

	<b>MACROPROCESO DE APOYO</b>	<b>CÓDIGO: AAAR113</b>
	<b>PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO</b>	<b>VERSIÓN: 6</b>
	<b>DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL</b>	<b>VIGENCIA: 2021-09-14</b>
		<b>PAGINA: 1 de 35</b>

21.1

<b>FECHA</b>	jueves, 1 de diciembre de 2022
--------------	--------------------------------

Señores  
**UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA**  
 BIBLIOTECA  
 Ciudad

<b>UNIDAD REGIONAL</b>	Sede Fusagasugá
<b>TIPO DE DOCUMENTO</b>	Trabajo De Grado
<b>FACULTAD</b>	Ciencias Del Deporte Y La Educación Física
<b>NIVEL ACADÉMICO DE FORMACIÓN O PROCESO</b>	Pregrado
<b>PROGRAMA ACADÉMICO</b>	Licenciatura en Educación Básica Con Énfasis en Educación Física

El Autor(Es):

<b>APELLIDOS COMPLETOS</b>	<b>NOMBRES COMPLETOS</b>	<b>No. DOCUMENTO DE IDENTIFICACIÓN</b>
Bermudez Rubiano	Oscar David	1069739236
Vidal Rubiano	Karol Armando	1069717100

Director(Es) y/o Asesor(Es) del documento:

<b>APELLIDOS COMPLETOS</b>	<b>NOMBRES COMPLETOS</b>
Quintero Reina	Maximiliano

Diagonal 18 No. 20-29 Fusagasugá – Cundinamarca  
 Teléfono: (091) 8281483 Línea Gratuita: 018000180414  
[www.ucundinamarca.edu.co](http://www.ucundinamarca.edu.co) E-mail: [info@ucundinamarca.edu.co](mailto:info@ucundinamarca.edu.co)  
 NIT: 890.680.062-2

*Documento controlado por el Sistema de Gestión de la Calidad  
 Asegúrese que corresponde a la última versión consultando el Portal Institucional*

	<b>MACROPROCESO DE APOYO</b>	<b>CÓDIGO: AAAR113</b>
	<b>PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO</b>	<b>VERSIÓN: 6</b>
	<b>DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL</b>	<b>VIGENCIA: 2021-09-14</b>
		<b>PAGINA: 2 de 35</b>

--	--

<b>TÍTULO DEL DOCUMENTO</b>
RECREACIÓN EN TIEMPO DE PANDEMIA

<b>SUBTÍTULO (Aplica solo para Tesis, Artículos Científicos, Disertaciones, Objetos Virtuales de Aprendizaje)</b>

<b>EXCLUSIVO PARA PUBLICACIÓN DESDE LA DIRECCIÓN INVESTIGACIÓN</b>	
<b>INDICADORES</b>	<b>NÚMERO</b>
ISBN	
ISSN	
ISMN	

<b>AÑO DE EDICIÓN DEL DOCUMENTO</b>	<b>NÚMERO DE PÁGINAS</b>
25/11/2022	25

<b>DESCRIPTORES O PALABRAS CLAVES EN ESPAÑOL E INGLÉS (Usar 6 descriptores o palabras claves)</b>	
<b>ESPAÑOL</b>	<b>INGLÉS</b>
1. Recreación	Recreation
2. Pandemia	Pandemic
3. Confinamiento	Lockdown
4.	
5.	
6.	

<b>FUENTES (Todas las fuentes de su trabajo, en orden alfabético)</b>
<p>Andrea Valle. (2020). Confinamiento: Momento de rescatar los juegos tradicionales. <a href="https://imagenes.expreso.ec/buenavida/confinamiento-momento-rescatar-juegos-tradicionales-10917.html">https://imagenes.expreso.ec/buenavida/confinamiento-momento-rescatar-juegos-tradicionales-10917.html</a></p> <p>Arundell, L., Salmon, J., Timperio, A., Sahlqvist, S., Uddin, R., Veitch, J., Ridgers, N. D., Brown, H., &amp; Parker, K. (2022). Physical activity and active recreation before and during COVID-19: The Our Life at Home study. Journal of Science and Medicine in Sport, 25(3). <a href="https://doi.org/10.1016/j.jsams.2021.10.004">https://doi.org/10.1016/j.jsams.2021.10.004</a></p>

Diagonal 18 No. 20-29 Fusagasugá – Cundinamarca  
Teléfono: (091) 8281483 Línea Gratuita: 018000180414  
[www.ucundinamarca.edu.co](http://www.ucundinamarca.edu.co) E-mail: [info@ucundinamarca.edu.co](mailto:info@ucundinamarca.edu.co)  
NIT: 890.680.062-2

	<b>MACROPROCESO DE APOYO</b>	<b>CÓDIGO: AAAR113</b>
	<b>PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO</b>	<b>VERSIÓN: 6</b>
	<b>DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL</b>	<b>VIGENCIA: 2021-09-14</b>
		<b>PAGINA: 3 de 35</b>

Caceres Guillen. (2010). las habilidades sociales en la edad escolar y los problemas de las relaciones interpersonales en la infancia y la adolescencia. <https://feandalucia.ccoo.es/docu/p5sd7024.pdf>

Corsino Edgar. (2019). Recreacion\_Educ-Fisica\_Deportes\_Ejercicio. [http://www.saludmed.com/saludybienestar/contenido/Recreacion\\_Educ-Fisica\\_Deportes\\_Ejercicio.pdf](http://www.saludmed.com/saludybienestar/contenido/Recreacion_Educ-Fisica_Deportes_Ejercicio.pdf)

Extremera, A. B., Jesús, P., & Montero, R. (2009). El juego motor como actividad física organizada en la enseñanza y la recreación. <http://emasf.webcindario.com73>

Fang, Y., Zhu, L., Jiang, Y., & Wu, B. (2021). The immediate and subsequent effects of public health interventions for COVID-19 on the leisure and recreation industry. *Tourism Management*, 87. <https://doi.org/10.1016/j.tourman.2021.104393>

Franco, A. C., & Gustavo Adolfo Cardona Ortíz. (2020). El papel del ocio y de la recreación frente a la COVID-19 Foro interinstitucional Coordinadores: El papel del ocio y de la recreación frente a la COVID-19. [https://www.researchgate.net/publication/349077256\\_El\\_papel\\_del\\_ocio\\_y\\_de\\_la\\_recreacion\\_frente\\_a\\_la\\_COVID-19\\_Foro\\_interinstitucional](https://www.researchgate.net/publication/349077256_El_papel_del_ocio_y_de_la_recreacion_frente_a_la_COVID-19_Foro_interinstitucional)

Gregorio, A. G. (2008). Universidad Nacional de Mar del Plata Facultad de Ciencias Económicas y Sociales Carrera: Licenciatura en Turismo Monografía de Graduación: La Recreación en la Niñez: "Conceptualización, Características y Aportes desde la Recreación al desarrollo de los Niños". <http://nulan.mdp.edu.ar/1811/>

Guzmán, E, Valle Y, (2020). universidad nacional de educación. la actividad física en tiempos de pandemia(covid19) programa de ejercicioschosica 2020. <https://www.une.edu.pe/obu-une/wp-content/uploads/2022/07/lineamientos-de-la-actividad-fisica-en-tiempos-de-pandemia.pdf>

Hernández, R., Fernandez, C., y Baptista, M. (2014). Método de investigación. In *Dictionary Geotechnical Engineering/Wörterbuch GeoTechnik*. <https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>

Mera, A. Y., Tabares-Gonzalez, E., Montoya-Gonzalez, S., Muñoz-Rodriguez, D. I., & Monsalve Vélez, F. (2020). Recomendaciones prácticas para evitar el desacomodamiento físico durante el confinamiento por pandemia asociada a COVID-19. *Universidad y Salud*, 22(2). <https://doi.org/10.22267/rus.202202.188>

Minujín, A., & Paz, J. (2021). Desigualdad socioeconómica y acceso diferencial a las tecnologías digitales de niñas y niños en la Argentina. *Sociedad e Infancias*, 5(2). <https://doi.org/10.5209/soci.79045>

Murillo I. (2007). "El juego como herramienta de aprendizaje" autoría maría isabel benítez murillo temática juegos etapa educación infantil y primaria. [https://archivos.csif.es/archivos/andalucia/ensenanza/revistas/csicsif/revista/pdf/Numero\\_16/MARIA%20ISABEL\\_BENITEZ\\_1.pdf](https://archivos.csif.es/archivos/andalucia/ensenanza/revistas/csicsif/revista/pdf/Numero_16/MARIA%20ISABEL_BENITEZ_1.pdf)

OMS. (2019). Nuevo coronavirus 2019. <https://www.who.int/es/emergencias/diseases/novel-coronavirus-2019>

Pinchak (2020). Pandemia por coronavirus (COVID-19);sorpresa, miedo y el buen manejo de la incertidumbre en la familia. (2020). *Archivos de Pediatría Del Uruguay*, 91(1). <https://doi.org/10.31134/ap.91.2.1>

	<b>MACROPROCESO DE APOYO</b>	<b>CÓDIGO: AAAR113</b>
	<b>PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO</b>	<b>VERSIÓN: 6</b>
	<b>DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL</b>	<b>VIGENCIA: 2021-09-14</b>
		<b>PÁGINA: 4 de 35</b>

Paricio del Castillo, R., & Pando Velasco, M. F. (2020). Revista de Psiquiatría Infanto-Juvenil. Revista De Psiquiatría Infanto-Juvenil, 37. <https://aepnya.eu/index.php/revistaaepnya/issue/download/51/32>

Rios J. (2020). Actividades de recreación dentro de casa, contrarrestan estrés por Covid-19 | Universidad de Guadalajara. <https://www.udg.mx/es/noticia/actividades-de-recreacion-dentro-de-casa-contrarrestan-estres-por-covid-19>

Rodríguez Pinzón, É. (2020). Colombia. Impacto económico, social y político de la COVID-19. Análisis Carolina. [https://doi.org/10.33960/ac\\_24.2020](https://doi.org/10.33960/ac_24.2020)

Roman Lopez, I., Zayas Fajardo, M. L., Roman Lopez, M. Y., Rodriguez Rodriguez, R. R., & Fonseca Rivero, Y. (2021). Alteraciones psicpologicas en niños y adolescentes durante el confinamiento social por COVID-19. Policlínico René Vallejo Ortiz. Multimed. Revista Médica. Granma, 25(2). [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1028-48182021000200002](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1028-48182021000200002)

Romero, E. M. (2015). Evolución del concepto de recreación y sus beneficios en diferentes poblaciones (Concepts of recreation evolution and its benefits in different populations) AUTORES: Joaquín Benítez Gómez (1 4) Monserrat Cadenas Sánchez (2 4) Óscar Campón Castro (3 4) Aurora Espartero Vázquez (2 4). [https://revistaheduca.files.wordpress.com/2015/03/3\\_-articulo-quino-benitez.pdf](https://revistaheduca.files.wordpress.com/2015/03/3_-articulo-quino-benitez.pdf)

Sanchez M. (2021). Psychological impact of the COVID-19 in children and adolescents. In MEDISAN (Vol. 25, Issue 1). <https://orcid.org/0000-0002-4892-4144>

Sanz, A., Barbero, A., & Gil, B. (2020). Consideraciones sobre conducta infantil y confinamiento en la crisis por COVID-19 desde la perspectiva funcional del análisis de la conducta y ACT. Int. j. Psychol. Psychol. Ther. (Ed. Impr.), 20(2). <https://www.ijpsy.com/volumen20/num2/538/consideraciones-sobre-conducta-infantil-ES.pdf>

Soto Cortés, E., Soto Cortés, E., & Olivo Álvarez, S. C. (2021). Factores personales asociados al aislamiento socioafectivo, socioeducativo, socioeconómico y cultural e implicaciones del coronavirus en la vida de los seres humanos. Revista Boletín Redipe, 10(3). <https://doi.org/10.36260/rbr.v10i3.1245>

Valencia R, C. G. S. A. (2021). 2226-Texto del artículo-8452-1-10-20210215. El tiempo libre y la recreación en la adolescencia durante el confinamiento por COVID-19. [https://redib.org/Record/oai\\_articulo3072374-el-tiempo-libre-y-la-recreaci%C3%B3n-en-la-adolescencia-durante-el-confinamiento-por-covid-19-original](https://redib.org/Record/oai_articulo3072374-el-tiempo-libre-y-la-recreaci%C3%B3n-en-la-adolescencia-durante-el-confinamiento-por-covid-19-original)

	<b>MACROPROCESO DE APOYO</b>	<b>CÓDIGO: AAAR113</b>
	<b>PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO</b>	<b>VERSIÓN: 6</b>
	<b>DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL</b>	<b>VIGENCIA: 2021-09-14</b>
		<b>PAGINA: 5 de 35</b>

**RESUMEN DEL CONTENIDO EN ESPAÑOL E INGLÉS**  
(Máximo 250 palabras – 1530 caracteres, aplica para resumen en español):

El mundo no estaba preparado para el confinamiento producido por la pandemia del COVID-19, quienes especialmente se vieron afectados fueron los adolescentes y preadolescentes, pues como se sabe esta etapa de desarrollo se caracteriza por empezar a definir la personalidad individual y la interacción comunitaria, dentro de un esquema sociocultural, el papel de los licenciados en educación física es contribuir a esa a través de interacciones en circunstancias completamente anormales. Cuando el virus se convirtió en pandemia, generando pánico frente a las circunstancias, los gobiernos implementaron distintas estrategias de contención para disminuir la propagación, en gran medida se estableció un confinamiento obligatorio; se produjeron nuevas dinámicas de trabajo y convivencia dentro del ámbito familiar y laboral.

La recreación y los elementos para su ejercicio permiten que los juegos se desarrollen de manera innovadora, al observar antecedentes en la historia. se observa que logra mantener entretenida a la gente en los confinamientos que surgen en el trascurso de la humanidad, los juegos didácticos y lúdicos están considerados como elementos esenciales del aprendizaje, esta coyuntura de la pandemia se ha aprovechado el incremento de las diferentes formas que permiten a los adolescentes adquirir nuevos conocimientos y nuevas vivencias, caracteriza personalidad e interacción con la sociedad. Como investigadores activos, a través de la consulta documental, grupos de discusión, observación y vivencias, se pretende expresar un contexto general de lo sucedido durante la pandemia del COVID-19, en razón al cúmulo de información sintetizar algo de lo que esta referenciado sobre la recreación para adolescentes.

**ASTRAC**

The world was not prepared for the confinement produced by the COVID-19 pandemic, those who were especially affected were adolescents and pre-adolescents, because as is known, this stage of development is characterized by beginning to define the individual personality and community interaction, Within a sociocultural scheme, the role of physical education graduates is to contribute to that through interactions in completely abnormal circumstances. When the virus became a pandemic, generating panic in the face of circumstances, governments implemented different containment strategies to reduce the spread, to a large extent mandatory confinement was established; New dynamics of work and coexistence were produced within the family and work environment.

The recreation and the elements for its exercise allow the games to be developed in an innovative way, by looking at antecedents in history. it is observed that it manages to keep people entertained in the confinements that arise in the course of humanity, didactic and playful games are considered essential elements of learning, this situation of the pandemic has taken advantage of the increase in the different ways that allow adolescents to acquire new knowledge and new experiences, characterizes personality and interaction with society. As active researchers, through documentary consultation, discussion groups, observation and experiences, it is intended to express a general context of what happened during the COVID-19 pandemic, due to the accumulation of information to synthesize some of what is referenced about recreation for teenagers.

	<b>MACROPROCESO DE APOYO</b>	<b>CÓDIGO: AAAR113</b>
	<b>PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO</b>	<b>VERSIÓN: 6</b>
	<b>DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL</b>	<b>VIGENCIA: 2021-09-14</b>
		<b>PAGINA: 6 de 35</b>

## AUTORIZACIÓN DE PUBLICACIÓN

Por medio del presente escrito autorizo (Autorizamos) a la Universidad de Cundinamarca para que, en desarrollo de la presente licencia de uso parcial, pueda ejercer sobre mí (nuestra) obra las atribuciones que se indican a continuación, teniendo en cuenta que, en cualquier caso, la finalidad perseguida será facilitar, difundir y promover el aprendizaje, la enseñanza y la investigación.

En consecuencia, las atribuciones de usos temporales y parciales que por virtud de la presente licencia se autoriza a la Universidad de Cundinamarca, a los usuarios de la Biblioteca de la Universidad; así como a los usuarios de las redes, bases de datos y demás sitios web con los que la Universidad tenga perfeccionado una alianza, son: Marque con una "X":

AUTORIZO (AUTORIZAMOS)	SI	NO
1. La reproducción por cualquier formato conocido o por conocer.	x	
2. La comunicación pública, masiva por cualquier procedimiento o medio físico, electrónico y digital.	x	
3. La inclusión en bases de datos y en sitios web sean éstos onerosos o gratuitos, existiendo con ellos previa alianza perfeccionada con la Universidad de Cundinamarca para efectos de satisfacer los fines previstos. En este evento, tales sitios y sus usuarios tendrán las mismas facultades que las aquí concedidas con las mismas limitaciones y condiciones.	x	
4. La inclusión en el Repositorio Institucional.	X	

De acuerdo con la naturaleza del uso concedido, la presente licencia parcial se otorga a título gratuito por el máximo tiempo legal colombiano, con el propósito de que en dicho lapso mi (nuestra) obra sea explotada en las condiciones aquí estipuladas y para los fines indicados, respetando siempre la titularidad de los derechos patrimoniales y morales correspondientes, de acuerdo con los usos honrados, de manera proporcional y justificada a la finalidad perseguida, sin ánimo de lucro ni de comercialización.

Para el caso de las Tesis, Trabajo de Grado o Pasantía, de manera complementaria, garantizo(garantizamos) en mi(nuestra) calidad de estudiante(s) y por ende autor(es) exclusivo(s), que la Tesis, Trabajo de Grado o Pasantía en cuestión, es producto de mi(nuestra) plena autoría, de mi(nuestro) esfuerzo personal intelectual, como consecuencia de mi(nuestra) creación original particular y, por tanto, soy(somos)

	<b>MACROPROCESO DE APOYO</b>	<b>CÓDIGO: AAAR113</b>
	<b>PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO</b>	<b>VERSIÓN: 6</b>
	<b>DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL</b>	<b>VIGENCIA: 2021-09-14</b>
		<b>PAGINA: 7 de 35</b>

el(los) único(s) titular(es) de la misma. Además, aseguro (aseguramos) que no contiene citas, ni transcripciones de otras obras protegidas, por fuera de los límites autorizados por la ley, según los usos honrados, y en proporción a los fines previstos; ni tampoco contempla declaraciones difamatorias contra terceros; respetando el derecho a la imagen, intimidad, buen nombre y demás derechos constitucionales. Adicionalmente, manifiesto (manifestamos) que no se incluyeron expresiones contrarias al orden público ni a las buenas costumbres. En consecuencia, la responsabilidad directa en la elaboración, presentación, investigación y, en general, contenidos de la Tesis o Trabajo de Grado es de mí (nuestra) competencia exclusiva, eximiendo de toda responsabilidad a la Universidad de Cundinamarca por tales aspectos.

Sin perjuicio de los usos y atribuciones otorgadas en virtud de este documento, continuaré (continuaremos) conservando los correspondientes derechos patrimoniales sin modificación o restricción alguna, puesto que, de acuerdo con la legislación colombiana aplicable, el presente es un acuerdo jurídico que en ningún caso conlleva la enajenación de los derechos patrimoniales derivados del régimen del Derecho de Autor.

De conformidad con lo establecido en el artículo 30 de la Ley 23 de 1982 y el artículo 11 de la Decisión Andina 351 de 1993, “*Los derechos morales sobre el trabajo son propiedad de los autores*”, los cuales son irrenunciables, imprescriptibles, inembargables e inalienables. En consecuencia, la Universidad de Cundinamarca está en la obligación de RESPETARLOS Y HACERLOS RESPETAR, para lo cual tomará las medidas correspondientes para garantizar su observancia.

**NOTA:** (Para Tesis, Trabajo de Grado o Pasantía):

**Información Confidencial:**

Esta Tesis, Trabajo de Grado o Pasantía, contiene información privilegiada, estratégica, secreta, confidencial y demás similar, o hace parte de la investigación que se adelanta y cuyos resultados finales no se han publicado.

**SI \_\_\_ NO \_\_x\_\_.**

En caso afirmativo expresamente indicaré (indicaremos) en carta adjunta, expedida por la entidad respectiva, la cual informa sobre tal situación, lo anterior con el fin de que se mantenga la restricción de acceso.

**LICENCIA DE PUBLICACIÓN**

Como titular(es) del derecho de autor, confiero(erimos) a la Universidad de Cundinamarca una licencia no exclusiva, limitada y gratuita sobre la obra que se integrará en el Repositorio Institucional, que se ajusta a las siguientes características:

	<b>MACROPROCESO DE APOYO</b>	<b>CÓDIGO: AAAR113</b>
	<b>PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO</b>	<b>VERSIÓN: 6</b>
	<b>DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL</b>	<b>VIGENCIA: 2021-09-14</b>
		<b>PAGINA: 8 de 35</b>

- a) Estará vigente a partir de la fecha de inclusión en el repositorio, por un plazo de 5 años, que serán prorrogables indefinidamente por el tiempo que dure el derecho patrimonial del autor. El autor podrá dar por terminada la licencia solicitándolo a la Universidad por escrito. (Para el caso de los Recursos Educativos Digitales, la Licencia de Publicación será permanente).
- b) Autoriza a la Universidad de Cundinamarca a publicar la obra en formato y/o soporte digital, conociendo que, dado que se publica en Internet, por este hecho circula con un alcance mundial.
- c) Los titulares aceptan que la autorización se hace a título gratuito, por lo tanto, renuncian a recibir beneficio alguno por la publicación, distribución, comunicación pública y cualquier otro uso que se haga en los términos de la presente licencia y de la licencia de uso con que se publica.
- d) El(Los) Autor(es), garantizo(amos) que el documento en cuestión es producto de mi(nuestra) plena autoría, de mi(nuestro) esfuerzo personal intelectual, como consecuencia de mi (nuestra) creación original particular y, por tanto, soy(somos) el(los) único(s) titular(es) de la misma. Además, aseguro(aseguramos) que no contiene citas, ni transcripciones de otras obras protegidas, por fuera de los límites autorizados por la ley, según los usos honrados, y en proporción a los fines previstos; ni tampoco contempla declaraciones difamatorias contra terceros; respetando el derecho a la imagen, intimidad, buen nombre y demás derechos constitucionales. Adicionalmente, manifiesto (manifestamos) que no se incluyeron expresiones contrarias al orden público ni a las buenas costumbres. En consecuencia, la responsabilidad directa en la elaboración, presentación, investigación y, en general, contenidos es de mí (nuestro) competencia exclusiva, eximiendo de toda responsabilidad a la Universidad de Cundinamarca por tales aspectos.
- e) En todo caso la Universidad de Cundinamarca se compromete a indicar siempre la autoría incluyendo el nombre del autor y la fecha de publicación.
- f) Los titulares autorizan a la Universidad para incluir la obra en los índices y buscadores que estimen necesarios para promover su difusión.
- g) Los titulares aceptan que la Universidad de Cundinamarca pueda convertir el documento a cualquier medio o formato para propósitos de preservación digital.
- h) Los titulares autorizan que la obra sea puesta a disposición del público en los términos autorizados en los literales anteriores bajo los límites definidos por la universidad en el "Manual del Repositorio Institucional AAAM003"
- i) Para el caso de los Recursos Educativos Digitales producidos por la Oficina de Educación Virtual, sus contenidos de publicación se rigen bajo la Licencia Creative Commons: Atribución- No comercial- Compartir Igual.

	MACROPROCESO DE APOYO	CÓDIGO: AAAR113
	PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO	VERSIÓN: 6
	DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL	VIGENCIA: 2021-09-14
		PAGINA: 9 de 35



j) Para el caso de los Artículos Científicos y Revistas, sus contenidos se rigen bajo la Licencia Creative Commons Atribución- No comercial- Sin derivar.



**Nota:**

Si el documento se basa en un trabajo que ha sido patrocinado o apoyado por una entidad, con excepción de Universidad de Cundinamarca, los autores garantizan que se ha cumplido con los derechos y obligaciones requeridos por el respectivo contrato o acuerdo.

La obra que se integrará en el Repositorio Institucional está en el(los) siguiente(s) archivo(s).

Nombre completo del Archivo Incluida su Extensión (Ej. Nombre completo del proyecto.pdf)	Tipo de documento (ej. Texto, imagen, video, etc.)
1. RECREACIÓN EN TIEMPO DE PANDEMIA	texto
2.	
3.	
4.	

En constancia de lo anterior, Firmo (amos) el presente documento:

APELLIDOS Y NOMBRES COMPLETOS	FIRMA (autógrafo)
Bermudez Rubiano Oscar David	
Vidal Rubiano Karol Armando	

21.1-51-20.

	<b>MACROPROCESO DE APOYO</b>	<b>CÓDIGO: AAAR113</b>
	<b>PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO</b>	<b>VERSIÓN: 6</b>
	<b>DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL</b>	<b>VIGENCIA: 2021-09-14</b>
		<b>PAGINA: 10 de 35</b>



**UDEC**  
UNIVERSIDAD DE  
CUNDINAMARCA



ADOr001\_V8

– (FUSAGASUGÁ) –

Página 1 de 1

21.

Fusagasugá, Noviembre 25 de 2022

**COMITÉ DE TRABAJOS DE GRADO**  
**Programa de Licenciatura en Educación Básica con Énfasis en**  
**Educación Física, Recreación y Deportes**  
**Universidad de Cundinamarca**  
Ciudad

Asunto y/o Ref.: Aprobación Final de Trabajo Grado

Respetados Señores

Me dirijo a ustedes para con el fin de dar constancia que el informe del Trabajo final de carrera titulado: **RECREACIÓN EN TIEMPO DE PANDEMIA** desarrollado por los estudiantes **OSCAR DAVID BERMÚDEZ RUBIANO – CC 1069739236 y KAROL ARMANDO VIDAL RUBIANO - CC 1069717100**, en la modalidad de Trabajo de Grado, se encuentra terminado y cumple con los parámetros de presentación que se exige para ser publicado por el repositorio institucional y así continuar con los otros requerimientos de graduación.

Cordialmente,



**MAXIMILIANO QUINTERO REINA**

Docente TCO

Asesor de Trabajo de Grado

Transcriptor: max quintero

21.1-14-1

Diagonal 18 No. 20-29 Fusagasugá – Cundinamarca  
Teléfono: (091) 8281483 Línea Gratuita: 018000180414

[www.ucundinamarca.edu.co](http://www.ucundinamarca.edu.co) E-mail: [info@ucundinamarca.edu.co](mailto:info@ucundinamarca.edu.co)

NIT: 890.680.062-2

	<b>MACROPROCESO DE APOYO</b>	<b>CÓDIGO: AAAR113</b>
	<b>PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO</b>	<b>VERSIÓN: 6</b>
	<b>DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL</b>	<b>VIGENCIA: 2021-09-14</b>
		<b>PAGINA: 11 de 35</b>

## **RECREACIÓN EN TIEMPO DE PANDEMIA**

Oscar David Bermúdez Rubiano

Karol Armando Vidal Rubiano

Universidad de Cundinamarca

Faculta Ciencias del Deporte

Licenciatura en Educación Básica con Énfasis en Educación Física Recreación y

Deportes

29 julio del 2022

Diagonal 18 No. 20-29 Fusagasugá – Cundinamarca

Teléfono: (091) 8281483 Línea Gratuita: 018000180414

[www.ucundinamarca.edu.co](http://www.ucundinamarca.edu.co) E-mail: [info@ucundinamarca.edu.co](mailto:info@ucundinamarca.edu.co)

NIT: 890.680.062-2

 <b>UDECA</b> UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA	<b>MACROPROCESO DE APOYO</b>	<b>CÓDIGO: AAAR113</b>
	<b>PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO</b>	<b>VERSIÓN: 6</b>
	<b>DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL</b>	<b>VIGENCIA: 2021-09-14</b>
		<b>PAGINA: 12 de 35</b>

## Resumen

El mundo no estaba preparado para el confinamiento producido por la pandemia del COVID-19, quienes especialmente se vieron afectados fueron los adolescentes y preadolescentes, pues como se sabe esta etapa de desarrollo se caracteriza por empezar a definir la personalidad individual y la interacción comunitaria, dentro de un esquema sociocultural, el papel de los licenciados en educación física es contribuir a esa a través de interacciones en circunstancias completamente anormales. Cuando el virus se convirtió en pandemia, generando pánico frente a las circunstancias, los gobiernos implementaron distintas estrategias de contención para disminuir la propagación, en gran medida se estableció un confinamiento obligatorio; se produjeron nuevas dinámicas de trabajo y convivencia dentro del ámbito familiar y laboral.

La recreación y los elementos para su ejercicio permiten que los juegos se desarrollen de manera innovadora, al observar antecedentes en la historia. se observa que logra mantener entretenida a la gente en los confinamientos que surgen en el trascurso de la humanidad, los juegos didácticos y lúdicos están considerados como elementos esenciales del aprendizaje, esta coyuntura de la pandemia se ha aprovechado el incremento de las diferentes formas que permiten a los adolescentes adquirir nuevos conocimientos y nuevas vivencias, caracteriza personalidad e interacción con la sociedad. Como investigadores activos, a través de la consulta

	<b>MACROPROCESO DE APOYO</b>	<b>CÓDIGO: AAAR113</b>
	<b>PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO</b>	<b>VERSIÓN: 6</b>
	<b>DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL</b>	<b>VIGENCIA: 2021-09-14</b>
		<b>PAGINA: 13 de 35</b>

documental, grupos de discusión, observación y vivencias, se pretende expresar un contexto general de lo sucedido durante la pandemia del COVID-19, en razón al cúmulo de información sintetizar algo de lo que esta referenciado sobre la recreación para adolescentes.

### **Palabras clave**

Recreación, Pandemia y Confinamiento

### **ASTRAC**

The world was not prepared for the confinement produced by the COVID-19 pandemic, those who were especially affected were adolescents and pre-adolescents, because as is known, this stage of development is characterized by beginning to define the individual personality and community interaction, Within a sociocultural scheme, the role of physical education graduates is to contribute to that through interactions in completely abnormal circumstances. When the virus became a pandemic, generating panic in the face of circumstances, governments implemented different containment strategies to reduce the spread, to a large extent mandatory confinement was established; New dynamics of work and coexistence were produced within the family and work environment.

The recreation and the elements for its exercise allow the games to be developed in an innovative way, by looking at antecedents in history. it is observed that it manages to keep people entertained in the confinements that arise in the course of humanity, didactic and playful games are considered essential elements of

 <b>UDECA</b> UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA	<b>MACROPROCESO DE APOYO</b>	<b>CÓDIGO: AAAR113</b>
	<b>PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO</b>	<b>VERSIÓN: 6</b>
	<b>DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL</b>	<b>VIGENCIA: 2021-09-14</b>
		<b>PAGINA: 14 de 35</b>

learning, this situation of the pandemic has taken advantage of the increase in the different ways that allow adolescents to acquire new knowledge and new experiences, characterizes personality and interaction with society. As active researchers, through documentary consultation, discussion groups, observation and experiences, it is intended to express a general context of what happened during the COVID-19 pandemic, due to the accumulation of information to synthesize some of what is referenced about recreation for teenagers.

### **Keywords**

Recreation, Pandemic and Lockdown

### **Introducción**

Definir y conceptualizar acerca de la recreación en lo escolar o infantil, es complejo en la medida que el desarrollo de estas actividades conlleva a inculcar e inducir comportamientos y transmitir valores que en el transcurso de la vida de una persona llegan a determinar su carácter tanto individual como su carácter frente a la sociedad, se debe empezar por tener claro cuáles son los conceptos generalmente aceptados de ocio, recreación y tiempo libre, y en esta línea de ideas Kraus (2008) “la recreación es una actividad o experiencia voluntaria elegida por el participante donde realiza satisfacción inmediata, valores personales y sociales”(p.7). como cada uno de estos conceptos convertidos en acciones del ser humano sirven para construir un

 <b>UDECA</b> UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA	<b>MACROPROCESO DE APOYO</b>	<b>CÓDIGO: AAAR113</b>
	<b>PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO</b>	<b>VERSIÓN: 6</b>
	<b>DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL</b>	<b>VIGENCIA: 2021-09-14</b>
		<b>PAGINA: 15 de 35</b>

individuo que contribuya al crecimiento y desarrollo de la sociedad.s en la vida de los seres humanos (Gregorio, 2008).

La recreación fortalece al espíritu, participa en el proceso de socialización en cuanto a la formación de la personalidad y permite al individuo interactuar con la naturaleza. Uno de los más grandes impactos en las medidas de confinamiento fue el aumento del sedentarismo en las personas, casi que al mismo tiempo un incremento de enfermedades asociadas a este tipo de situaciones, de esta manera los gobiernos de los diferentes países al darse cuenta de qué esta situación en vez de mejorar estaba empeorando la salud de las personas, decidió abrir primeramente los campos deportivos y los parques de recreación, puesto que la ciencia ha demostrado que los niveles de defensas del organismo humano aumentan en la medida que se hace un ejercicio debidamente controlado y seguido por una un especialista en actividad física y recreativa (Corsino, 2019).

Como investigadores activos, a través de la consulta documental, grupos de discusión, grupos focales, observación y vivencias, se pretende expresar un contexto general de lo sucedido durante la pandemia del COVID-19, en razón al cúmulo de información sintetizar algo de lo que esta referenciado sobre la recreación para adolescentes, la complejidad y volumen de la información es absurdamente inconmensurable, por lo mismo seria pretencioso alcanzar una cientificidad que está lejos de los objetivos propuestos. este grupo intento encontrar los elementos relevantes y enfocados directamente a la problemática referida; con base a lo

	<b>MACROPROCESO DE APOYO</b>	<b>CÓDIGO: AAAR113</b>
	<b>PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO</b>	<b>VERSIÓN: 6</b>
	<b>DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL</b>	<b>VIGENCIA: 2021-09-14</b>
		<b>PAGINA: 16 de 35</b>

analizado se puede plantear y profundizar en estas reflexiones (Hernández et al., 2014).

## **Pandemia y contexto**

Los aspectos psicológicos y sociales se presentan en mayor medida, en diferentes contextos, se logra observar que la gran parte de la población infantil le ha costado volver a la presencialidad por tanto tiempo confinados, se hacen presentes afectaciones en lo motriz como cognitivo se vieron afectados, es por ello que se pretende mencionar desde esos aspectos que actividades se pueden desarrollar y qué casos se pueden estudiar e intentar minimizar sus efectos (Valencia, 2021). De acuerdo a lo expuesto, en en esta época sorpresiva los seres humanos en su corporalidad y su inseguridad pasaron de asumir una actitud conforme a una reinvencción de las nuevas formas frente a los demás y no obstante esto hizo eco, tanto en lo físico como psicológico (Del Castillo y Velasco, 2020), en dónde se generaron problemas de ansiedad, frustración e infinidad de patologías asociadas a él confinamiento; el cuerpo sintió miedo de lo que estaba sucediendo y se manifestó de muchas formas en dónde la cordura en niños, adultos y adolescentes principalmente se canalizo por medió de actividades que le causarán algún tipo de satisfacción (Lopez et al., 2021).

Aunque se vivía en una situación atípica podían salir de esta por medio de la imaginación y aprovechamiento de los elementos que tenían a su disposición(Valle,

	<b>MACROPROCESO DE APOYO</b>	<b>CÓDIGO: AAAR113</b>
	<b>PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO</b>	<b>VERSIÓN: 6</b>
	<b>DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL</b>	<b>VIGENCIA: 2021-09-14</b>
		<b>PAGINA: 17 de 35</b>

2020). Esto hace pensar que las medidas que tomaron los gobiernos se pudieron haber enfocado aparte de contener el virus, en cuidar la parte física y psicológica de las personas por medio de actividades de carácter físico y recreativo con toda la población, enfocándose en los adolescentes los cuales sufrieron por el normal desarrollo de su parte física y psicológica dónde tuvieron que asumir nuevas rutinas, de la misma manera, cada persona busco la forma de encontrar espacios de tiempo libre, independientemente de los tipos de actividades, encontraron como recrearse de forma individual o familiar, cada persona vio la necesidad de salir de la realidad donde los había colocado el COVID 19, de ahí la importancia de los procesos recreativos de cada persona, dónde ante una situación adversa creo espacios de satisfacción por medio de la recreación y las actividades que se lograron desarrollar dentro de esa situación atípica, llamado confinamiento, pandemia, COVID 19 y todo lo que trajo consigo en el diario vivir de las familias(Mera et al., 2020).

Legalmente se reconoció la relevancia de la recreación dirigida en la población adolescente, afortunadamente esta legislación se ve favorecida a impulsar el desarrollo y crecimiento de las nuevas tecnologías de la información, que contribuye al fortalecimiento de canales de comunicación propios de los jóvenes de hoy día, las redes sociales se convirtieron en contenedores de ese espíritu rebelde, canalizaron esa fuerza hacia nuevos modelos de desarrollo e innovación para crear hábitos de lectura por medio de videos y textos de interés (Minujín y Paz, 2021), lo

 <b>UDECA</b> UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA	<b>MACROPROCESO DE APOYO</b>	<b>CÓDIGO: AAAR113</b>
	<b>PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO</b>	<b>VERSIÓN: 6</b>
	<b>DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL</b>	<b>VIGENCIA: 2021-09-14</b>
		<b>PAGINA: 18 de 35</b>

cual expone el concepto la recreación se define como: Sajón, citado en Ramos (1986).

La recreación se define como:

...experiencias humanas, cuya vivencia hace posible la satisfacción, es una dimensión superior y permanente de las necesidades de manifestación plena y armoniosa de su ser biológico, psicosocial y cultural, a la vez que contribuyen a su educación permanente e integral, a su descanso dinámico y renovador de energías físicas, intelectuales y espirituales; y al fortalecimiento y desarrollo de su integración exitosa, solidaria, creadora y transformadora de la vida de su comunidad y de la sociedad. (p.31).

Siendo así la recreación social y cultural motiva a cambiar fructíferamente el entorno aun en la adversidad, es ahí donde se requiere dar una profunda interiorización acerca del ocio, enfatiza más allá de la entretención o de un pasatiempo para afrontarlo como un momento para el mismo ser, sin barreras establecidas por el contexto, en este intento por generar y dar sentido a actividades que cumplan con la necesidad del confinamiento.(Romero, 2015). El juego no es una sencilla actividad para los adolescentes, por el contrario es allí donde se logra desarrollar la capacidad intelectual de la persona y llevarla al campo de acción para la vida, interpretada en situaciones y resolviendo problemas de forma amena y divertida, específicamente en actividades recreativas, en este sentido por medio del juego y con mayor cumplimiento aportan bastante creación de habilidades, conocimientos y posturas positivas frente a las relaciones con los demás, aprovechando la recreación en lo social y disfrutar en familia, restableciendo aquellos vacíos que se tenían , contribuyendo aún más a los vínculos sociales y familiares dando una experiencia y generando una mente creadora y positiva (Franco y Cardona, 2020).

	<b>MACROPROCESO DE APOYO</b>	<b>CÓDIGO: AAAR113</b>
	<b>PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO</b>	<b>VERSIÓN: 6</b>
	<b>DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL</b>	<b>VIGENCIA: 2021-09-14</b>
		<b>PAGINA: 19 de 35</b>

Esta pandemia expuso que la adolescencia este alejada de la interacción social, cuando ahí desigualdad de condiciones, seguido a situaciones de salud que afecta el desarrollo en condición precaria por no estar escolarizados, como consecuencia de la caída de capacidad social y diferente. además de mantener una recta de agresividad mostrando conductas en lo social y logrando alejar la sonrisa, sincronía, participación, disfrute y el bien llamado y olvidado juego. Emocionalmente se encuentran varios aspectos: un saludo, juego, popularidad, atención, conducta y la responsabilidad, en que habitualmente se enmarca la conducta con afectación en la etapa infantil, presentado niños tímidos con bajos índices de introversión y poco control de sus valores como el sentimiento y emociones como generador del aislamiento relacionando o desfavorable con otras personas (Cáceres, 2010).

La recreación permite orientar todos los caminos hacia una posible solución, asimismo mitigar y lidiar con los efectos secundarios del confinamiento siendo así el mejor mecanismo para evitar la propagación de la pandemia del COVID 19 se introdujo con mucha rapidez en el mundo, la cual afecto a más de 200 países en cuestión de semanas, desde que se dio el primer caso en Wuhan china en el último mes del 2019, este virus a infectado a más de 180 millones de personas y más de 3 millones de personas fallecidas debido al virus alrededor del mundo a finales del año pasado, también creo una incertidumbre en los gobiernos, una eminente crisis económica social y en la personas de carácter psicológico, debido a que los

	<b>MACROPROCESO DE APOYO</b>	<b>CÓDIGO: AAAR113</b>
	<b>PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO</b>	<b>VERSIÓN: 6</b>
	<b>DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL</b>	<b>VIGENCIA: 2021-09-14</b>
		<b>PAGINA: 20 de 35</b>

gobiernos en pro de acentuar la propagación del COVID-19 crearon muchas estrategias e implementaron protocolos de bioseguridad, lo cual llevaron a muchas restricciones que mitigaran el contacto social de las personas y por ende el contagio del virus; a través del confinamiento e implementando estrictas medidas de bioseguridad como el distanciamiento social, crearon hábitos de sedentarismo en todos los niveles, por lo cual la recreación, el ocio y tiempo libre quedaron limitados a un espacio de casa (Fang et al., 2021).

En Australia se realizó un estudio cuyo objetivo era que las actividades de carácter físico, son fundamentales para mantener una buena salud física y psicosocial, en pro de mejorar el sistema inmunológico, debido a que son primordiales para disminuir los síntomas del COVID-19 a nivel mundial y el normal desarrollo de estas actividades físicas, se recomendó que durante la pandemia tuvieran una rutina de actividades físicas, esto con el fin del fortalecimiento óseo muscular en pro de minimizar los efectos causados al contraer del COVID -19 (Arundell et al., 2022). El confinamiento determino las actividades económicas de los hogares y la obtención de los medios de supervivencia en concordancia con sus características y condiciones de vida, cambio la sociedad en tiempos de pandemia, sus medios adquisitivos ( aumento de transacciones comerciales y bancarias a través de la web) y condición humana en el país, son deplorables las condiciones en las viven las personas, la pandemia mostró una cara maleva y gris en las poblaciones por culpa de ideales e intereses de

	<b>MACROPROCESO DE APOYO</b>	<b>CÓDIGO: AAAR113</b>
	<b>PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO</b>	<b>VERSIÓN: 6</b>
	<b>DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL</b>	<b>VIGENCIA: 2021-09-14</b>
		<b>PAGINA: 21 de 35</b>

un estado seudo capitalista en decadencia, los países con más proyección en términos generales solventaron las necesidades de la sociedad tras los efectos en el confinamiento generando mecanismos de igualdad y solidez. Claramente es allí donde se llevaron a cabo los aspectos de la recreación, el tiempo libre y el ocio (Franco et al., 2020).

Lo anterior lleva a determinar que la pandemia generada por el COVID 19 aparte de generar problemas en la salud de toda la población genero un impacto a nivel social, el cual se ve evidenciado debido a que las personas crearon nuevos hábitos, generados durante la pandemia, en la revisión de documentos se encontró que un total de 1.139 encuestas realizadas por medio virtual en Colombia, se logra evidenciar que durante el lapso de aislamiento obligatorio el 75.2% de los niños no realizó la totalidad de minutos recomendados de actividades físicas tomados como referencia de la organización mundial de la salud el 82.8% supero el tiempo estipulado de 60 minutos frente a dispositivos electrónicos y así mismo evidenció que el 44% de los niños aumentarán de peso (OMS, 2019). La encuesta mencionada arrojo cómo resultado que el incremento en el sedentarismo y la falta de actividades físicas se dio como consecuencia del confinamiento obligatorio y esto desencadenó qué muchas de las actividades recreativas, tiempo libre y ocio pasaran a ser estáticas con dificultades de movimiento, debido a que los espacios y contextos eran diferentes durante el tiempo que duro el confinamiento (Santacruz, 2021).

 <b>UDECA</b> UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA	<b>MACROPROCESO DE APOYO</b>	<b>CÓDIGO: AAAR113</b>
	<b>PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO</b>	<b>VERSIÓN: 6</b>
	<b>DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL</b>	<b>VIGENCIA: 2021-09-14</b>
		<b>PAGINA: 22 de 35</b>

Las medidas tomadas por el gobierno colombiano nunca se habían implementado, esto generó muchas polémicas, en cuanto a si eran recomendables todos estos protocolos y cuál sería su impacto en el normal desarrollo físico, psicológico y social de los adolescentes, esto debido a las restricciones que se tomaron frente al contacto con la naturaleza para realizar juegos al aire libre, por consiguiente, se generaron hábitos de vida sedentarios, generados por el COVID 19 (Rodríguez, 2020). La socialización es fundamental y necesaria al igual que el entorno cultural donde crece, una vez satisfechas las necesidades del protagonista, las reglas en la sociedad se perpetúan y avanzan, el afectivo emocional desborda lo siguiente; procesos mentales donde aclara la adquisición del deber y el hacer por medio del contexto escolar, procesos afectivos, sincronía grupal con énfasis a la unión y de otro lado los procesos conductuales, el deseo de actuar de manera coherente y adecuada, principalmente, son participes la familia convirtiéndose en el factor primario de socialización (Cáceres, 2010).

La ardua cuarentena proporcionó angustia frente a lo psicológico, se puede presentar durante la preocupación y alteración oscura, en el caso de salir a las calles los niños y los padres en sus ocupaciones laborales, no obstante, lo complejo de concentrarse frente al suceso y teniendo como consecuencia el desarrollo cognitivo y emocional, frente a la incertidumbre que ocasiona grados de ansiedad y trastornos de pánico (Sanz et al., 2020). Es importante mencionar que en España se realizó un

 <b>UDECA</b> UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA	<b>MACROPROCESO DE APOYO</b>	<b>CÓDIGO: AAAR113</b>
	<b>PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO</b>	<b>VERSIÓN: 6</b>
	<b>DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL</b>	<b>VIGENCIA: 2021-09-14</b>
		<b>PAGINA: 23 de 35</b>

estudio que arroja que la población adolescente presentaba alteraciones conductuales como secuela del confinamiento, con un porcentaje del 89.0%, también se reflejan investigaciones realizadas en el aspecto psicológico por el COVID 19, donde se abordó que las psicopatologías previas evidencian cómo en situaciones precarias las personas viven en pobreza y eso deteriora las condiciones de vida, surgiendo dificultades para sobrevivir, en este orden de ideas se plantearon estudios e investigaciones habiendo sido realizadas en distintos contextos, señalando que el encerramiento, la inasistencia a planteles educativos, el mal uso de las tecnologías asociadas, provocaron efectos como la alteración de los patrones de sueño, el sobrepeso y la adicción, dados ante la crisis humanitaria, la tecnología ayudó a proporcionar a nivel mundial herramientas de aprendizaje, como línea educativa, necesarias para continuar el proceso en los hogares afirmando claramente que el buen manejo de la tecnología es eficaz y no perjudicial (López et al., 2021).

### **La recreación y su incidencia entorno al confinamiento**

Los efectos psicológicos pueden perdurar generando tensión, depresión, ansiedad y estrés en los adolescentes, es más notoria si hubo efectos postraumáticos debido al estrés y otras situaciones adversas, presentado la no aceptación del reinicio de clases, es desfavorable y afectan el funcionamiento general de los niños y adolescentes ; los padres y demás agentes de la salud deberán observar

	<b>MACROPROCESO DE APOYO</b>	<b>CÓDIGO: AAAR113</b>
	<b>PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO</b>	<b>VERSIÓN: 6</b>
	<b>DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL</b>	<b>VIGENCIA: 2021-09-14</b>
		<b>PAGINA: 24 de 35</b>

minuciosamente los comportamientos o manifestaciones psicológicas, en consecuencia a lo presentado, es importante flexibilizar los horarios de los menores en el ámbito escolar, regularizando de forma gradual y llevando control al seguimiento del escolar (Sánchez, 2021).

Son muchos los factores que inciden según Larden (2005) retomado por Soto Cortés et al., (2021), quien identifica los factores más representativos en aspectos como lo son biológicos, psicológicos, culturales, económicos y educativos, se evidencian en los comportamientos del individuo desde que nace hasta que muere, y los clasifica así:

1. Genética, la cual representa la evolución y el constante cambio de todos los sistemas corporales en pro de la supervivencia.
2. Genética individual, la cual representa el estado de los genes aportados por los padres y de ahí todas sus características individuales que aportan un nivel diferente de cualidades y actitudes a la hora de vivir en sociedad.
3. Experiencias de vida, está se caracteriza por como el ser se desarrolla y evoluciona a través de su relación con el entorno social y como esto afecta lo físico, psicológico y su relación con los pares.
4. Experiencias de vida ajenas, dónde la persona se identifica con una pareja del sexo opuesto o dependiendo su inclinación sexual y recibe esta información por medio de la convivencia y experiencias que dan una relación amorosa, en la mayoría de los casos familiar en su entorno y he aquí donde se valora el amor, cariño, besos, caricias, las cuales son fundamentales para las experiencias de vida propia.
5. Socioeducativa, dónde se desarrollan todas las actividades educativas de forma presencial o virtual durante la pandemia las cuales consisten en el diálogo entre estudiante, docentes, contenidos académicos y como su interacción genera conocimiento y vivencias, y aún con la mediación de la tecnología se da desde otro paradigma el cual influye en el normal desarrollo por qué se pierde la interacción social, personal, por una virtual.
6. Experiencias culturales y familiares, es como la influencia de cada uno de ellos aportan al crecimiento personal de cada ser identificando que cada familia y cultura tienen diferentes aspectos que aportan al libre desarrollo del ser humano.

 <b>UDECA</b> UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA	<b>MACROPROCESO DE APOYO</b>	<b>CÓDIGO: AAAR113</b>
	<b>PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO</b>	<b>VERSIÓN: 6</b>
	<b>DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL</b>	<b>VIGENCIA: 2021-09-14</b>
		<b>PAGINA: 25 de 35</b>

7. Experiencias de cultura social, está depende del estado a nivel económico y social en el cual la persona tiene influencia por el dinero y las oportunidades a una educación, trabajo y alimentos influenciado esto en el desarrollo del ser (p. 4).

De aquí la importancia de todas actividades que se logran realizar tanto en espacios abiertos como cerrados tanto así lo puede destacar en esta línea Camerino y Castañer (1988), definen como actividades recreativas a:

Aquellas con flexibilidad de interpretación y cambios de reglas que permiten la continua incorporación de formas técnicas y de comportamientos estratégicos, con capacidad de aceptación de los participantes de los cambios de papeles en el transcurso de la actividad, constitución de grupos heterogéneos de edad y sexo, gran importancia de los procesos comunicativos y de empatía que se puede generar, aplicando un concreto tratamiento pedagógico y no especialización, ya que no se busca una competencia ni logro completo (p.14)

En la cultura física toma mucho valor el trabajo realizado fuera de lo escolar, ejecutado por la recreación física y adaptada de manera consciente en cada individuo, el explorar e imaginar de los niños hace que por naturaleza se genere una actitud positiva frente a los proporcionado por los profesores padres y comunidad, asimismo el juego en su máxima expresión da surgimiento a la creatividad e innovación de los profesores de la línea de aprendizaje, siendo así las principales características de los juegos que posibilitan la incorporación de los grupos musculares logrando influir en el movimiento y permitiendo Libertad, permite encontrar placer un poco más complejo en otras actividades para los adolescentes, promoviendo paulatinamente el desarrollo de su creatividad frente a las acciones que producen, en cuanto a la participación (Domínguez y Pérez, 2012).

	<b>MACROPROCESO DE APOYO</b>	<b>CÓDIGO: AAAR113</b>
	<b>PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO</b>	<b>VERSIÓN: 6</b>
	<b>DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL</b>	<b>VIGENCIA: 2021-09-14</b>
		<b>PAGINA: 26 de 35</b>

De forma global los juegos son clases de actividades especiales, dando importancia a la pedagogía, psicología, sociocultural y lo recreativo ya que por medio de las mencionadas se puede lograr implementar cualidades físicas generando placer. se realizan en lugares cerrados y los exteriores en espacios abiertos, en tiempo remoto la recreación se toma como el simple hecho de hacer por hacer, con el transcurrir histórico los autores consideran que el juego es la vía más acertada para lograr que los niños se recreen; pero para hablar de juego no se pueden olvidar algunas definiciones y conceptos que se han vertido a lo largo de las distintas épocas y que fueron citadas por (Godoy, 2007) (Silva, 2008).

Los juegos fueron tomando modificaciones sustentados en la necesidad del hombre, en cuanto a sus intereses y estados de ánimo, en su esencia es recreación, o medio para conseguirla a través de lúdica, esto para satisfacer una necesidad de encontrar aquellas actividades que den goce, placer, y satisfacción, es fundamental que por medio del juego se inicien procesos creativos y tener conocimiento de la vida propia, es el transporte de todas esas experiencias físicas, psicológicas, sociales, culturales y políticas que influyen en el contexto donde se encuentran sin importar el medio por el cual se realicen estas actividades y es así como el juego recrea y satisface una necesidad en el adolescente de ser independiente y tener la libertad de aprender de las experiencias que los dirige a un aprendizaje significativo (Domínguez y Pérez, 2012).

	<b>MACROPROCESO DE APOYO</b>	<b>CÓDIGO: AAAR113</b>
	<b>PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO</b>	<b>VERSIÓN: 6</b>
	<b>DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL</b>	<b>VIGENCIA: 2021-09-14</b>
		<b>PAGINA: 27 de 35</b>

Los juegos como elemento de recreación son comunes a cualquier sociedad e independiente de su sistema sociopolítico, aunque en algunas ocasiones estos juegos han sido utilizados para ideologizar las relaciones de los seres humanos. es una práctica para interiorizar las vivencias y experiencias, a los adolescentes les sirve para integrarse en su grupo etario y social, se puedan tratar como una simulación de la realidad para que la persona esté preparada psicológicamente para responder a esas eventualidades, tomando un aspecto intrínseco, es válido recrear la realidad (Munné y Frederic, 2017), posteriormente en los adolescentes se convierten en una entretenimiento llamado hobby o pasatiempos sin embargo estos ocasionalmente son difíciles para las situaciones de pandemia, estos pasatiempos se logran con la participación en juegos individuales o colectivos, para la construcción o reconstrucción de los sueños de los niños convertidos hoy en adolescentes, permitiendo que algunas personas redescubrieran su vocación, se debe tener en cuenta que sirve para analizar los sentimientos, reacciones, emotivo-afectivas de los contrincantes siendo un factor importantísimo, reflejado en un dicho citado por Martínez (1953) que dice en la mesa y en el juego se conoce al caballero paradigma antiguo válido aceptar y aplicable pues es un reflejo de la actuación de los seres humanos frente al respeto que le demuestran a los demás.(p.1)

Así mismo se puede conocer la reactividad de un ser humano, valorar sus emociones máximas de furia, ira o de tranquilidad. cuando se está participando los

 <b>UDEC</b> UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA	<b>MACROPROCESO DE APOYO</b>	<b>CÓDIGO: AAAR113</b>
	<b>PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO</b>	<b>VERSIÓN: 6</b>
	<b>DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL</b>	<b>VIGENCIA: 2021-09-14</b>
		<b>PAGINA: 28 de 35</b>

adolescentes aprenden a controlar sus emociones, a ver cómo son las emociones de los contrincantes estos elementos son esenciales en el pacto social y las relaciones socio afectivas. (Extremera , 2009), Por otra parte, las características del juego según Murillo(2007), son las:

“distintas formas como se comunica el niño por medio de las actitudes y aptitudes durante su desarrollo y la incidencia que este deja, los infantes expresan sus sentimientos de felicidad, miedo temor, satisfacción y en la creatividad expresan sus fantasías de una forma simbólica en fichas y actividades de juego”(p.7)

la incertidumbre y asombro que tuvo la humanidad con todas la situaciones generadas por la pandemia y mas precisamente afectando el núcleo de la sociedad como lo es la familia, se evidencio que se produjeron parálisis en la mayoría de las actividades recreativas de adolescentes y adultos, salvo grupos incrédulos frente al fenómeno, inédito a nivel mundial. Además, la acción colectiva a los ámbitos cerrados y exclusivos de los hogares, quienes retomaron los semi olvidados juegos y pasatiempos de mesa, con el consiguiente riesgo de sedentarismo, contracturas musculares, mala circulación sanguínea, estrés, entre otras. Sin embargo, al comienzo se aceptó en aras de preservar la salud de los grupos de alto riesgo; pero la juventud rebelde a nivel mundial inicio movimientos de protesta convocando todo tipo de eventos masivos al aire libre, la actividad física es esencial para culminar la etapa de madurez adolescente en sus aspectos mentales y sociales (Pinchak, 2020).

	<b>MACROPROCESO DE APOYO</b>	<b>CÓDIGO: AAAR113</b>
	<b>PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO</b>	<b>VERSIÓN: 6</b>
	<b>DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL</b>	<b>VIGENCIA: 2021-09-14</b>
		<b>PAGINA: 29 de 35</b>

Hubo citas en playas, discotecas y lugares donde la asistencia masiva era difícil de controlar por parte de las autoridades. Esta situación duro muy poco tiempo, pues la presión social de los adultos y las consecuencias insalubres del sedentarismo no se hicieron esperar, manifestaciones de protesta para retomar las actividades recreativas y de juego lograron la apertura gradual de los escenarios recreativos, parques, canchas, senderos de campo, playas y montañas, donde se pudieran retomar los juegos y deportes de equipo, gradualmente se dieron a conocer más profundamente los beneficios para la salud mental y física de todo tipo de pasatiempo, ocupan lugar preponderante la recreación y los juegos (Guzmán, 2020).

Esta tendencia rápidamente convenció a las autoridades a ir soltando las amarras, en principio el asunto fue despacio, pero las realidades no dieron espera y obligaron a la reapertura total, consecuentemente con los grandes beneficios. Cabe mencionar que durante la pandemia y debido al auge y avance de las tecnologías de la información la recreación fue asistida a través de redes sociales y los canales de comunicación personales se convirtieron en compañeros motivadores para danzas, bailes, música y cuanta ocurrencia de recreación se pusiera al aire. De esta manera la sociedad se convenció de la prioritaria necesidad de impulsar y mantener la actividad física, pues es una de las fuerzas más poderosas, para mantener buena salud, mejorar el funcionamiento de todos los sistemas fisiológicos y ayuda a prevenir o tratar algunas condiciones de salud física y mental. Muy importante resaltar que una

	<b>MACROPROCESO DE APOYO</b>	<b>CÓDIGO: AAAR113</b>
	<b>PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO</b>	<b>VERSIÓN: 6</b>
	<b>DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL</b>	<b>VIGENCIA: 2021-09-14</b>
		<b>PAGINA: 30 de 35</b>

excelente condición física ayuda en gran medida a fortalecer los sistemas autoinmunes que contribuyen a frenar y curar las patologías generadas por el COVID-19. físicas y mentales por lo cual es Muy importante resaltar que una excelente condición física ayuda en gran medida a fortalecer los sistemas autoinmunes que contribuyen a frenar y curar las patologías generadas por el COVID-19 (Ríos2020).

## CONCLUSIONES

Una situación extraordinaria como la que se está viviendo con la pandemia dio origen a un sin número de teorías y actuaciones de los seres humanos, se vieron aspectos contrapuestos, de un lado personas miserables, tacañas, avaras y de la contraparte la bondad ,caridad, respeto, solidaridad que mostraron, sin embargo, en razón a la necesidad de mantener la salud física y mental a lo largo y ancho del mundo surgieron elementos que le dieron relevancia a los métodos de enfrentar la pandemia, tácitamente se retomó el antiguo aforismo “ mente sana en cuerpo sano”; para impulsar el ejercicio de la recreación dirigida por expertos en deportes y cultura física.

Con el desarrollo de la pandemia se vio la necesidad y el beneficio de la recreación en los sitios abiertos lo que en principio se convirtió en un confinamiento policial, después demostró que la recreación era elemento esencial para mantener la

 <b>UDECA</b> UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA	<b>MACROPROCESO DE APOYO</b>	<b>CÓDIGO: AAAR113</b>
	<b>PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO</b>	<b>VERSIÓN: 6</b>
	<b>DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL</b>	<b>VIGENCIA: 2021-09-14</b>
		<b>PAGINA: 31 de 35</b>

cohesión social para profundizar en la evolución de las relaciones socioeconómicas, afectivas, culturales y políticas del ser humano siendo así que la recreación es herramienta primordial para el ser humano, por esa razón los juegos cooperativos permitieron una mejor relación social de los adolescente en distintos contextos, ya muchos les cuesta recrearse y volver luego de un confinamiento pero los distintos elementos de la recreación hicieron que estos fueran mas ameno para la normalización de las actividades del diario vivir, tanto así que fortalece al espíritu, participa en el proceso de socialización en cuanto a la formación de la personalidad y permite al individuo interactuar con otros en la sociedad.

## REFERENCIAS

Andrea Valle. (2020). Confinamiento: Momento de rescatar los juegos tradicionales.

<https://imagenes.expreso.ec/buenavida/confinamiento-momento-rescatar-juegos-tradicionales-10917.html>

Arundell, L., Salmon, J., Timperio, A., Sahlqvist, S., Uddin, R., Veitch, J., Ridgers, N. D.,

Brown, H., & Parker, K. (2022). Physical activity and active recreation before and during COVID-19: The Our Life at Home study. Journal of Science and Medicine in Sport, 25(3). <https://doi.org/10.1016/j.jsams.2021.10.004>

	<b>MACROPROCESO DE APOYO</b>	<b>CÓDIGO: AAAR113</b>
	<b>PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO</b>	<b>VERSIÓN: 6</b>
	<b>DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL</b>	<b>VIGENCIA: 2021-09-14</b>
		<b>PAGINA: 32 de 35</b>

Caceres Guillen. (2010). las habilidades sociales en la edad escolar y los problemas de las relaciones interpersonales en la infancia y la adolescencia.

<https://feandalucia.ccoo.es/docu/p5sd7024.pdf>

Corsino Edgar. (2019). Recreacion\_Educ-Fisica\_Deportes\_Ejercicio.

[http://www.saludmed.com/saludybienestar/contenido/Recreacion\\_Educ-Fisica\\_Deportes\\_Ejercicio.pdf](http://www.saludmed.com/saludybienestar/contenido/Recreacion_Educ-Fisica_Deportes_Ejercicio.pdf)

Extremera, A. B., Jesús, P., & Montero, R. (2009). El juego motor como actividad física organizada en la enseñanza y la recreación. <http://emasf.webcindario.com73>

Fang, Y., Zhu, L., Jiang, Y., & Wu, B. (2021). The immediate and subsequent effects of public health interventions for COVID-19 on the leisure and recreation industry.

Tourism Management, 87. <https://doi.org/10.1016/j.tourman.2021.104393>

Franco, A. C., & Gustavo Adolfo Cardona Ortíz. (2020). El papel del ocio y de la recreación frente a la COVID-19 Foro interinstitucional Coordinadores: El papel del ocio y de la recreación frente a la COVID-19.

[https://www.researchgate.net/publication/349077256\\_El\\_papel\\_del\\_ocio\\_y\\_de\\_la\\_recreacion\\_frente\\_a\\_la\\_COVID-19\\_Foro\\_interinstitucional](https://www.researchgate.net/publication/349077256_El_papel_del_ocio_y_de_la_recreacion_frente_a_la_COVID-19_Foro_interinstitucional)

Gregorio, A. G. (2008). Universidad Nacional de Mar del Plata Facultad de Ciencias Económicas y Sociales Carrera: Licenciatura en Turismo Monografía de Graduación: La Recreación en la Niñez: “Conceptualización, Características y Aportes desde la Recreación al desarrollo de los Niños”. <http://nulan.mdp.edu.ar/1811/>

	<b>MACROPROCESO DE APOYO</b>	<b>CÓDIGO: AAAR113</b>
	<b>PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO</b>	<b>VERSIÓN: 6</b>
	<b>DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL</b>	<b>VIGENCIA: 2021-09-14</b>
		<b>PAGINA: 33 de 35</b>

Guzmán, E, Valle Y, (2020). universidad nacional de educación. la actividad física en tiempos de pandemia(covid19) programa de ejercicioschosica 2020.

<https://www.une.edu.pe/obu-une/wp-content/uploads/2022/07/lineamientos-de-la-actividad-fisica-en-tiempos-de-pandemia.pdf>

Hernández, R., Fernandez, C., y Baptista, M. (2014). Método de investigación. In Dictionary Geotechnical Engineering/Wörterbuch GeoTechnik.

<https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>

Mera, A. Y., Tabares-Gonzalez, E., Montoya-Gonzalez, S., Muñoz-Rodriguez, D. I., & Monsalve Vélez, F. (2020). Recomendaciones prácticas para evitar el

desacondicionamiento físico durante el confinamiento por pandemia asociada a COVID-19. Universidad y Salud, 22(2). <https://doi.org/10.22267/rus.202202.188>

Minujín, A., & Paz, J. (2021). Desigualdad socioeconómica y acceso diferencial a las tecnologías digitales de niñas y niños en la Argentina. Sociedad e Infancias, 5(2).

<https://doi.org/10.5209/soci.79045>

Murillo I. (2007). “El juego como herramienta de aprendizaje” autoría maría isabel benítez murillo temática juegos etapa educación infantil y primaria.

[https://archivos.csif.es/archivos/andalucia/ensenanza/revistas/csicsif/revista/pdf/Numero\\_16/MARIA%20ISABEL\\_BENITEZ\\_1.pdf](https://archivos.csif.es/archivos/andalucia/ensenanza/revistas/csicsif/revista/pdf/Numero_16/MARIA%20ISABEL_BENITEZ_1.pdf)

OMS. (2019). Nuevo coronavirus 2019.

<https://www.who.int/es/emergencias/diseases/novel-coronavirus-2019>

	<b>MACROPROCESO DE APOYO</b>	<b>CÓDIGO: AAAR113</b>
	<b>PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO</b>	<b>VERSIÓN: 6</b>
	<b>DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL</b>	<b>VIGENCIA: 2021-09-14</b>
		<b>PAGINA: 34 de 35</b>

Pinchak (2020). Pandemia por coronavirus (COVID-19); sorpresa, miedo y el buen manejo de la incertidumbre en la familia. (2020). Archivos de Pediatría Del Uruguay, 91(1).

<https://doi.org/10.31134/ap.91.2.1>

Paricio del Castillo, R., & Pando Velasco, M. F. (2020). Revista de Psiquiatría Infanto-Juvenil. Revista De Psiquiatría Infanto-Juvenil, 37.

<https://aepnya.eu/index.php/revistaaepnya/issue/download/51/32>

Rios J. (2020). Actividades de recreación dentro de casa, contrarrestan estrés por Covid-19

| Universidad de Guadalajara. <https://www.udg.mx/es/noticia/actividades-de-recreacion-dentro-de-casa-contrarrestan-estres-por-covid-19>

Rodríguez Pinzón, É. (2020). Colombia. Impacto económico, social y político de la

COVID-19. Análisis Carolina. [https://doi.org/10.33960/ac\\_24.2020](https://doi.org/10.33960/ac_24.2020)

Roman Lopez, I., Zayas Fajardo, M. L., Roman Lopez, M. Y., Rodriguez Rodriguez, R.

R., & Fonseca Rivero, Y. (2021). Alteraciones psicológicas en niños y adolescentes durante el confinamiento social por COVID-19. Policlínico René Vallejo Ortiz.

Multimed. Revista Médica. Granma, 25(2).

[http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1028-48182021000200002](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1028-48182021000200002)

Romero, E. M. (2015). Evolución del concepto de recreación y sus beneficios en diferentes

poblaciones (Concepts of recreation evolution and its benefits in different

populations) AUTORES: Joaquín Benítez Gómez (1 4) Monserrat Cadenas Sánchez

(2 4) Óscar Campón Castro (3 4) Aurora Espartero Vázquez (2 4).

[https://revistaheduca.files.wordpress.com/2015/03/3\\_-articulo-quino-benitez.pdf](https://revistaheduca.files.wordpress.com/2015/03/3_-articulo-quino-benitez.pdf)

	<b>MACROPROCESO DE APOYO</b>	<b>CÓDIGO: AAAR113</b>
	<b>PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO</b>	<b>VERSIÓN: 6</b>
	<b>DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL</b>	<b>VIGENCIA: 2021-09-14</b>
		<b>PAGINA: 35 de 35</b>

Sanchez M. (2021). Psychological impact of the COVID-19 in children and adolescents.

In MEDISAN (Vol. 25, Issue 1). <https://orcid.org/0000-0002-4892-4144>

Sanz, A., Barbero, A., & Gil, B. (2020). Consideraciones sobre conducta infantil y confinamiento en la crisis por COVID-19 desde la perspectiva funcional del análisis de la conducta y ACT. Int. j. Psychol. Psychol. Ther. (Ed. Impr.), 20(2).

<https://www.ijpsy.com/volumen20/num2/538/consideraciones-sobre-conducta-infantil-ES.pdf>

Soto Cortés, E., Soto Cortés, E., & Olivo Álvarez, S. C. (2021). Factores personales asociados al aislamiento socioafectivo, socioeducativo, socioeconómico y cultural e implicaciones del coronavirus en la vida de los seres humanos. Revista Boletín Redipe, 10(3). <https://doi.org/10.36260/rbr.v10i3.1245>

Valencia R, C. G. S. A. (2021). 2226-Texto del artículo-8452-1-10-20210215. El tiempo libre y la recreación en la adolescencia durante el confinamiento por COVID-19.

[https://redib.org/Record/oai\\_articulo3072374-el-tiempo-libre-y-la-recreaci%C3%B3n-en-la-adolescencia-durante-el-confinamiento-por-covid-19-original](https://redib.org/Record/oai_articulo3072374-el-tiempo-libre-y-la-recreaci%C3%B3n-en-la-adolescencia-durante-el-confinamiento-por-covid-19-original)