollo en la dinámica familiar. - Sensibilizar a los padres sobre la importancia del tiempo libre como pilar de la cohesión familiar. - Conocer el impacto y trascendencia de la información, estrategias y reflexiones compartidas durante la sesión en los padres.

Elaboración Propia.

3.3.2. Metodología a Utilizar en las Sesiones de Intervención

El diseño del programa “El Tempo Libre como Pilar de la Cohesión Familiar” tendrá como eje en todas sus líneas de desarrollo la metodología participativa, socioactiva, vivencial y formativa. Además, se aplicará un enfoque que permita brindar orientación hacia la

capacidad de análisis de problemas y de igual forma hacia fortalecer el potencial de los participantes (MINEDUC, 2019).

Los procesos de participación de las familias seguirán una metodología socioactiva, promoviendo que los planteamientos surjan de los mismos padres y de las necesidades que se presentan en las familias, instituciones y comunidad (Ricoy y Feliz, 2012). Generando en ellos una participación responsable. Tomando a la educación como el proceso de interiorizar aprendizajes en todas las áreas de desarrollo: conocimientos, valores, culturas, creencias, hábitos, comportamientos y conductas durante las diferentes etapas de vida. Mediante una propuesta socioactiva, los padres responderán a la realidad y a sus necesidades con una solución alcanzable y que pueda ser implementada en su vida cotidiana (MINEDUC, 2019).

Adicionalmente se acogerá el valioso modelo de una pedagogía social y de aprendizaje cooperativo que promueve los espacios de intercambio de ideas, experiencias, conceptos, reflexiones y de animación sociocultural, como fuente de enriquecimiento para alcanzar el fortalecimiento de capacidades y buscando la transformación de creencias, prácticas y costumbres (Ricoy y Feliz, 2012).

El programa constará de 10 sesiones organizadas en dos fases, la primera con un enfoque formativo y la segunda siguiendo una metodología netamente socioactiva. La fase I abarca dos temáticas principales cada una de ellas se desarrolla en tres módulos, la fase II consta de dos bloques de actividades cada uno se desarrolla en dos módulos. De esta forma se busca garantizar un proceso íntegro, concatenado y estructurado. A continuación se expone con mayor detalle esta información:

Fase I

- Aportes Conceptuales sobre el Tiempo Libre como Pilar de la Cohesión Familiar

Módulo I:

Cambios históricos de la sociedad y su influencia sobre la dinámica intrafamiliar.

La importancia del tiempo libre como pilar de la cohesión familiar.

Módulo II:

Importancia de la calidad de relaciones y momentos de socioafectividad en el desarrollo individual y grupal de los sistemas familiares.

El valor del tiempo de ocio como factor de riesgo o de prevención.

Módulo III:

Modelos de ocio saludables e integradores que promuevan el bienestar y la cohesión intrafamiliar.

La implementación del juego como un recurso valioso para el tiempo libre de toda la familia y principalmente de los niños.

- Aportes Conceptuales sobre el Impacto de la Tecnología en Espacios de Ocio

Módulo I:

El auge de la tecnología en la sociedad.

El impacto del mundo digital en los espacios de ocio familiar.

Módulo II:

Informar a los padres sobre oportunidades y riesgos del mundo virtual.

Módulo III:

La importancia de la supervisión y acompañamiento de los padres en el manejo de las TIC.

Estrategias y alternativas que promuevan el manejo controlado y seguro de los recursos digitales en el tiempo libre.

Fase II

- Construcción Social de una Guía de Actividades Lúdicas: “Yo Juego con mi Familia”

Módulo I:

Construcción social de la Guía: Indagación de actividades lúdicas y Conversatorio.

Módulo II:

Elaboración de la guía: registrar los juegos seleccionados.

Decoración y formato de la guía.

- Implementación de la Guía de Actividades Lúdicas “Yo Juego con mi Familia”: Día de “Feria De Juegos En Familia”

Módulo I:

Planificación y organización del Día de “Feria De Juegos En Familia”.

Módulo II:

Implementación y desarrollo de la jornada “Feria De Juegos En Familia”.

A continuación se presenta la tabla 6 detallando los objetivos y la metodología que serán pilares en el desarrollo de las actividades de cada sesión:

Tabla 6. Metodología de la Propuesta de Intervención

Fase I	
El Tiempo Libre como Pilar de la Cohesión Familiar: Módulos I, II y III.	
Objetivos Específicos	
<ul style="list-style-type: none"> - Sensibilizar a los padres sobre la importancia del tiempo libre como pilar de la cohesión familiar. - Informar a los padres sobre los cambios históricos de la sociedad y su influencia sobre la dinámica familiar. - Fortalecer el valor del tiempo de ocio como factor de riesgo o de prevención. - Consolidar modelos de ocio familiar sanos que promuevan el bienestar y desarrollo en la dinámica familiar. - Implementar el juego como un recurso valioso para el tiempo libre de toda la familia y principalmente de los niños. - Conocer el impacto y trascendencia de la información, estrategias y reflexiones compartidas durante la sesión en los padres. 	
Metodología	
Integrativa- Artística-Participativa <ul style="list-style-type: none"> - Dinámicas de integración: dramatización, tarjeta de películas, frases del tiempo libre. 	Trabajo en Grupo-Aprendizaje social <ul style="list-style-type: none"> - Debate, diálogo socio-participativo. - Diálogo constructivo y regenerativo.
Reflexión <ul style="list-style-type: none"> - Preguntas reflexivas. - Preguntas: profundización sobre su 	Reflexión Creativa, Artística y Lúdica- Aprendizaje social <ul style="list-style-type: none"> - Dibujar un <i>slogan</i> que represente su

<p>realidad.</p> <p>Formativa- Informativa Social</p> <ul style="list-style-type: none"> - Taller: experiencias y datos de la realidad, refuerzo y generación de capacidades. - Información conceptual. - Riesgos y oportunidades de la realidad, sensibilización. 	<p>reflexión.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Formar un <i>collage</i> para transmitir sus conclusiones. - Crear un <i>poema</i> sobre su reflexión. - Crear una <i>copla</i> sobre su aprendizaje. <p>Participación Activa – Participativa, Vivencial, Aprendizaje Social- Reflexión Personal</p> <ul style="list-style-type: none"> - Socialización de: inquietudes, vivencias, conclusiones y aprendizajes. - Compartir puntos de reflexión.
<p>El Impacto de la Tecnología en Espacios de Ocio: Módulos I, II y III</p>	
<p>Objetivos Específicos</p>	
<ul style="list-style-type: none"> - Informar y sensibilizar a los padres sobre el impacto de la tecnología en los espacios de ocio familiar. - Proponer estrategias y alternativas que promuevan el manejo controlado y seguro de los recursos digitales en el tiempo libre. - Consolidar modelos de ocio familiar sanos que promuevan el bienestar y desarrollo en la dinámica familiar. - Orientar a los padres hacia su rol de supervisar y acompañar el manejo de las TIC. - Informar a los padres sobre oportunidades y riesgos del mundo virtual. - Conocer el impacto y trascendencia de la información, estrategias y reflexiones compartidas durante la sesión en los padres. 	
<p>Metodología</p>	
<p>Participativa-Integrativa- Artística</p> <ul style="list-style-type: none"> - Dinámica de presentación: emociones virtuales (emojis)/emociones personales, aparato tecnológico preferido, excusas de padres. - Dinámica de agrupación: parejas de emojis, 	<p>Trabajo en Grupo-Aprendizaje social</p> <ul style="list-style-type: none"> - Debate, diálogo socio-participativo - Diálogo constructivo y regenerativo <p>Reflexión Creativa, Artística y Lúdica- Aprendizaje social</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crear un <i>cuento o historia</i> para transmitir

aparatos preferidos, colores de trajes.	sus conclusiones.
Reflexión	- Desarrollar un <i>semáforo</i> de su reflexión sobre riesgos.
- Preguntas reflexivas.	- Crear un <i>Flash informativo</i> sobre su aprendizaje (guión de la sesión y dramatizarlo).
- Preguntas: profundización sobre su realidad.	
Formativa- Informativa Social	Participación Activa – Participativa, Vivencial, Aprendizaje Social- Reflexión Personal
- Taller: experiencias y datos de la realidad, refuerzo y generación de capacidades.	- Socialización de: inquietudes, vivencias, conclusiones, reflexiones y aprendizajes.
- Información conceptual.	- Compartir puntos de reflexión.
- Riesgos y oportunidades de la realidad, sensibilización.	
Fase II	
Construcción Social de una Guía de Actividades Lúdicas: “Yo Juego con mi Familia”- Módulos I y II	
Objetivos Específicos	
<ul style="list-style-type: none"> - Sensibilizar a los padres sobre la importancia del tiempo libre como pilar de la cohesión familiar. - Implementar el juego como un recurso valioso para el tiempo libre de toda la familia y principalmente de los niños. - Consolidar modelos de ocio familiar sanos que promuevan el bienestar y desarrollo en la dinámica familiar. - Conocer el impacto y trascendencia de la información, estrategias y reflexiones compartidas durante la sesión en los padres. 	
Metodología	
Construcción Activa del Aprendizaje	Aprendizaje cooperativo-Social-Activo
- Elaborar una guía aplicable a su entorno familiar.	- Indagación, intercambio intergeneracional, Conversatorio: Construcción social de la guía, trabajo en grupo, diálogo
- Las actividades deben ser incorporadas en	

<p>su rutina familiar.</p> <p>Reflexión Creativa, Artística, Deportiva, Lúdica, Integrativa</p> <ul style="list-style-type: none"> - Creación de la guía: las actividades propuestas deben ser lúdicas, relacionadas con arte, deporte y muy creativas. - La guía en su aplicación debe lograr la integración social y el encuentro entre familias. - Diseño, formato y decoración creativa de la guía. 	<p>socioparticipativo, intercambio de experiencias e información.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Trabajo cooperativo para crear. <p>Participación Activa – Participativa, Aprendizaje Social- Reflexión Personal</p> <ul style="list-style-type: none"> - Certificado de Compromiso - Socialización de: inquietudes, vivencias, conclusiones, reflexiones y aprendizajes. - Compartir puntos de reflexión.
<p>Implementación de la Guía de Actividades Lúdicas “Yo Juego con mi Familia”: Día de “Feria De Juegos En Familia”-Módulos I y II</p>	
<p>Objetivos Específicos</p>	
<ul style="list-style-type: none"> - Sensibilizar a los padres sobre la importancia del tiempo libre como pilar de la cohesión familiar. - Implementar el juego como un recurso valioso para el tiempo libre de toda la familia y principalmente de los niños. - Consolidar modelos de ocio familiar sanos que promuevan el bienestar y desarrollo en la dinámica familiar. - Conocer el impacto y trascendencia de la información, estrategias y reflexiones compartidas durante la sesión en los padres. 	
<p>Metodología</p>	
<p>Construcción Activa –Autónoma del Aprendizaje</p> <ul style="list-style-type: none"> - Los participantes coordinarán la planificación y el desarrollo de la jornada con autonomía. <p>Construcción Activa: Creativa, Artística,</p>	<p>Cooperativo-Social-Activo-Motivacional</p> <ul style="list-style-type: none"> - Jornada de intercambio: apertura con mensaje de motivación a la cooperación y unión. - Actividades cooperativas no competitivas. - Actividades festivas: feria de juegos

<p>Deportiva, Lúdica, Integrativa, Cultural.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Implementación de la guía: las actividades desarrolladas serán lúdicas, relacionadas con arte, deporte y muy creativas. - Juegos tradicionales: intercambio y aprendizaje cultural e intergeneracional. - El día de Feria de Juegos debe lograr la integración social y el encuentro entre familias. 	<p>organizadas en comunidad y en equipo.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Encuentro Comunitario: con la participación de más familias. - Trabajo cooperativo para planificar y organizar la jornada. - Stands de Juego: cada equipo a cargo de las actividades. <p>Reflexión Personal-Participativa-Vivencial</p> <ul style="list-style-type: none"> - Socialización de: inquietudes, vivencias y aprendizajes, compendio de videos y fotografías de la experiencia. - Compartir valoraciones y reflexiones sobre el desarrollo de la feria de juegos en familia.
--	---

Elaboración propia.

3.3.3. Desarrollo de la Propuesta de Intervención

A continuación, se presentará en la tabla 7 un resumen general del programa: las fases, objetivos y contenidos. En las tablas 8 a 17 se expondrá el desarrollo de cada sesión: detallando el título, duración, modalidad, objetivos, actividades, evaluación y los recursos necesarios.

Tabla 7. Resumen General del Programa

<p>Fase I: Aportes Conceptuales sobre el Tiempo Libre como Pilar de la Cohesión Familiar y El Impacto de la Tecnología en Espacios de Ocio.</p> <p>Fase II: Construcción Social de una Guía de Actividades Lúdicas: “Yo Juego con mi Familia” y la Implementación de la Guía de Actividades Lúdicas “Yo Juego con mi Familia”: Día de “Feria De Juegos En Familia”.</p>
<p>Objetivo General</p> <p>Informar y sensibilizar a los padres del grupo de cinco años de la Escuela Dominical-Iglesia Dios es Fiel, sobre la importancia del tiempo libre como pilar de la cohesión familiar y el impacto de la tecnología en esos valiosos espacios, poniendo a su disposición modelos de ocio sanos como el</p>

juego, para que los instauren en la dinámica familiar como medidas de bienestar y prevención.

Objetivos Específicos

- Sensibilizar a los padres sobre la importancia del tiempo libre como pilar de la cohesión familiar.
- Informar a los padres sobre los cambios históricos de la sociedad y su influencia sobre la dinámica familiar.
- Fortalecer el valor del tiempo de ocio como factor de riesgo o de prevención.
- Consolidar modelos de ocio familiar sanos que promuevan el bienestar y desarrollo en la dinámica familiar.
- Orientar en la implementación del juego como un recurso valioso para el tiempo libre de toda la familia y principalmente de los niños.
- Informar y sensibilizar a los padres sobre el impacto de la tecnología en los espacios de ocio familiar.
- Proponer estrategias y alternativas que promuevan el manejo controlado y seguro de los recursos digitales en el tiempo libre.
- Orientar a los padres hacia su rol de supervisar y acompañar el manejo de las TIC.
- Informar a los padres sobre oportunidades y riesgos del mundo virtual.
- Conocer el impacto y trascendencia de la información, estrategias y reflexiones compartidas durante la sesión en los padres.

Contenidos

- Información sobre los cambios sociales que han marcado la evolución de la familia, las relaciones entre sus miembros y el modelo de tiempo de ocio compartido.
- La importancia de la familia, de la calidad de relaciones y momentos de socioafectividad en el desarrollo individual y grupal. La situación actual de la institución familiar.
- Modelos y estrategias de ocio saludables e integradoras.
- El juego un recurso valioso para el tiempo libre, más en la primera infancia.
- El impacto de la tecnología en los espacios de ocio familiar.
- Estrategias y alternativas que promuevan el manejo controlado y seguro de los recursos digitales en el tiempo libre.
- Supervisión y acompañamiento de los padres en el manejo de las TIC.
- Oportunidades y riesgos del mundo virtual.

Elaboración propia.

Tabla 8. *Desarrollo Sesión 1*

SESIÓN 1: La Importancia del Tiempo Libre como Pilar de la Cohesión Familiar-Módulo I Modalidad: presencial con distanciamiento, aforo limitado y medidas de bioseguridad. Tiempo: 1h 45 minutos.	
Actividades	Objetivos
<p>Primer Momento</p> <p>Bienvenida e Introducción General</p> <p>Dinámica de integración:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Para empezar se pegarán tarjetas con sus nombres. - Formar grupos de 3 personas aleatoriamente. Le pondrán un nombre al grupo y trabajarán durante toda la jornada juntos. - Cada grupo prepara una <i>dramatización</i> sobre la manera como empleamos el tiempo libre. A cada grupo se le asigna una situación, por ejemplo: vacaciones, fecha de Navidad, Semana Santa, fiestas familiares, cumpleaños, almuerzo, oración, novena de Navidad, paseos, deportes. <p>Compartir <i>puntos de reflexión</i>:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ¿Cuál de los momentos anteriormente dramatizados aprovecho para fomentar la unión familiar? ¿Cómo? - ¿Cómo podría planificar mi tiempo para obtener mayores satisfacciones? - ¿De qué forma me gustaría emplear mi tiempo libre? - ¿Estoy conforme con la forma en que lo comparto? <p>Materiales y Recursos</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tarjetas para nombres, marcadores y cinta masking. - Tarjetas de situaciones de ocio. 	<ul style="list-style-type: none"> - Sensibilizar a los padres sobre la importancia del tiempo libre como pilar de la cohesión familiar.

<p>Segundo Momento</p> <p>Socialización: El Tiempo Libre como Pilar de la Cohesión Familiar I</p> <p>El facilitador compartirá la información conceptual abarcando las siguientes temáticas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cambios históricos de la sociedad y su influencia sobre la dinámica intrafamiliar. - La importancia del tiempo libre como pilar de la cohesión familiar. <p>Materiales y Recursos</p> <ul style="list-style-type: none"> - Proyector, computador. 	<ul style="list-style-type: none"> - Informar a los padres sobre los cambios históricos de la sociedad y su influencia sobre la dinámica intrafamiliar. - Informar y sensibilizar a los padres sobre la importancia del tiempo libre como pilar de la cohesión familiar.
<p>BREAK (15 minutos)</p>	
<p>Tercer Momento</p> <p>Cierre: Reflexión Final y Evaluación</p> <p>Al finalizar la presentación se les animará a agruparse de nuevo para el desarrollo de la actividad final.</p> <p>Cada grupo transmitirá sus conclusiones, reflexiones y aprendizajes de la jornada de manera <i>creativa</i>.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Deben crear un <i>slogan</i> que represente su reflexión y desarrollar las ideas centrales del slogan. <p>Se les dará materiales para la actividad:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lápices, colores, marcadores, cartulina o papel (pliego). <p>Despedida</p> <p>Materiales y Recursos</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lápices, colores, marcadores, cartulina o papel (pliego). 	<ul style="list-style-type: none"> - Sensibilizar y empoderar a los padres sobre la importancia del tiempo libre como pilar de la cohesión familiar. - Conocer el impacto y trascendencia de la información, estrategias y reflexiones compartidas durante la sesión en los padres.

Elaboración propia.

Tabla 9. Desarrollo Sesión 2

SESIÓN 2: La Importancia del Tiempo Libre como Pilar de la Cohesión Familiar-Módulo II Modalidad: presencial con distanciamiento, aforo limitado y medidas de bioseguridad. Tiempo: 1h 45 minutos.	
Actividades	Objetivos
<p>Primer Momento</p> <p>Bienvenida e Introducción General</p> <p>Dinámica de integración:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Para empezar se pegarán tarjetas con sus nombres. - Se pegarán tarjetas en la espalda de cada participante, cada tarjeta contiene la mitad del nombre de una película sobre familias. Tienen que buscar con la ayuda de los demás al participante que tiene la otra parte del título de la película y formar parejas. - Cada pareja intercambiará información sobre la película que les corresponde. Analizando la dinámica familiar que se observa en la película. <p>Compartir <i>puntos de reflexión</i>:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ¿Con qué escenario familiar me identifico? - ¿Cómo es la dinámica del tiempo libre en las familias de la película? - ¿Qué me gustaría implementar de su dinámica en mi familia y qué no? ¿Cómo lo haría? <p>Materiales y Recursos</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tarjetas para nombres, películas, marcadores y cinta masking. - Tarjetas de preguntas. 	<ul style="list-style-type: none"> - Sensibilizar a los padres sobre la importancia del tiempo libre como pilar de la cohesión familiar.

<p>Segundo Momento</p> <p>Socialización: El Tiempo Libre como Pilar de la Cohesión Familiar II</p> <p>El facilitador compartirá la información conceptual abarcando las siguientes temáticas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Importancia de la calidad de relaciones y momentos de socioafectividad en el desarrollo individual y grupal de los sistemas familiares. - El valor del tiempo de ocio como factor de riesgo o de prevención. <p>Materiales y Recursos</p> <ul style="list-style-type: none"> - Proyector, computador. 	<ul style="list-style-type: none"> - Informar a los padres sobre la importancia de la calidad de relaciones y momentos de socioafectividad en el desarrollo individual y grupal de los sistemas familiares. - Informar y sensibilizar a los padres sobre el valor del tiempo de ocio como factor de riesgo o de prevención.
<p>BREAK (15 minutos)</p>	
<p>Tercer Momento</p> <p>Cierre: Reflexión Final y Evaluación</p> <p>Al finalizar la presentación se les animará a agruparse de nuevo para el desarrollo de la actividad final. Cada pareja de trabajo transmitirá sus conclusiones, reflexiones y aprendizajes de la jornada de manera <i>creativa</i>.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Deben crear un <i>collage</i> que represente su reflexión y las ideas centrales de la jornada. Al finalizar deberán compartir su aporte con todos. <p>Se les dará materiales para la actividad: Revistas, Periódicos. Gomas, tijeras, cartulina (pliego).</p> <p>Despedida</p> <p>Materiales y Recursos</p> <ul style="list-style-type: none"> - Revistas, Periódicos. Gomas, tijeras, cartulina (pliego). 	<ul style="list-style-type: none"> - Sensibilizar y empoderar a los padres sobre la importancia del tiempo libre como pilar de la cohesión familiar. - Conocer el impacto y trascendencia de la información, estrategias y reflexiones compartidas durante la sesión en los padres.

Elaboración propia.

Tabla 10. *Desarrollo Sesión 3*

SESIÓN 3: La Importancia del Tiempo Libre como Pilar de la Cohesión Familiar-Módulo III	
Modalidad: presencial con distanciamiento, aforo limitado y medidas de bioseguridad.	
Tiempo: 1h 45 minutos.	
Actividades	Objetivos
<p>Primer Momento</p> <p>Bienvenida e Introducción General</p> <p>Dinámica de integración:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Para empezar se pegarán tarjetas con sus nombres. - Se encontrarán sobre una mesa tarjetas de reverso, los participantes deberán elegir una sin ver el lado posterior. Cada tarjeta contiene una frase y sobre la importancia del tiempo libre compartido en familia. Tienen que buscar a los participantes que tienen la misma frase y formar grupos para la jornada. - Cada grupo intercambiará información sobre la frase que les corresponde. <p>Compartir <i>puntos de reflexión</i>:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ¿Qué es lo que más me ha impactado de esta frase? - ¿Cómo puedo incorporarlo a la dinámica de tiempo libre de mi familia? <p>Materiales y Recursos</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tarjetas para nombres, frases, marcadores y cinta masking. - Tarjetas de preguntas. 	<ul style="list-style-type: none"> - Sensibilizar a los padres sobre la importancia del tiempo libre como pilar de la cohesión familiar.
<p>Segundo Momento</p> <p>Socialización: El Tiempo Libre como Pilar de la Cohesión Familiar III</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Informar a los padres sobre modelos de ocio saludables e integradores que promuevan

<p>El facilitador compartirá la información conceptual abarcando las siguientes temáticas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Modelos de ocio saludables e integradores que promuevan el bienestar y la cohesión intrafamiliar. - La implementación del juego como un recurso valioso para el tiempo libre de toda la familia y principalmente de los niños. <p>Materiales y Recursos</p> <ul style="list-style-type: none"> - Proyector, computador. 	<p>el bienestar y la cohesión intrafamiliar.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Informar y sensibilizar a los padres sobre la implementación del juego como un recurso valioso para el tiempo libre de toda la familia y principalmente de los niños.
<p>BREAK (15 minutos)</p>	
<p>Tercer Momento</p> <p>Cierre: Reflexión Final y Evaluación</p> <p>Al finalizar la presentación se les animará a agruparse de nuevo para el desarrollo de la actividad final.</p> <p>Cada equipo de trabajo transmitirá sus conclusiones, reflexiones y aprendizajes de la jornada de manera <i>creativa</i>.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Deben crear un <i>poema o una copla</i> que represente sus conclusiones y aprendizajes sobre la jornada. Al finalizar deberán compartir su creación con todos. <p>Se les dará materiales para la actividad:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Marcadores, colores, esferos, cartulina o papel (pliego). <p>Despedida</p> <p>Materiales y Recursos</p> <ul style="list-style-type: none"> - Marcadores, colores, esferos, cartulina o papel (pliego). 	<ul style="list-style-type: none"> - Sensibilizar y empoderar a los padres sobre la importancia del tiempo libre como pilar de la cohesión familiar. - Conocer el impacto y trascendencia de la información, estrategias y reflexiones compartidas durante la sesión en los padres.

Elaboración propia.

Tabla 11. Desarrollo Sesión 4

SESIÓN 4: El Impacto de la Tecnología en Espacios de Ocio-Módulo I	
<p>Modalidad: presencial con medidas de distanciamiento, aforo restringido y medidas de bioseguridad.</p> <p>Tiempo: 1h 45 minutos.</p>	
Actividades	Objetivos
<p>Primer Momento</p> <p>Bienvenida e Introducción General</p> <p>Se pegarán tarjetas con sus nombres.</p> <p>Dinámica de presentación: emociones virtuales (emojis)</p> <p>Actualmente con emojis comunico una serie de acciones, momentos y emociones.</p> <p>Esta actividad consiste en identificar los emojis de emociones (impresas o digitalizadas en la pantalla) y elegir la que siento en este momento.</p> <p>Presentarse con la emoción: Mi nombre es....y Siento....</p> <p>Compartir puntos de <i>reflexión</i>:</p> <p>La finalidad de esta actividad es identificar que lo que siento en el mundo físico lo puedo transmitir en el mundo virtual. Cada una de las emociones, acciones o conductas me conectan o desconectan de las personas con las que me relaciono.</p> <p>Materiales y Recursos</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tarjetas para nombres, marcadores y cinta masking. Emojis. 	<ul style="list-style-type: none"> - Sensibilizar a los padres sobre el impacto de la tecnología en los espacios de ocio familiar.
<p>Segundo Momento</p> <p>Socialización: El Impacto de la Tecnología en Espacios de Ocio I</p> <p>El facilitador compartirá la información conceptual abarcando</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Informar a los padres sobre el auge de la tecnología en la

<p>las siguientes temáticas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - El auge de la tecnología en la sociedad. - El impacto del mundo digital en los espacios de ocio familiar. <p>Materiales y Recursos</p> <ul style="list-style-type: none"> - Proyector, computador. 	<p>sociedad.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Informar y sensibilizar a los padres sobre el impacto del mundo digital en los espacios de ocio familiar.
<p>BREAK (15 minutos)</p>	
<p>Tercer Momento</p> <p>Cierre: Reflexión Final y Evaluación</p> <p>Al finalizar la presentación se les pedirá que se agrupen mediante una dinámica.</p> <p>Dinámica de Agrupación: se pondrán de reverso tarjetas de emojis, tomarán una y luego tienen que encontrar a quienes tengan el mismo emoji y agruparse.</p> <p>Cada grupo transmitirá sus conclusiones, reflexiones y aprendizajes de la jornada de manera creativa.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cada grupo deberá crear un <i>cuento o historia</i> para transmitir sus conclusiones y diseñar un tipo libro grande de forma muy creativa. <p>Se les dará materiales para la actividad:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lápices, colores, marcadores, témperas, glitter, tijera, goma, grapadora, cartulinas (pliego). <p>Al terminar sus actividades cada grupo compartirá sus representaciones y se darán reflexiones finales.</p> <p>Despedida.</p> <p>Materiales y Recursos</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tarjetas de emojis, lápices, colores, marcadores, témperas, 	<ul style="list-style-type: none"> - Informar y sensibilizar a los padres sobre el impacto del mundo digital en los espacios de ocio familiar. - Conocer el impacto y trascendencia de la información, estrategias y reflexiones compartidas durante la sesión en los padres.

glitter, tijera, goma, grapadora, cartulinas (pliego).	
--	--

Elaboración propia.

Tabla 12. Desarrollo Sesión 5

SESIÓN 5: El Impacto de la Tecnología en Espacios de Ocio-Módulo II	
<p>Modalidad: presencial con medidas de distanciamiento, aforo restringido y medidas de bioseguridad.</p> <p>Tiempo: 1h 45 minutos.</p>	
Actividades	Objetivos
<p>Primer Momento</p> <p>Bienvenida e Introducción General</p> <p>Se pegarán tarjetas con sus nombres.</p> <p>Dinámica de presentación:</p> <p>Los asistentes deberán dibujar en una hoja el aparato tecnológico de su preferencia, luego buscar los que coinciden y formar grupos.</p> <p>Compartir puntos de <i>reflexión</i>:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ¿Qué uso le doy al aparato que seleccioné y cuánto tiempo? - ¿Interfiere o no en el tiempo con mi familia? ¿Cómo puedo hacer un uso moderado de este aparato? <p>Materiales y Recursos</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tarjetas para nombres, preguntas, marcadores y cinta masking. 	<ul style="list-style-type: none"> - Sensibilizar a los padres sobre el impacto de la tecnología en los espacios de ocio familiar.
<p>Segundo Momento</p> <p>Socialización: El Impacto de la Tecnología en Espacios de Ocio II</p> <p>El facilitador compartirá la información conceptual abarcando las siguientes temáticas:</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Informar y sensibilizar a los padres sobre las

<ul style="list-style-type: none"> - Informar a los padres sobre oportunidades y riesgos del mundo virtual. <p>Materiales y Recursos</p> <ul style="list-style-type: none"> - Proyector, computador. 	<p>oportunidades y riesgos del mundo virtual.</p>
<p>BREAK (15 minutos)</p>	
<p>Tercer Momento</p> <p>Cierre: Reflexión Final y Evaluación</p> <p>Al finalizar la presentación se les pedirá que se agrupen con sus equipos.</p> <p>Cada grupo transmitirá sus conclusiones, reflexiones y aprendizajes de la jornada de manera creativa.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Los equipos deberán desarrollar un <i>semáforo</i> de su reflexión. Dibujar un semáforo grande y en los espacios escribir medidas para el manejo controlado y seguro de los recursos digitales en el tiempo libre. <p>Rojo: Conceptos y usos de Riesgo alto. Amarillo: Conceptos y usos de Riesgo medio. Verde: Conceptos y usos Seguros.</p> <p>Se les dará materiales para la actividad:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lápices, colores, marcadores, cartulinas (pliego). <p>Al terminar sus actividades cada grupo compartirá sus representaciones y se darán reflexiones finales.</p> <p>Despedida.</p> <p>Materiales y Recursos</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lápices, colores, marcadores, cartulinas (pliego). 	<ul style="list-style-type: none"> - Informar y sensibilizar a los padres sobre el impacto del mundo digital en los espacios de ocio familiar. - Informar y sensibilizar a los padres sobre las oportunidades y riesgos del mundo virtual. - Conocer el impacto y trascendencia de la información, estrategias y reflexiones compartidas durante la sesión en los padres.

Elaboración propia.

Tabla 13. Desarrollo Sesión 6

SESIÓN 6: El Impacto de la Tecnología en Espacios de Ocio-Módulo III	
<p>Modalidad: presencial con medidas de distanciamiento, aforo restringido y medidas de bioseguridad.</p> <p>Tiempo: 1h 45 minutos.</p>	
Actividades	Objetivos
<p>Primer Momento</p> <p>Bienvenida e Introducción General</p> <p>Se pegarán tarjetas con sus nombres.</p> <p>Dinámica de presentación:</p> <p>Se les dará a los asistentes una hoja con excusas que suelen poner los padres para no involucrarse en la supervisión del uso de recursos digitales en el tiempo libre de sus hijos. Formarán equipos según el color de su hoja.</p> <p>Compartir puntos de <i>reflexión</i>:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ¿Me identifico con estas excusas? ¿Cómo están afectando en mi dinámica de tiempo libre compartido en familia? - ¿Cómo puedo anular estas excusas? <p>Materiales y Recursos</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tarjetas para nombres, excusas, preguntas, marcadores y cinta masking. 	<ul style="list-style-type: none"> - Sensibilizar a los padres sobre el impacto de la tecnología en los espacios de ocio familiar.
<p>Segundo Momento</p> <p>Socialización: El Impacto de la Tecnología en Espacios de Ocio II</p> <p>El facilitador compartirá la información conceptual abarcando las siguientes temáticas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - La importancia de la supervisión y acompañamiento de los padres en el manejo de las TIC. 	<ul style="list-style-type: none"> - Informar y sensibilizar sobre la importancia de la supervisión y acompañamiento de los padres en el manejo de las TIC. - Proporcionar a los padres estrategias y alternativas que

<ul style="list-style-type: none"> - Estrategias y alternativas que promuevan el manejo controlado y seguro de los recursos digitales en el tiempo libre. <p>Materiales y Recursos</p> <ul style="list-style-type: none"> - Proyector, computador. 	<p>promuevan el manejo controlado y seguro de los recursos digitales en el tiempo libre.</p>
<p>BREAK (15 minutos)</p>	
<p>Tercer Momento</p> <p>Cierre: Reflexión Final y Evaluación</p> <p>Al finalizar la presentación se les pedirá que se agrupen con sus equipos.</p> <p>Cada grupo transmitirá sus conclusiones, reflexiones y aprendizajes de la jornada de manera creativa.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Los equipos deberán crear un <i>Flash informativo</i> sobre su aprendizaje. Deberán desarrollar un guión que integre todos los aprendizajes de la sesión y dramatizarlos como un Flash Informativo en el que deben participar todos los miembros del equipo. <p>Se les dará materiales para la actividad:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Hojas, cartulinas, marcadores, esferos, cámara, micrófonos. <p>Al terminar sus actividades cada grupo compartirá sus representaciones y se darán reflexiones finales.</p> <p>Despedida.</p> <p>*Recordatorio: la próxima sesión inicia una nueva fase del programa netamente socioactiva. Deben traer un aparato electrónico para investigar actividades lúdicas que puedan incorporar en su guía de juegos familiares. Además, deben traer libros, revistas, textos, enciclopedias. Por último, deben compartir experiencias intergeneracionales de tiempo libre y juego con sus abuelos, tíos, papás y registrar la información.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Informar y sensibilizar a los padres sobre el impacto del mundo digital en los espacios de ocio familiar. - Informar y sensibilizar sobre la importancia de la supervisión y acompañamiento de los padres en el manejo de las TIC. - Conocer el impacto y trascendencia de la información, estrategias y reflexiones compartidas durante la sesión en los padres.

<p>Materiales y Recursos</p> <ul style="list-style-type: none"> - Hojas, cartulinas, marcadores, esferos, cámara, micrófonos. - Hoja de instrucciones. 	
---	--

Elaboración Propia.

Tabla 14. Desarrollo Sesión 7

<p>SESIÓN 7: Construcción Social de una Guía de Actividades Lúdicas: “Yo Juego con mi Familia”- Módulo I.</p> <p>Modalidad: presencial con distanciamiento, aforo limitado y medidas de bioseguridad.</p> <p>Tiempo: 2 horas.</p>	
Actividades	Objetivos
<p>Primer Momento</p> <p>Bienvenida e Introducción General</p> <p>Explicación de la <i>dinámica y propósito</i> de la <i>nueva Fase</i> del Programa</p> <p>Se explicará a los asistentes que esta será una fase netamente práctica y cooperativa, el aprendizaje será social y aplicable a su entorno familiar.</p> <p>Partiendo de la base conceptual compartida en la primera fase ahora será el momento de poner en práctica esos aprendizajes. Además, esta será una experiencia cooperativa y participativa para crear.</p> <p>Se indagará experiencias e información sobre el juego en familia y se socializará con los miembros del equipo lo investigado, pero cada participante elaborará su propia guía individualmente para que pueda llevarla a su casa. La finalidad de esta guía es que las actividades lúdicas propuestas sean incorporadas en su rutina familiar.</p> <p>Organización de grupos</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Orientar en la implementación del juego como un recurso valioso para el tiempo libre de toda la familia y principalmente de los niños. - Consolidar modelos de ocio familiar sanos que promuevan el bienestar y desarrollo en la dinámica familiar.

<p>Cada participante recibirá una tarjeta con su nombre y un medio tecnológico de entretenimiento. Deberán agruparse los que coinciden (3).</p> <p>Se les explicará más a detalle la dinámica del desarrollo de la actividad y se les entregará una hoja con un resumen de estas indicaciones.</p> <p>Materiales y Recursos</p> <ul style="list-style-type: none"> - Proyector, computador. Hoja de Instrucciones, mesas, sillas. 	<ul style="list-style-type: none"> - Sensibilizar a los padres sobre la importancia del tiempo libre como pilar de la cohesión familiar.
<p>Segundo Momento</p> <p>Desarrollo de la actividad-Indagación y Conversatorio</p> <ul style="list-style-type: none"> - Indagar y seleccionar 10 actividades para incluirlas en su guía de actividades lúdicas en familia. - Para seleccionar sus actividades lúdicas deben partir de: juegos tradicionales con los que ellos relacionan su infancia, juegos actuales investigados, juegos que disfrutaban con sus hijos y juegos creados por ellos mismos. - Deben haber traído un aparato electrónico para investigar actividades lúdicas que puedan incorporar en su guía de juegos familiares. Además, deben haber traído libros, revistas, textos, enciclopedias. Por último, deben haber traído el compendio de experiencias intergeneracionales de tiempo libre y juego con sus abuelos, tíos, papás y registrar la información. - Conversatorio: Podrán en el proceso ir compartiendo información como grupo. - Al finalizar deben seleccionar las 10 actividades para su guía del tiempo libre compartido en familia. 	<ul style="list-style-type: none"> - Orientar en la implementación del juego como un recurso valioso para el tiempo libre de toda la familia y principalmente de los niños. - Consolidar modelos de ocio familiar sanos que promuevan el bienestar y desarrollo en la dinámica familiar.

<p>Materiales y Recursos</p> <ul style="list-style-type: none"> - Textos, compendio, aparatos electrónicos, mesas, sillas. 	
<p>Tercer Momento</p> <p>Cierre jornada</p> <p>Al terminar sus actividades cada grupo compartirá sus inquietudes y experiencias del desarrollo de la jornada.</p> <p>Despedida.</p> <p>*Recordatorio: la próxima sesión se elaborará la guía de manera muy creativa y artística, por lo que deben traer materiales de arte a su gusto, hojas, cartulinas (A3), marcadores, esferos para manualidades, con escarcha, de colores llamativos, entre otros.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Conocer el impacto y trascendencia de la información, estrategias y reflexiones compartidas durante la sesión en los padres.

Elaboración Propia.

Tabla 15. Desarrollo Sesión 8

<p>SESIÓN 8: Construcción Social de una Guía de Actividades Lúdicas: “Yo Juego con mi Familia”- Módulo II</p> <p>Modalidad: presencial con distanciamiento, aforo limitado y medidas de bioseguridad.</p> <p>Tiempo: 2 horas.</p>	
Actividades	Objetivos
<p>Primer Momento</p> <p>Bienvenida e Introducción General</p> <p>Los equipos de trabajo conformados en la sesión anterior deberán integrarse, se les dará mesas y sillas para que puedan desarrollar la actividad con más comodidad.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Se explicará las indicaciones del desarrollo de la jornada y las actividades por desarrollar. 	<ul style="list-style-type: none"> - Orientar en la implementación del juego como un recurso valioso para el tiempo libre de toda la familia y principalmente de los niños. - Consolidar modelos de ocio familiar sanos que

<p>Actividades</p> <ul style="list-style-type: none"> - Registrar los juegos seleccionados. - <i>Decoración y formato de la guía.</i> <p>Materiales y Recursos</p> <ul style="list-style-type: none"> - Proyector, computador. Instrucciones, mesas, sillas. 	<ul style="list-style-type: none"> - promuevan el bienestar y desarrollo en la dinámica familiar. - Sensibilizar a los padres sobre la importancia del tiempo libre como pilar de la cohesión familiar.
<p>Segundo Momento</p> <p>Desarrollo de la actividad: Elaboración de la guía</p> <p>La Guía tendrá diferentes secciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Portada:</i> diseño y decoración libre. - Sección de <i>Actividades: Desarrollo de los juegos seleccionados.</i> - Sección de <i>Fotografías y Dibujos:</i> será un espacio para registrar <i>fotos</i> o <i>dibujos</i> de la familia jugando las actividades propuestas y compartiendo memorias significativas. - Sección de <i>Anecdotario:</i> estará destinada para plasmar en <i>plano escrito</i> experiencias de juego y momentos compartidos en familia. <p>Ingreso y descripción de las actividades</p> <ul style="list-style-type: none"> - Usarán sus materiales: cartulinas, hojas, marcadores, esferos. - Ingresar un juego por hoja, el Nombre del juego deberá constar como un título o si no tiene nombre pueden crear uno. - Escribir el <i>desarrollo del juego: reglas, integrantes, organización, instrucciones</i> y luego el <i>desenlace.</i> - Elaborarán hojas/cartulinas como <i>separadores</i> de su guía que contengan el título de cada sección y la decoración 	<ul style="list-style-type: none"> - Orientar en la implementación del juego como un recurso valioso para el tiempo libre de toda la familia y principalmente de los niños. - Consolidar modelos de ocio familiar sanos que promuevan el bienestar y desarrollo en la dinámica familiar. - Sensibilizar a los padres sobre la importancia del tiempo libre como pilar de la cohesión familiar.

<p>creativa.</p> <p>Materiales y Recursos</p> <p>- Proyector, computador. Instrucciones.</p>	
<p>Tercer Momento</p> <p>Los Participantes deberán haber terminado su guía y si queda trabajo pendiente pueden terminar en casa con su familia.</p> <p>Cierre jornada</p> <p>Al terminar sus actividades cada grupo compartirá sus inquietudes y experiencias del desarrollo de la jornada.</p> <p>Despedida.</p> <p>Animarles a los participantes cuando ya implementen la guía a hacer también uso de las redes sociales para compartir sus experiencias lúdicas en familia.</p> <p>¡Anímate a hacer una tendencia también en <i>redes sociales</i> de estas experiencias en familia, compartiendo las fotografías con el hashtag #: <i>#yojuegoconmifamilia !</i></p>	<p>- Conocer el impacto y trascendencia de la información, estrategias y reflexiones compartidas durante la sesión en los padres.</p>

Elaboración Propia.

Tabla 16. Desarrollo Sesión 9

<p>SESIÓN 9: Implementación de la Guía de Actividades Lúdicas “Yo Juego con mi Familia”: Día de “Feria De Juegos En Familia”-Módulo I</p> <p>Modalidad: presencial con distanciamiento, aforo limitado y medidas de bioseguridad.</p> <p>Tiempo: 2 horas.</p>	
Actividades	Objetivos
<p>Primer Momento</p> <p>Bienvenida e Introducción General.</p> <p>Se les preguntará cómo ha sido su experiencia con la guía y se</p>	<p>- Orientar en la</p>

<p>les dará un espacio para aclarar sus inquietudes.</p> <p>Al finalizar la jornada de hoy se firmará un compromiso personal de los participantes del programa.</p> <p>La organización de la Feria se hará en equipos los mismos de la anterior sesión.</p> <p>Introducción de la próxima sesión</p> <p>Se socializará las principales <i>indicaciones</i> y la <i>planificación</i> para la próxima sesión. Con la próxima sesión finaliza el programa.</p> <p>La próxima sesión será diferente y muy especial, será la oportunidad de llevar a la práctica y a la cotidianidad la guía y todos los aprendizajes adquiridos en el programa.</p> <p>Esta última sesión será un día de <i>"Feria de Juegos en Familia"</i>.</p> <p>La <i>finalidad</i> de esta jornada es que puedan <i>jugar con sus familias</i> las <i>actividades que contiene la guía</i> y también pueden incluir actividades nuevas que proponga la familia.</p> <p>Materiales y Recursos</p> <ul style="list-style-type: none"> - Proyector, computador. Instrucciones, mesas, sillas. 	<p>implementación del juego como un recurso valioso para el tiempo libre de toda la familia y principalmente de los niños.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Consolidar modelos de ocio familiar sanos que promuevan el bienestar y desarrollo en la dinámica familiar. - Sensibilizar a los padres sobre la importancia del tiempo libre como pilar de la cohesión familiar.
<p>Segundo Momento</p> <p>Organización Día de Feria de Juegos en Familia</p> <p>Organización Feria de Juegos en Familia".</p> <ul style="list-style-type: none"> - Decidirán un <i>lugar, fecha, hora</i> y las <i>actividades</i> que van a realizar. - <i>Recursos y materiales</i>: deben contar con todos los recursos necesarios para desarrollar su juego y para instalar su stand. Además, pueden llevar bebidas, snacks, refrigerio para compartir al final. - Se establecerán los roles y responsabilidades de cada miembro del equipo. - Decidirán también <i>quiénes van a participar</i>, pueden invitar a más <i>familias cercanas</i>. 	<ul style="list-style-type: none"> - Orientar en la implementación del juego como un recurso valioso para el tiempo libre de toda la familia y principalmente de los niños. - Consolidar modelos de ocio familiar sanos que promuevan el bienestar y desarrollo en la dinámica

<ul style="list-style-type: none"> - <i>Dinámica</i> de la Feria de Juegos: la feria debe estar organizada en “<i>stands de juegos</i>”, cada equipo formará un stand. El <i>equipo o persona responsable</i> se encargará de: - <i>Armar</i> el stand: - Tener los <i>recursos, materiales y objetos</i> necesarios para el desarrollo del <i>juego</i>. - <i>Decorar</i> el stand de forma creativa. Elegir una <i>vestimenta</i> que los identifique. - <i>Explicar las reglas e indicaciones</i> del juego cuando visiten su stand. - <i>Supervisar</i> el desarrollo del juego para que se respeten las <i>reglas y las indicaciones</i>. - Los equipos <i>rotarán visitando</i> todos los <i>stands</i>, por eso es importante que los equipos se organicen por <i>turnos</i>. - Debido a las circunstancias se aconseja que sea una actividad realizada en <i>espacios abiertos</i> como: patio, jardín, parque, bosque. <p>La <i>división de grupos</i> puede darse de diferentes formas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Si solo participa <i>1 familia</i>: pueden armar equipo de hijos, equipo de papás, equipos combinados mamá-hijo, papá-hijo, o puede ser individualmente. - Si participan <i>2 o más familias</i>: Cada familia será un equipo. <p>Como actividad final y de evaluación del día de feria:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Deberán <i>grabar videos y tomar fotografías</i> de los <i>stands</i> y del <i>desarrollo de la jornada</i> para compartirlas con la facilitadora del programa. - Se les entregará una hoja de indicaciones y también se les enviará digitalmente la planificación y las instrucciones para el desarrollo de la jornada “Feria de Juegos en Familia”. 	<p>familiar.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sensibilizar a los padres sobre la importancia del tiempo libre como pilar de la cohesión familiar.
--	--

<p>Materiales y Recursos</p> <ul style="list-style-type: none"> - Proyector, computador. Instrucciones, esferos, hojas. 	
<p>Tercer Momento</p> <p>Los participantes deberán haber terminado de organizar la feria de juegos y podrán expresar cualquier inquietud o necesidad.</p> <p>Reflexión Final del Programa y Agradecimiento</p> <p>Al finalizar la explicación se compartirá con todos los asistentes una reflexión final y se les agradecerá por su participación</p> <p>Se les dará un mensaje de motivación para que los conocimientos, estrategias y reflexiones adquiridas trasciendan a su vida cotidiana y a su rutina familiar de tiempo libre. Se les entregará sus certificados de compromiso final, deberán leerlos y firmar.</p> <p>Compromiso</p> <p>Yo _____ me comprometo a:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Esforzarme para que los conocimientos, estrategias y reflexiones adquiridas en este programa trasciendan a mi vida cotidiana y a la rutina de tiempo libre de mi familia. • Procurar organizar un estilo de vida que nos permita pasar más tiempo juntos y compartir. No se trata de simular estar juntos, sino de realmente disfrutar en familia. • Promover un uso creativo y sano del tiempo libre, buscar encuentros donde todos los miembros de mi familia se sientan acogidos, aceptados, amados y satisfechos. <p style="text-align: center;">_____</p> <p style="text-align: center;">Firma</p> <p>Recursos y Materiales:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Proyector, computador. Certificados de Compromiso, 	<ul style="list-style-type: none"> - Conocer el impacto y trascendencia de la información, estrategias y reflexiones compartidas durante la sesión en los padres. - Orientar en la implementación del juego como un recurso valioso para el tiempo libre de toda la familia y principalmente de los niños. - Consolidar modelos de ocio familiar sanos que promuevan el bienestar y desarrollo en la dinámica familiar. - Sensibilizar a los padres sobre la importancia del tiempo libre como pilar de la cohesión familiar.

<p>esferos.</p> <p>- Hojas de Instrucciones y Planificación Sesión 4: Feria de Juegos en Familia.</p> <p>Despedida.</p>	
---	--

Elaboración Propia.

Tabla 17. Desarrollo Sesión 10

<p>SESIÓN 10: Implementación de la Guía de Actividades Lúdicas “Yo Juego con mi Familia”: Día de “Feria De Juegos En Familia”- Módulo II</p> <p>Modalidad: presencial con distanciamiento, aforo limitado y medidas de bioseguridad.</p> <p>Tiempo: 4 horas.</p>	
Actividades	Objetivos
<p>Introducción</p> <p>En la anterior convocatoria fue socializada la introducción de la Sesión 4: Implementación de la Guía de Actividades Lúdicas “Yo Juego con mi Familia”: Día de “Feria De Juegos En Familia”. Se expuso el propósito, las indicaciones y organización de esta jornada.</p> <p>Además, se compartió una recopilación de esta información digitalmente a los padres para que pueda ser un apoyo en la planificación y desarrollo de la actividad.</p> <p>El desarrollo de esta actividad será un proceso totalmente autónomo, basándose en los lineamientos previamente transmitidos. Los padres cumplirán con el rol de motivadores y coordinadores de la implementación de esta jornada. Además, también tendrá un carácter social y cooperativo porque la familia puede apoyar y contribuir trabajando en conjunto.</p> <p>A continuación se planteará la planificación de los diferentes momentos de esta jornada familiar que también será compartida digitalmente con los padres para apoyarles en su</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Orientar en la implementación del juego como un recurso valioso para el tiempo libre de toda la familia y principalmente de los niños. - Consolidar modelos de ocio familiar sanos que promuevan el bienestar y desarrollo en la dinámica familiar.

desarrollo.

Primer Momento

- De acuerdo con el horario, fecha y lugar planificados se dirigirán llevando todos los recursos necesarios.
- Se encontrarán con las demás familias o personas que van a participar.
- Ya instalados se reunirán todos formando un círculo.
- Los padres deberán explicar a todos los asistentes el propósito, las indicaciones y organización de esta jornada. Sobre todo les animarán a hacer de este día una experiencia memorable llena de unidad y afecto. Orientada al esparcimiento sano y cooperativo dejando a un lado la competencia.
- De acuerdo a la *organización de grupos* previamente acordada. Se procederá a identificar cada equipo y se *enumerará a cada grupo*. En ese mismo *orden* procederán a *visitar los stands*, primero Grupo1, segundo Grupo 2... y así consecutivamente.
- *No tendrán un límite de tiempo, pueden participar de todas las actividades libremente y regresar a su stand y será el turno del siguiente grupo.*
- **IMPORTANTE:** Les recordarán que deben grabar videos y tomar fotografías a lo largo de toda la jornada y en todos los momentos para la etapa final de evaluación del programa.
- Se les recordará que el uso de aparatos electrónicos solamente está autorizado para tomar fotos y videos del desarrollo de la Feria, sin excederse para que no sea un factor limitante en el desarrollo de sus actividades. Recordarles que deben dejar a un lado ocupaciones y distracciones y disfrutar de este momento.

Si desean compartir la experiencia en sus redes pueden hacerlo al finalizar la feria y recordando seguir la tendencia:

- Sensibilizar a los padres sobre la importancia del tiempo libre como pilar de la cohesión familiar.

<p><i>¡Anímate a hacer una tendencia también en redes sociales de estas experiencias en familia, compartiendo las fotografías con el hashtag #: #yojuegoconmifamilia !</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Cada equipo procederá a <i>armar</i> los <i>stands de juegos</i>. <p>Materiales y Recursos</p> <ul style="list-style-type: none"> - Las familias llevarán los recursos necesarios para la planificación e implementación de la Feria de Juegos. - Hoja de Instrucciones, planificación de la jornada. Documentos digitales e impresos. 	
<p>Segundo Momento</p> <ul style="list-style-type: none"> - Una vez que todos los stands estén listos e instalados iniciarán con la jornada. - El Grupo 1 será el primero en visitar los stands de la feria de juegos, mientras ellos participan su stand estará cerrado. - Una vez que el Grupo 1 ha visitado todas las estaciones, regresará a su stand y será el turno del Grupo 2. Este mecanismo se repetirá hasta que todos los grupos visiten todos los stands. - Una vez que hayan terminado y todos los grupos hayan recorrido todos los stands. Pueden disfrutar de un refrigerio y seguir jugando y compartiendo libremente. - Cuando las familias lo decidan empezarán con la desinstalación de sus stands, llevándose todos los objetos, materiales y recursos que han usado, dejando todo en orden y recogiendo los residuos del lugar. <p>Materiales y Recursos</p> <ul style="list-style-type: none"> - Las familias llevarán los recursos necesarios para la planificación e implementación de la Feria de Juegos. - Hoja de Instrucciones, planificación de la jornada. Documentos digitales e impresos. 	<ul style="list-style-type: none"> - Orientar en la implementación del juego como un recurso valioso para el tiempo libre de toda la familia y principalmente de los niños. - Consolidar modelos de ocio familiar sanos que promuevan el bienestar y desarrollo en la dinámica familiar.

<p>Tercer Momento</p> <p>Actividad de Cierre</p> <p>Reflexión Final y Evaluación</p> <ul style="list-style-type: none"> - En el transcurso de la siguiente semana, después de la Feria de Juegos en Familia, los participantes del programa deberán hacer un compendio de fotografías y videos de la jornada para remitirlos a la facilitadora. Además, deberán incluir una breve conclusión en la que puedan compartir sus valoraciones y reflexiones sobre la sesión 4: Implementación de la Guía de Actividades Lúdicas “Yo Juego con mi Familia”: Día de “Feria De Juegos En Familia”. - Esta última actividad será compartida haciendo uso de plataformas de almacenamiento digital como: google drive, onedrive, dropbox, megasync, youtube. <p>Despedida</p> <p>Finalmente la facilitadora deberá cumplir con:</p> <ul style="list-style-type: none"> - La confirmación de recepción del material audiovisual - Enviar documento con un mensaje de retroalimentación y despedida a los participantes vía correo electrónico y whatsapp. <p>Recursos y Materiales:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Fotografías, videos. - Herramientas tecnológicas: google drive, onedrive, dropbox, megasync, youtube, correo electrónico y whatsapp. 	<ul style="list-style-type: none"> - Conocer el impacto y trascendencia de la información, estrategias y reflexiones compartidas durante la sesión en los padres. - Orientar en la implementación del juego como un recurso valioso para el tiempo libre de toda la familia y principalmente de los niños. - Consolidar modelos de ocio familiar sanos que promuevan el bienestar y desarrollo en la dinámica familiar. - Sensibilizar a los padres sobre la importancia del tiempo libre como pilar de la cohesión familiar.
--	---

Elaboración Propia.

3.3.4. Temporalización: Cronograma

Como se ha expuesto anteriormente el programa constará de dos fases la primera con un enfoque formativo y la segunda siguiendo una metodología netamente socioactiva. La primera fase consta de seis sesiones, y la segunda de cuatro. Todas las sesiones están

estructuradas en tres momentos. Para tener más claridad se muestra en la tabla 18 más información de la estructuración de la propuesta.

Además, como se puede observar en la tabla 18 las seis primeras sesiones son formativas y requieren de un entorno adecuado para su desarrollo por eso se hará uso de las instalaciones de la Iglesia Dios es Fiel –Quito. Las cuatro últimas sesiones son socioactivas, sin embargo, tienen una dinámica diferente, porque la sesión siete, ocho y nueve implican trabajo en equipo, la creación de la guía de actividades lúdicas y la organización del día de feria de juegos en familia, por eso también, se hará uso del auditorio de la Iglesia. Mientras que la sesión 10, al ser un día de Feria de Juegos en Familia, implica un encuentro de esparcimiento y momentos lúdicos por eso se desarrollará en espacios abiertos que las familias elijan como: parques, reservas, patios, jardines.

Los horarios y fechas propuestas para la implementación están sujetos a modificaciones de acuerdo a la disponibilidad de los padres y de la Iglesia. La temporalización y organización del programa se detalla en la tabla 18 y 19:

Tabla 18. *Temporalización de la Propuesta*

Fase I	
<i>Aportes Conceptuales sobre el Tiempo Libre como Pilar de la Cohesión Familiar-Módulo I, II y III.</i>	
Duración de cada sesión: 1h 45minutos	
<i>Impacto de la Tecnología en Espacios de Ocio-Módulo I, II y III.</i>	
Duración de cada sesión: Duración: 1h 45minutos	
Estructura de las Sesiones de la Fase I	
Primer Momento	30 minutos
<ul style="list-style-type: none"> - Bienvenida. - Introducción General-Sensibilización. - Actividad de Integración/División de grupos. - Instrucciones. 	
Segundo Momento	30 minutos

- Desarrollo de la actividad principal: taller formativo social.	
Break (tiempo de descanso)	15 minutos
Tercer Momento	30 minutos
<p>Actividades de cierre:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Evaluación: aportes grupales, reforzar aprendizajes de forma creativa. - Reflexión final. 	
<p>Fase II</p> <p><i>Construcción Social de una Guía de Actividades Lúdicas: “Yo Juego con mi Familia”-Módulo I y II</i></p> <p>Investigación de actividades lúdicas para la guía y Conversatorio.</p> <p>Duración: 2 horas</p> <p>Ingreso y descripción de las actividades de la guía, diseño y formato.</p> <p>Duración: 2 horas</p>	
Estructura de las Sesiones Fase II	
Primer Momento	15 minutos
<ul style="list-style-type: none"> - Bienvenida. - Introducción nueva Fase del Programa: - Explicación de la dinámica y propósito de la Fase II. - Organización de grupos. - Indicaciones del desarrollo de la actividad. 	
Segundo Momento	1h30 minutos
<p>Sesión 7: Investigación de juegos y Conversatorio. Selección de Juegos.</p> <p>Sesión 8: Ingreso y descripción de las actividades de la guía, diseño de la guía y formato.</p>	
Tercer Momento	15 minutos
Actividades de cierre:	

- Reflexión final.
- Instrucciones y planificación para la próxima Sesión: *"Feria de Juegos en Familia"*.
- Certificados de Compromiso.

Implementación de la Guía de Actividades Lúdicas "Yo Juego con mi Familia": Día de "Feria De Juegos En Familia"-Módulo I y II

Planificación y organización del Día de "Feria De Juegos En Familia".

Duración: 2 horas.

Implementación y desarrollo de la jornada Día de "Feria De Juegos En Familia".

Duración: 4h 30 minutos.

Estructura de las Sesiones Fase II

Primer Momento

Sesión 9: **15 minutos**

- Bienvenida.
- Explicación de la dinámica y propósito de la Jornada.

Sesión 10: **1h**

- Bienvenida.
- Explicación de la dinámica y propósito de la Jornada.
- Sensibilización mensaje motivador.
- Organización de grupos, stands de juegos, reglas e instrucciones.
- Preparación, instalación y organización de La Feria de Juegos en Familia.

Segundo Momento

- Sesión 9: Planificación y organización del Día de "Feria De Juegos En Familia"

1h30 minutos

- Sesión 10: Implementación y desarrollo de la jornada Día de "Feria De Juegos En Familia"

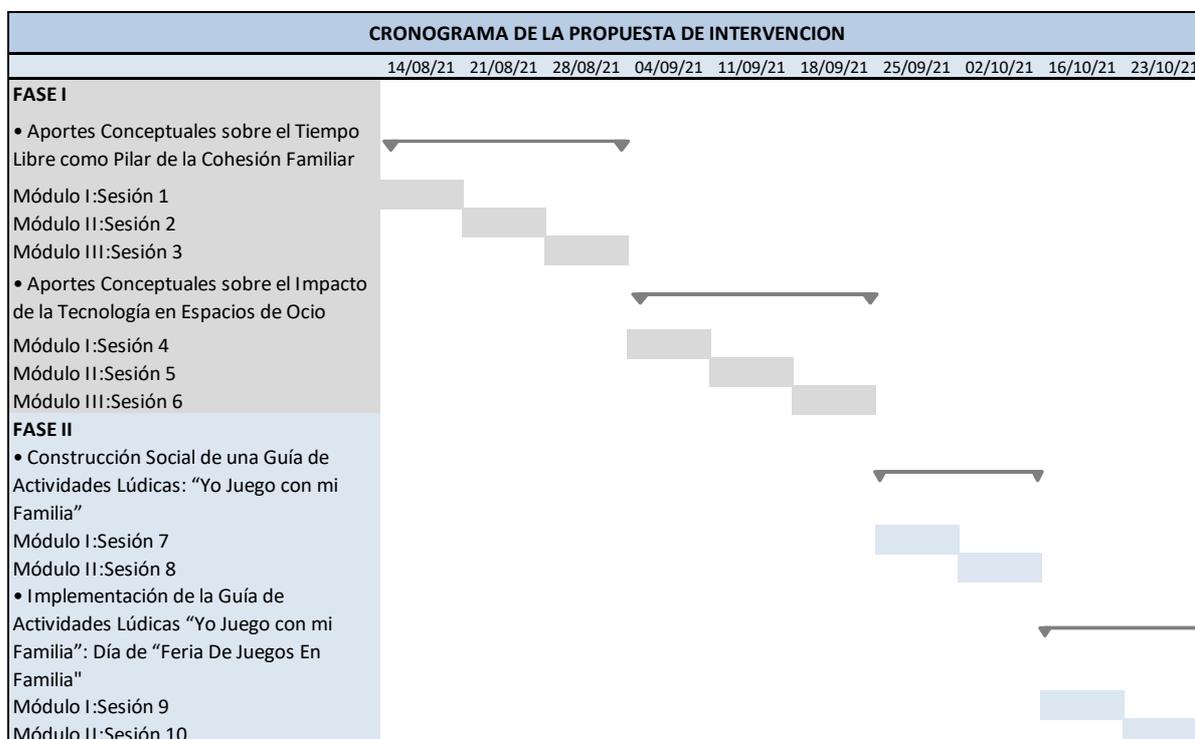
3h

Tercer Momento

<p>Sesión 9: 15 minutos</p> <p>Actividades de cierre:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Reflexión final. - Instrucciones y planificación para la próxima Sesión: <i>“Feria de Juegos en Familia”</i>. <p>Sesión 10: 30 minutos</p> <p>Actividades de cierre (una semana después):</p> <p>Reflexión y Evaluación Final</p> <ul style="list-style-type: none"> - Compendio de fotografías y videos de la jornada: enviar haciendo uso de herramientas tecnológicas. - Valoraciones y reflexiones personales sobre la sesión: enviar haciendo uso de herramientas tecnológicas.

Elaboración propia.

Tabla 19. Cronograma de la Propuesta



Elaboración propia.

3.3.5. Recursos Necesarios para Implementar la Intervención

Los recursos necesarios para el desarrollo de la propuesta de intervención serán:

-Tecnológicos: proyector de imagen, computadora, plataformas de almacenamiento digital en la nube, correo electrónico, whatsapp, cámara fotográfica, celular, impresora.

-Materiales: mesas, sillas, papeles, cartulinas, esferos, lápices, colores, marcadores, masking.

Humanos: Las personas con las que se deberá coordinar las autorizaciones en la Iglesia y los voluntarios que ellos deleguen para apoyar en la logística del programa.

-Espaciales: Para el desarrollo de las sesiones se hará uso de las instalaciones de la Iglesia Dios es Fiel, principalmente del auditorio, el parqueadero de la urbanización, baños y oficinas para la organización.

Sin embargo, en el desarrollo de cada una de las sesiones se han expuesto los materiales y recursos necesarios.

3.4. Diseño de la Evaluación de la Propuesta de Intervención

La evaluación de la propuesta se ha incluido en el desarrollo de cada una de las jornadas. No obstante, en la tabla adjunta (20) se expondrá con más detalle las herramientas de evaluación implementadas durante el desarrollo de las sesiones:

Tabla 20. Diseño de la Evaluación de la Propuesta

Fase I: Aportes Conceptuales sobre el Tiempo Libre como Pilar de la Cohesión Familiar y El Impacto de la Tecnología en Espacios de Ocio
El Tiempo Libre como Pilar de la Cohesión Familiar-Módulos I, II y III
Objetivos Específicos
<ul style="list-style-type: none"> - Sensibilizar a los padres sobre la importancia del tiempo libre como pilar de la cohesión familiar. - Informar a los padres sobre los cambios históricos de la sociedad y su influencia sobre la dinámica familiar. - Fortalecer el valor del tiempo de ocio como factor de riesgo o de prevención. - Consolidar modelos de ocio familiar sanos que promuevan el bienestar y desarrollo en la

<p>dinámica familiar.</p> <ul style="list-style-type: none">- Implementar el juego como un recurso valioso para el tiempo libre de toda la familia y principalmente de los niños.- Conocer el impacto y trascendencia de la información, estrategias y reflexiones compartidas durante la sesión en los padres.
Evaluación
<p><i>Tercer Momento-Actividades de Evaluación:</i></p> <ul style="list-style-type: none">- Cada grupo transmitirá sus conclusiones, reflexiones y aprendizajes de la jornada de manera creativa.- Desarrollar un <i>slogan</i> que represente su reflexión.- Deberán formar un <i>collage</i> para transmitir sus conclusiones.- Crear un <i>poema</i> o copla sobre su reflexión.- Al finalizar sus actividades cada grupo compartirá con todos los asistentes sus representaciones y reflexiones.
El Impacto de la Tecnología en Espacios de Ocio- Módulos I, II y III
Objetivos Específicos
<ul style="list-style-type: none">- Informar y sensibilizar a los padres sobre el impacto de la tecnología en los espacios de ocio familiar.- Proponer estrategias y alternativas que promuevan el manejo controlado y seguro de los recursos digitales en el tiempo libre.- Consolidar modelos de ocio familiar sanos que promuevan el bienestar y desarrollo en la dinámica familiar.- Orientar a los padres hacia su rol de supervisar y acompañar el manejo de las TIC.- Informar a los padres sobre oportunidades y riesgos del mundo virtual.- Conocer el impacto y trascendencia de la información, estrategias y reflexiones compartidas durante la sesión en los padres.
Evaluación
<p><i>Tercer Momento-Actividad de Evaluación:</i></p>

- Cada grupo transmitirá sus conclusiones, reflexiones y aprendizajes de la jornada de manera creativa
- Deberán crear un *cuento o historia* para transmitir sus conclusiones y diseñar un tipo libro grande de forma muy creativa.
- Desarrollar un *semáforo* de su reflexión. Dibujar un semáforo grande y en los espacios escribir medidas para el manejo controlado y seguro de los recursos digitales en el tiempo libre. **Rojo: Conceptos y usos de Riesgo alto. Amarillo: Conceptos y usos de Riesgo medio. Verde: Conceptos y usos Seguros.**
- Crear un *Flash informativo* sobre su aprendizaje. Deberán desarrollar un guión que integre todos los aprendizajes de la sesión y dramatizarlos como un Flash Informativo en el que deben participar todos los miembros del equipo.

Fase II: Construcción Social de una Guía de Actividades Lúdicas: “Yo Juego con mi Familia” y la Implementación de la Guía de Actividades Lúdicas “Yo Juego con mi Familia”: Día de “Feria De Juegos En Familia”.

Construcción Social de una Guía de Actividades Lúdicas: “Yo Juego con mi Familia”- Módulos I y II

Objetivos Específicos

- Sensibilizar a los padres sobre la importancia del tiempo libre como pilar de la cohesión familiar.
- Implementar el juego como un recurso valioso para el tiempo libre de toda la familia y principalmente de los niños.
- Consolidar modelos de ocio familiar sanos que promuevan el bienestar y desarrollo en la dinámica familiar.
- Conocer el impacto y trascendencia de la información, estrategias y reflexiones compartidas durante la sesión en los padres.

Evaluación

Actividad de Evaluación:

Estas sesiones consisten en la elaboración de una guía de actividades lúdicas. La finalidad de esta guía es que sea implementada en el Día de Feria de Juegos en Familia, que es la actividad que se desarrollará en la sesión final. La guía de actividades lúdicas una vez finalizada será la herramienta de evaluación de esta sesión.

Implementación de la Guía de Actividades Lúdicas “Yo Juego con mi Familia”: Día de “Feria De Juegos En Familia”-Módulos I y II
Objetivos Específicos
<ul style="list-style-type: none">- Sensibilizar a los padres sobre la importancia del tiempo libre como pilar de la cohesión familiar.- Implementar el juego como un recurso valioso para el tiempo libre de toda la familia y principalmente de los niños.- Consolidar modelos de ocio familiar sanos que promuevan el bienestar y desarrollo en la dinámica familiar.- Conocer el impacto y trascendencia de la información, estrategias y reflexiones compartidas durante la sesión en los padres.
Evaluación
<p><i>Tercer Momento-Reflexión Final y Evaluación</i></p> <ul style="list-style-type: none">- La planificación y desarrollo de la feria de juegos será la base de la evaluación de esta sesión.- En el transcurso de la siguiente semana, después de la Feria de Juegos en Familia, los participantes del programa deberán hacer un compendio de fotografías y videos de la jornada para remitirlos a la facilitadora. Además, deberán incluir una conclusión en la que puedan compartir sus experiencias, valoraciones y reflexiones sobre el Día de “Feria De Juegos En Familia”.- Esta última actividad será compartida haciendo uso de plataformas de almacenamiento digital como: google drive, onedrive, dropbox, megasync, youtube.

Elaboración propia.

4. Conclusiones

El desarrollo de este proyecto se ha fundamentado en el objetivo general que implica el *diseño de una propuesta de intervención sobre la importancia del tiempo libre como pilar de la cohesión en familias con hijos de cinco años del “Taller Infantil” de la Iglesia Dios es Fiel-Quito*. Se puede concluir que se ha alcanzado el objetivo mediante una construcción estructurada e integral del programa, llevando un mensaje de empoderamiento a los padres sobre el valor del ocio compartido en familia.

Para abordar este objetivo se ha dado cumplimiento a cada uno de los objetivos específicos planteados. Así atendiendo al primer objetivo específico planteado, *realizar una revisión bibliográfica identificando el tiempo libre como pilar de la cohesión familiar, profundizando en los cambios que ha experimentado la sociedad y su influencia en la dinámica familiar*, ha sido necesario analizar a lo largo de la revisión bibliográfica y en el estudio de las bases conceptuales, la actualidad de la institución familiar y los diversos retos que enfrenta, identificando a: la conciliación trabajo- familia, la inmersión de la tecnología en espacios de entretenimiento, la falta de comunicación e interacción socioemocional, la tendencia de hábitos de ocio perjudiciales, entre otros.

En el desarrollo del capítulo dos se ha expuesto la realidad que enfrenta la familia a nivel social y la afectación que ese contexto genera en su dinámica de tiempo compartido. Se ha aportado con información actual respondiendo así al segundo objetivo específico que, *para fortalecer la importancia del tiempo libre como un factor de riesgo o de prevención*, es necesario confrontar las dos realidades, pues tal y como muestran diversos estudios son relevantes las secuelas y el impacto que estos escenarios pueden ocasionar en el desarrollo de padres, hijos y familias.

Además en relación al tercer objetivo específico, *profundizar en el estudio de la organización del tiempo libre y rutinas en la familia y analizar el impacto que ha tenido la tecnología en esos espacios*, la revisión realizada ha permitido plantear estrategias y alternativas de modelos de ocio sanos, activos y socioafectivos que los padres puedan implementar en su rutina familiar. Una de estas propuestas es el juego, por lo que se expone más a fondo los beneficios de las actividades lúdicas en el tiempo libre de las familias y principalmente de los niños.

También se ha abordado en el desarrollo del marco teórico un análisis profundo sobre un nuevo orden de vida que enfrentan las familias frente a un mundo digitalizado. Se informa sobre la invasión de la tecnología en espacios de ocio, dando paso al aislamiento y dejando de lado las experiencias compartidas en familia. Se ha manifestado un mensaje de alerta a los padres, compartiendo estudios actuales que revelan la necesidad de promover un uso responsable, controlado y seguro de la tecnología. Frente a estos escenarios también se aporta con estrategias y alternativas de modelos de ocio sanos, activos y socioafectivos que los padres pueden implementar en su rutina familiar.

Siguiendo la línea del profundo análisis, se plantea el diseño de un programa de intervención, con el propósito de informar y sensibilizar a los padres del grupo de cinco años de la Escuela Dominical-Iglesia Dios es Fiel, sobre la importancia del tiempo libre como pilar de la cohesión familiar y el impacto de la tecnología en esos valiosos espacios, poniendo a su disposición modelos de ocio sanos, como el juego, para que los instauren en la dinámica familiar como medidas de bienestar y prevención.

Para ello, dando respuesta al cuarto objetivo específico, *diseñar 10 sesiones para un taller formativo para padres sobre el tiempo libre como pilar de cohesión familiar y el impacto de la tecnología en espacios de ocio*. La estructura, metodología y contenidos de las sesiones han sido diseñados para hacer de este propósito una meta alcanzable y que se convierta en un aporte para el bienestar de las familias participantes. Es por eso que se propone el desarrollo del programa en dos fases: la primera netamente formativa, reflexiva y sensibilizadora. La segunda siguiendo una línea socioactiva y participativa, buscando acercar los aprendizajes adquiridos en la fase I y llevándolos a la cotidianidad en la fase II. Durante el desarrollo de todo el programa se plantean estrategias de evaluación creativas, reflexivas e integrativas.

La primera fase del programa ha sido diseñada para sensibilizar a los participantes sobre la importancia de la familia como el sistema que acoge, acepta y ama. Esta institución, a pesar de los fenómenos sociohistóricos que ha enfrentado, sigue ejerciendo un poder decisivo en el desarrollo y en el bienestar del individuo y de la sociedad. Además, se ha planteado experiencias formativas sociales que abarcan dos temáticas principales: aportes conceptuales sobre el tiempo libre como pilar de la cohesión familiar y el impacto de la tecnología en espacios de ocio, cada una desarrollada en tres módulos.

La segunda fase del programa, ha sido diseñada buscando acercar los aprendizajes adquiridos en la fase I, llevándolos a la cotidianidad. Esta fase se desarrollará en dos bloques principales cada uno se desarrolla en dos módulos: Construcción Social de una Guía de Actividades Lúdicas: “Yo Juego con mi Familia”, Implementación de la Guía de Actividades Lúdicas “Yo Juego con mi Familia”: Día de “Feria De Juegos En Familia”, en orden a dar cumplimiento al quinto objetivo específico, *proponer la construcción social y cooperativa de una guía de actividades lúdicas para que sean implementadas en la rutina de las familias de los participantes y en el día de feria de juegos.*

Mediante la creación de la guía de actividades lúdicas, se propone una experiencia socioactiva para generar un aprendizaje cooperativo, intergeneracional, intercambiando experiencias e información entre padres para construir como resultado la guía de actividades lúdicas: yo juego con mi familia. Alcanzando así, el objetivo de implementar el juego como un recurso valioso para el tiempo libre de toda la familia y principalmente de los niños.

El último bloque de actividades responde al sexto objetivo específico, *aportar la propuesta de un día de “Feria de Juegos en Familia”, promoviendo la consolidación de modelos de ocio sanos e integradores*, se ha planteado para que los padres sean capaces de consolidar modelos de ocio familiar sanos, una meta que se alcanza al planificar, organizar e implementar el día de feria de juegos en familia, una actividad de encuentro, acercamiento y trabajo cooperativo.

Para concluir y dando respuesta al séptimo objetivo específico, se plantean herramientas para la *evaluación de los objetivos* de la propuesta de intervención “El Tiempo Libre como Pilar de la Cohesión Familiar” , los cuales responden a la visión, al propósito y a los objetivos que se han planteado para su desarrollo.

Para finalizar, esta propuesta busca sobre todo transmitir a los padres un mensaje de empoderamiento, para que ejerzan su rol de orientar y acompañar a sus hijos en los espacios de ocio. Además, se pretende hacer un llamado de motivación a los padres para que asuman el compromiso de promover en sus hogares modelos de tiempo libre compartidos en familia, sanos y seguros.

5. Limitaciones y Prospectiva

5.1. Limitaciones

La experiencia de desarrollar este proyecto ha sido muy gratificante y se ha convertido en una motivación personal y profesional. Sin embargo, se presentaron diversas limitaciones en el proceso.

Cabe contextualizar el período de desarrollo del TFM con la situación de pandemia que se vive a nivel nacional e internacional y que ha generado cambios profundos. Además, que ha significado una situación de crisis, inseguridad y ansiedad. He experimentado pérdidas de personas cercanas y muchas veces he sentido mis emociones desbordadas. Sin embargo, pese a esas limitaciones triunfó la persistencia y la motivación por adquirir esta valiosa experiencia.

Además, la pandemia ha implicado cambios de vida radicales que ahora ya son parte de nuestra nueva normalidad. Debido a estas limitaciones, la Iglesia donde se pretendía implementar la propuesta, ha cerrado sus puertas como todos los lugares de asistencia masiva en Ecuador. En marzo de 2020, se trasladó la Iglesia a una modalidad virtual. A partir de noviembre, la Iglesia se trasladó a otras instalaciones más pequeñas en respuesta a las medidas adoptadas por el gobierno. Este nuevo auditorio solamente tiene capacidad para 40 personas, se implementan además medidas de bioseguridad y no se admite el ingreso de personas vulnerables como: niños, ancianos, entre otras.

Pese a las limitaciones, se espera implementar el programa en unos meses más o a inicios del próximo año 2022, esperando que el proceso de vacunación haya tenido mayor alcance.

En cuanto a la investigación y desarrollo del TFM, no se presentó ninguna dificultad, debido a que existen suficientes estudios y aportes sobre la temática desde perspectivas psicológicas, sociológicas y pedagógicas.

5.2. Prospectiva

El presente proyecto abre las puertas a innumerables líneas de investigación y de implementación que resultarían un aporte valioso para las familias, mucho más en esta situación de crisis y cambio de estilo de vida.

En el proceso de investigación se pueden profundizar en temas como la rutina de las familias, el manejo del tiempo, el rol de la familia en la sociedad actual, promover un enfoque renovado y actual de la familia, perspectiva de la familia actual en políticas públicas, difundir modelos de ocio intergeneracional, campañas y publicidad de modelos de tiempo libre sanos, herramientas tecnológicas y sus medidas de uso acorde a la edad.

Este trabajo puede ser de utilidad para la familia en toda su diversidad y puede ser implementado en diferentes organizaciones educativas, psicológicas, sociales, comunitarias. Debido a su naturaleza socioactiva y participativa puede despertar el interés y acogida de las familias y los diferentes sectores sociales.

Tanto la sección conceptual como la metodológica pueden ser mejoradas y profundizadas mientras no se nuble el enfoque y el propósito del trabajo. Se pueden añadir más secciones de investigación y también del programa de implementación.

Si se pudiera contribuir al mejoramiento del presente proyecto sería mediante la inclusión de una fase de campaña de difusión del programa, y un desarrollo más prolongado.

6. Referencias Bibliográficas

- Amorós, P., Fuentes, N., Mateos, A., Pastor, C., Rodrigo, M., Byrne, S., Balsells, M., Martín, J. y Guerra, M. (2014). *Aprender juntos, crecer en familia Disfrutamos juntos en familia*. Obra Social La Caixa. https://fundacionlacaixa.org/documents/10280/198839/5.caracteriticas_del_programa_es.pdf/75aadf0e-174a-4c4c-a525-8000122dc44b
- Arbex, C. (2002). *Buenas Prácticas y Retos de los Programas de Ocio Saludable*. ADES. http://www.prevencionbasadaenlaevidencia.net/uploads/PrevEsp_PDF/OD_BuenasPracticas_OcioNocturno_Arbex.pdf
- Arriagada, I. (2007) (Coord.). *Familias y políticas públicas en América Latina: una historia de desencuentros*. Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL). https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/2504/S0700488_es.pdf;Familias
- Barrera, J. (2020). *Borrador de Guía de Promoción de Derechos en el Uso Seguro de Internet desde las Familias*. Ministerio de Educación (MINEDUC) y el Instituto Interamericano del Niño, la Niña y Adolescentes (IIN-OEA).
- Bas, E. y de Guzmán, M. P. (2010). Desafíos de la familia actual ante la escuela y las tecnologías de información y comunicación. *Educatio Siglo XXI*, 28(1), 41-68. <https://revistas.um.es/educatio/article/view/109721>
- Bassignana, C. (2019). Aumenta la productividad con las apps de enfoque de trabajo. *Revista Para el Aula – IDEA*, 32. http://www.usfq.edu.ec/publicaciones/para_el_aula/Documents/para_el_aula_32/pea_032_0018.pdf
- Bringué, X. y Sádaba, C. (2008). *La Generación Interactiva en Iberoamérica-Niños y adolescentes ante las pantallas*. Colección Fundación Telefónica. <https://dadun.unav.edu/handle/10171/17155>
- Bringué, X. y Sádaba, C. (2009). *La Generación Interactiva en España-Niños y adolescentes ante las pantallas*. Colección Fundación Telefónica. <https://dadun.unav.edu/handle/10171/17155>
- Bronfenbrenner, U. (1987). *La ecología del desarrollo humano-experimentos en entornos naturales y diseñados*. Paidós.

- Campos, G., Flores, C. y Lizárraga, G. (2011). *Buenas prácticas y buen trato en la educación de hijas e hijos en familias de la ciudad de El Alto*. UNICEF. https://www.unicef.org/bolivia/Investigacion_socioeconomica_El_Alto_.pdf
- Carrasco, J., Javaloyes, J. y Calderero, J. (2007). *Cómo personalizar la educación*. Narcea Ediciones.
- Cuenca, M. (2005). Sobre el valor del ocio en la familia. *Revista de Ciencias de la Educación*, 201, 69-92. <https://core.ac.uk/download/pdf/41574081.pdf>
- Cuenca, M. (2014). Aproximación al ocio valioso. *Revista Brasileira de Estudos do Lazer. Bello Horizonte*, 1(1), 21-41. https://www.academia.edu/29798750/DeustoDigital_Ocio_valioso
- Durán, A., Tébar, M., Ochando, B., Martí, Bueno, F. J. C., Pin, G. A., Cubel, M. A. y Genís, M.R. G. (2004). *Manual Didáctico para la Escuela de Padres*. Fundación para el Estudio, Prevención y Asistencia a las Drogodependencias. <http://www.codajic.org/sites/www.codajic.org/files/Escuela%20Padres.pdf>
- Del Fresno, M. G. (2011). *Retos para la intervención social con familias en el SXXI: consumo, ocio, cultura, tecnología e hijos*. Comunitaria. Trotta: Universidad Nacional de Educación a Distancia-UNED. <https://bv.unir.net:2769/es/lc/unir/titulos/34369>
- Gardner, H. y Davis, K. (2013, 22 octubre). *The App Generation*. Yale University Press. https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=CRr7AAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP2&dq=info:74gC1Or-0yWJ:scholar.google.com/&ots=1uen83exKL&sig=58o1e81685K55l_0BsVLLPIKbhl#v=onepage&q&f=false
- Granda, A. (2014, 25 de noviembre). El tiempo para compartir con la familia se reduce a una hora diaria. *Diario el Comercio*.
- Guaimaro, Y. y López, G. (2015). El rol de la familia en los procesos de educación y desarrollo humano de los niños y niñas. *IXCAYA Revista Universitaria de Desarrollo Social*, 31-55. https://www.uam.mx/cdi/pdf/redes/xi_chw/cendif_rol.pdf
- Hodge, C., Bocarro, J. N., Henderson, K. A., Zabriskie, R., Parcel, T. L., Kanters, M. A. (2015). Family Leisure. An Integrative Review of Research from Select Journals. *Journal of Leisure Research*, 5(47), 577-600. <https://www.nrpa.org/globalassets/journals/jlr/2015/volume-47/jlr-volume-47-number-5-pp-577-600.pdf>

- Instituto de Adicciones de Madrid Salud (2006). *Programa de Ocio Saludable en el Fin de Semana, 2000-2005*. <https://www.madrid.es/UnidadesDescentralizadas/Salud/Publicaciones/Folletos/Folletos%20IA/Documentos%20tecnicos/PROGRAMADEOCIOSALUDABLE1.pdf>
- Instituto de Educación Secundaria I.E.S Vera Cruz Begíjar. (2012). *Ocio y Tiempo Libre*. Departamento de Orientación. Escuela de Padres y Madres. http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centroctic/23700633/helvia/sitio/index.cgi?wid_seccion=10
- Junta de Extremadura España. Secretaría General de Educación. Consejería de educación y empleo (2015). *Guía para el buen uso educativo de las TIC*. Mérida. https://saludextremadura.ses.es/filescms/ventanafamilia/uploaded_files/CustomContentResources/guia%20buen%20uso%20educativo%20de%20las%20tic.pdf
- Lizarazo, N. y Vizcarra, W. (2020). *Prevención en Familias del Consumo de Drogas, Alcohol y Tabaco. Guía para Docentes Tutores Prevención de Riesgos Sociales*. <https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2019/10/Guia-Prevencion-en-familias-del-consumo-tabaco-drogas-y-alcohol.pdf>
- Marín, L. (2014). La influencia negativa de la tecnología de información y comunicación en la familia actual. *LEX - Revista de la Facultad de Derecho y Ciencias Políticas*, 9(8), 259-268. <https://doi.org/10.21503/lex.v9i8.406>
- Maroñas, A., Martínez, R. y Varela-Garrote, L. (2018). Tiempos de Ocio Compartidos en Familia: Una Lectura Socioeducativa de la Realidad Gallega. SIPS-Pedagogía Social. *Revista Interuniversitaria*, 32, 71-83. <http://recyt.fecyt.es/index.php/PSRI/>
- Martínez, D. (2013). *El Tiempo Libre y de Ocio como Espacio de Consumo para los "Tweens" Guayaquileños*. [Trabajo Fin de Grado]. Universidad Casa Grande. <http://dspace.casagrande.edu.ec:8080/bitstream/ucasagrande/312/1/TESIS465MART.pdf>
- Melo Herrera, M. P. (2016). Video Juegos Y Ocio: Algunas Reflexiones sobre su Incidencia en el Desarrollo Físico-Social de los Jóvenes. *Lúdica Pedagógica*, 23, 85-91. <https://doi.org/10.17227/01214128.3306>
- Ministerio de Educación de Chile (agosto, 2019). *Orientaciones para la regulación del uso de celulares y otros dispositivos móviles en establecimientos educacionales*. División Ministerio de Educación de Chile. Santiago de Chile.

- Ministerio de Educación de Ecuador (MINEDUC) (2017). *Guía para prevención de riesgos durante el uso de internet y dispositivos tecnológicos*.
- Ministerio de Educación del Ecuador (MINEDUC) (2019). *Lineamientos para el Funcionamiento Programa Educando en Familia para las Instituciones Educativas*. <https://educacion.gob.ec/wpcontent/uploads/downloads/2019/12/lineamientos-PeF.pdf>
- Muñoz, I. y Salgado, P. (2006). Ocupaciones de tiempo libre: una aproximación desde la perspectiva de los ciclos vitales, desarrollo y necesidades humanas. *Revista Chilena de Terapia Ocupacional*, (6), 39 - 45. <https://revistas.uchile.cl/index.php/RTO/article/view/110/95>
- Obando, R. (2018). Modernidad y Ocio: La Publicidad de Radios, Consolas y Televisores en la Prensa Costarricense (1950-1970). *Revista de Ciencias Sociales*, 159. <https://doi.org/10.15517/rcs.v0i159.33685>
- Offer, S. (2013). Family Time Activities and Adolescents' Emotional Well-being. University of California, Berkeley. February 2013. *Journal of Marriage and Family*, 75(1). <http://dx.doi.org/10.1111/j.1741-3737.2012.01025.x>
- Paganini, A. (2016). *¿Existe el tiempo libre en la infancia?* Editor: Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL) y Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF Oficina Regional para América Latina y el Caribe (UNICEF TACRO). https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/40563/1/S1600862_es.pdf
- Presidencia de la República del Ecuador -Coordinación General de Planificación y Gestión Estratégica. (2015). *Proyecto Plan Nacional de Fortalecimiento de la Familia*. https://www.presidencia.gob.ec/wpcontent/uploads/downloads/2015/09/k_proyecto_plan_familia_2015.pdf
- Reyes, M. (2015). 480 minutos de trabajo por 15 minutos de ocio. *Revista Cuerpo, Cultura y Movimiento*, 1(5), 117-132. <https://bv.unir.net:2210/docview/2481933882?pq-origsite=summon>
- Ricoy, M. y Feliz, T. (2002). Estrategias de intervención para la escuela de padres. *Educación XXI*, 5(1). <https://doi.org/10.5944/educxx1.5.1.390>

- Sales, M. (2015). La Generación App. (The App Generation). *TeyEt*, 14, 96. <https://doi.org/10.24215/18509959.0.p.%2096>
- Sanz, E., de Jubera Sáenz, M. y Cano, R. (2018). Actitudes de Padres e Hijos Hacia un Ocio Compartido en Familia. SIPS - PEDAGOGÍA SOCIAL. *Revista Interuniversitaria*, 32, 59-70. <http://recyt.fecyt.es/index.php/PSRI/>
- Tierno, J. (2017). *Actividad física de ocio compartida en familia en estudiantes de bachillerato de la comunidad autónoma de la Rioja* [Tesis doctoral]. Universidad de la Rioja.
- Ucle, J., Bielsa, E., Oroz, M. y González, A. (s.f.). Manual de Recursos para la Participación Juvenil. Escuela de Formación en el Tiempo Libre Urtxintxa. *Juegos, Ideas y Herramientas para Dinamizar el Ocio y Tiempo Libre y la Participación Juvenil*. https://www.plataformaong.org/ARCHIVO/documentos/biblioteca/1457608640_ca233_c_herramientas_dinamizacion_participacion_juvenil.pdf
- Ullmann, H. y Milosavljevic, V. (2016). *El derecho al tiempo libre en la infancia y adolescencia*. Editor: Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL) y Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF). Oficina Regional para América Latina y el Caribe (UNICEF TACRO). Desafíos. https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/40563/1/S1600862_es.pdf
- Ulloa, E. (2016). *Uso del tiempo libre y adicción a las redes sociales en adolescentes de 3 a 19 años*. Universidad del Azuay [Trabajo fin de Grado]. Universidad del Azuay. <http://dspace.uazuay.edu.ec/bitstream/datos/5442/1/11784.pdf>
- UNICEF (2016). *Estado Mundial de la Infancia 2016-Una oportunidad para cada niño*. https://www.unicef.org/spanish/publications/index_91711.html
- UNICEF (2017). *Estado Mundial de la Infancia 2017-Niños en un mundo digital*. <https://www.unicef.org/ecuador/media/2201/file/Ni%C3%B1os%20en%20un%20mundo%20digital.pdf>
- Velasco, M., Carrera, G. Tapia, J. y Encalada, E. (2016). *Niñez y Adolescencia desde la Intergeneracionalidad*. Observatorio Social del Ecuador. <https://www.unicef.org/ecuador/media/1011/file/Ni%C3%B1ez%20y%20Adolescencia%20desde%20la%20Intergeneracionalidad.pdf>

7. Anexos

ANEXO 1

Página Oficial Iglesia Dios es Fiel-Quito Ecuador

<https://www.facebook.com/infodiosesfiel>



ANEXO 2

Publicaciones Escuela Dominical

