

Artículo

La recreación como herramienta para la construcción de la vida estudiantil universitaria: la experiencia de la Universidad Técnica Nacional, Costa Rica



Joel Rodríguez Soto

Promotor Recreativo y de la Salud
Universidad Técnica Nacional
jrodriguez@utn.ac.cr

Resumen

Este manuscrito presenta la experiencia de la Universidad Técnica Nacional (UTN) de Costa Rica, en el uso de la recreación como herramienta para la construcción de la vida estudiantil universitaria. La UTN es una institución que aún se encuentra en desarrollo y en solo 10 años ha conseguido grandes avances en sus objetivos. Desde el área de Vida Estudiantil, se ha utilizado la recreación para construir espacios participativos, que generen sentido de pertenencia con la institución y que permitan a la población estudiantil obtener los beneficios de la recreación, en su formación integral como personas. Durante dos años de trabajo, los resultados en la nueva concepción de la vida estudiantil, hacen que se le dé aún más énfasis a la recreación como promotora de estos procesos.

Palabras claves: Recreación, Vida estudiantil, Universidad

Introducción

La Universidad Técnica Nacional

La universidad es un complejo entorno de personas, una estructura social donde convergen culturas, prácticas, pensamientos y conocimientos a través de una organización establecida, con el fin de producir y transmitir conocimientos de la mano con la dinámica de la sociedad.

La universidad es el más alto escalón en la educación de un país. Reforzando lo anterior, la UNESCO (1998) se refiere a las universidades como:

Las instituciones de educación superior (es decir, postsecundarias) son sistemas complejos que interactúan con las instituciones de su entorno, es decir, con los sistemas políticos, económicos, culturales o sociales. Están condicionadas por su entorno local y nacional (meso-entorno) y cada vez más por su entorno regional e internacional (o macroentorno). Pero a su vez pueden e incluso deben influir en los diferentes tipos de entorno (p. 4).

Los inicios de la enseñanza superior en Costa Rica se remontan al siglo XIX con la Casa de Enseñanza Santo Tomás. Para el año de 1940 se crea la Universidad de Costa Rica, en la década de los setentas del siglo XX se consolida la educación superior pública, con la creación de la Universidad Nacional Autónoma, el Instituto Tecnológico de Costa Rica y la Universidad Estatal a Distancia en 1971, 1973 y 1977 respectivamente (Fernández y Fernández, 2007).

La dinámica socioeconómica costarricense y la constante inserción de la tecnología en los espacios educativos y laborales, sirvieron de coyuntura para analizar y proponer la idea de crear una universidad de

carácter técnico en Costa Rica. La misma debía responder a la dinámica económica, laboral y a la imperante moderna sociedad del conocimiento.

Es así como el 4 de junio de 2008, se crea mediante el proyecto de ley N°8638, la quinta universidad pública de Costa Rica y primera universidad del siglo XXI, la Universidad Técnica Nacional. Esta casa de enseñanza superior cuenta con 5 sedes en el territorio nacional y alberga a 13.259 estudiantes.

El fin primordial de la UTN es “atender las necesidades del país en el campo de la educación técnica que requiere el desarrollo nacional en los diversos sectores de la educación superior” (Estatuto Orgánico, 2010, p. 2). El corto camino que podían recorrer las personas en la educación para-universitaria (hasta diplomado) y que en el mejor de los casos también provenían de colegios técnicos, fue una de las razones para ampliar la oferta de grados académicos a través de la creación de la UTN.

La UTN se empezó a visualizar ante la necesidad de contar con una nueva opción educativa basada en la tecnología, y que fuera de carácter superior universitario, todo ello en estrecha relación con el mundo del trabajo. (Plan Institucional de Desarrollo Estratégico 2011-2021, s.f.).

Como la primera universidad del siglo XXI, la UTN enfrenta el gran desafío de formar profesionales de manera integral, tanto académica como personalmente. El grado de influencia que tiene la vida estudiantil universitaria, permite experiencias y aprendizajes que van más allá de lo estrictamente relacionado con una carrera universitaria (ver figura 1).

Breve aproximación teórica a la recreación

La recreación es una dimensión de la vida a la que cada vez más se le reconoce su importancia, sobre todo, en un mundo donde también necesitamos cada

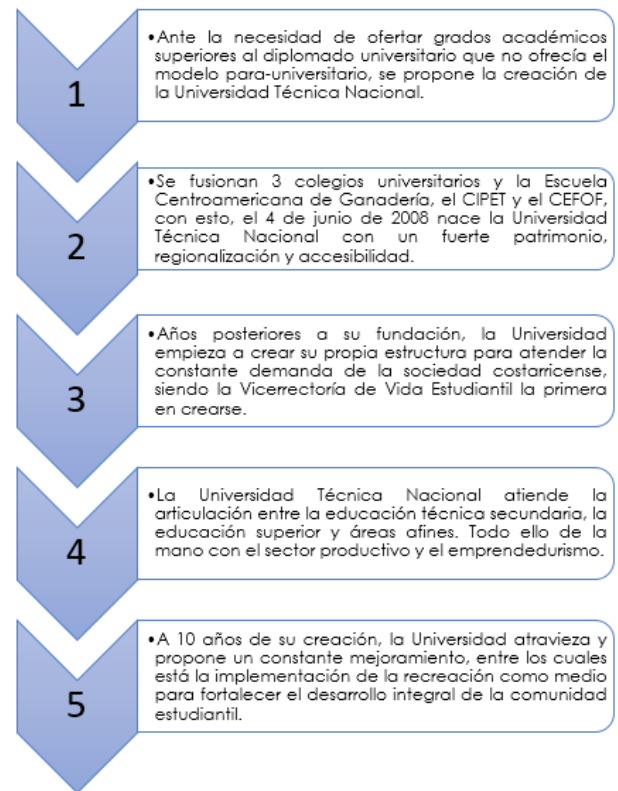


Figura 1: Creación de la UTN a partir del modelo para-universitario. Fuente propia

vez más espacios para la vivencia de significados asociados con nuestra realización física, mental, emocional y espiritual (Molina, 2005).

Para Gómez y Elizalde (2012), el término “recreacionismo” nace en los Estados Unidos con la sistematización y metodologías de intervención, que fomentaban la creación de espacios donde se realizaban actividades que eran “consideradas saludables, higiénicas, moralmente válidas, productivas y vinculadas a la ideología de progreso” (p. 232). Los autores, sin embargo, señalan que estas experiencias son institucionalizadas y no toman en cuenta las experiencias culturales humanas.

En Costa Rica la recreación es un área profesional relativamente nueva y poco conocida, suele asociarse con la educación física, sin embargo, las características de ambas profesiones, en lugar de parecerse, más bien se diferencian (Salazar, 2005). El concepto de recreación es

bastante diverso según la región geográfica, autores, culturas y literatura consultada.

La recreación es tan amplia como sus beneficios para las personas. Muchas actividades de la vida son recreación, y las personas no suelen estar conscientes que la practican y se benefician de ella. Es de gran importancia reconocer y entender la recreación y su efecto en las personas. Salazar (2017) categoriza los beneficios de la recreación de la siguiente forma, en la figura 2:



Figura 2. Beneficios de la recreación. Tomado de Salazar (2017, p.76).

Para Salazar (2017) la recreación se entiende como:

un conjunto de actividades agradables, lúdicas y que producen gozo, alegría y placer. Estas se realizan durante el tiempo libre y cada persona selecciona en cuáles y cuando desea participar. Estas actividades promueven el desarrollo integral, por los beneficios que los individuos obtienen para mejorar su calidad de vida y por la autorrealización que logran (p.6).

Los beneficios que obtienen las personas, están relacionados con las prácticas recreativas que tienen. De una sola actividad se pueden desprender varios beneficios, que son percibidos por el individuo y las personas con las que se desenvuelve. Esta es una

relación que va de lo personal a lo social y concreta la idea de que una comunidad universitaria puede mejorar muchos indicadores, con un cambio que inicia por cada persona.

Dado el amplio panorama de actividades recreativas, Salazar (2017) propone la siguiente categorización, presente en la figura 3. Se mostrarán algunos ejemplos que colaboran a entender la vasta cantidad de actividades que pueden realizar las personas.

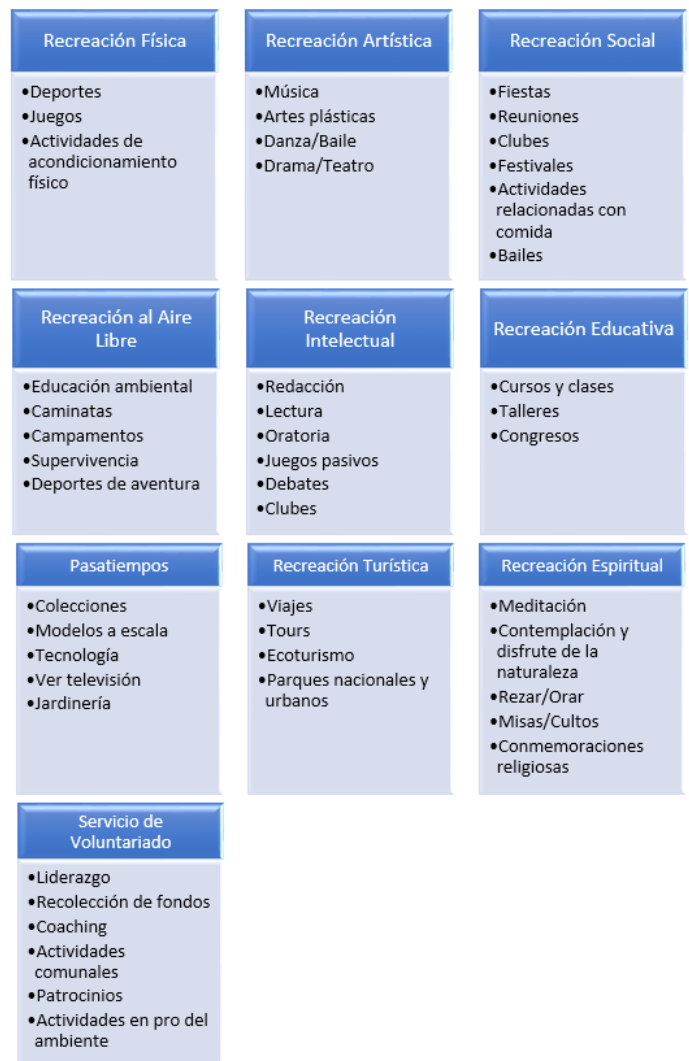


Figura 3. Categorización de actividades recreativas. Tomado de Salazar (2017, p.90-93).

Las universidades son instituciones que, por su carácter formador, toman en cuenta

a la recreación como un método para ofrecer a las personas oportunidades de hacer actividades que van más allá de las clases en un aula. La vida estudiantil universitaria comprende todas las relaciones que existen entre la persona y las diferentes áreas de la universidad, y la recreación es parte de esa relación.

Para Salazar (2007), dentro de las áreas de trabajo en la recreación se encuentra la "recreación universitaria". Esta se ocupa del bienestar de la población estudiantil e incluye una programación variada de actividades, con el fin de dar oportunidades para liberar la tensión por la carga académica. La recreación como parte de la vida estudiantil ofrece a la población de estudiantes la oportunidad de involucrarse en actividades de forma voluntaria, que les generen satisfacción y, sobre todo, acceder a la construcción de valores, actitudes y aptitudes para su formación en la universidad y para la vida en general.

El desarrollo integral de individuos conscientes, humanistas, conocedores de su entorno y capaces de enfrentarse a la realidad que les rodea, son objetivos que afronta la universidad a través de la vida estudiantil. La recreación, como medio co-curricular de educación no formal, tiene un papel importante en la comunidad estudiantil, sobre todo por su carácter de voluntariedad.

Aunque la recreación tiene un carácter voluntario y se desarrolla en un sistema de educación no formal, es de suma importancia destacar el valor que tiene dentro de un centro de estudios universitarios, y como colabora con el bienestar de las personas que se involucran en ella.

La recreación ofrece las mismas oportunidades de aprender que la educación formal. En el caso de la UTN, los objetivos de una actividad recreativa van más allá de un mero involucramiento en algo divertido. En las actividades se transversalizan conceptos y aprendizajes que se definen de acuerdo con la población participante.

Esta metodología de trabajo va de la mano ampliamente con lo expuesto por Waichman (2009), quien analizó la recreación como una herramienta para el desarrollo integral de la persona. Este autor se refiere a la "recreación educativa" como:

Tipo de influencia intencional y con algún grado de sistematización que, partiendo de actividades voluntarias, grupales y coordinadas exteriormente, establecidas en estructuras específicas, a través de metodologías lúdicas y placenteras, pretende colaborar en la transformación del tiempo disponible o libre de obligaciones de los participantes en praxis de la libertad en el tiempo, generando protagonismo y autonomía (p.105).

Este concepto tan importante, no solo apunta a la liberación del sujeto mediante los espacios lúdicos, si no también, sugiere una experiencia que le permite crecer como ser humano y realzar sus valores para alcanzar una mejor calidad de vida y percepción de sí mismo. "La recreación tiene un propósito intrínseco que va más allá de la participación; fortalece valores, principios, creencias y todos aquellos aspectos que procuran el crecimiento integral de la persona y de la sociedad" (Romero, 2010, p. 202).

En el caso de las áreas de Vida Estudiantil en la UTN, estas son las responsables del desarrollo de espacios que le permitan a la población estudiantil participar en actividades que propicien su desarrollo integral como estudiantes, pero sobre todo como individuos de la sociedad. Osorio (2009) define la recreación como mediadora en los procesos de desarrollo locales, en donde se necesita que el sistema cree las condiciones para una participación activa que propicie una experiencia transformadora del individuo y, sin perder la esencia de la recreación, se construya la ciudadanía.

Por último, la voluntariedad y el tiempo libre son factores trascendentales

en los procesos recreativos. En el entorno universitario, suele dársele mayor importancia a los procesos relacionados con la academia y la carga de trabajo que esta implica. Esto hace que la comunidad estudiantil se decante por las obligaciones de las carreras que cursan, dejando poco o nulo espacio para las actividades lúdico-recreativas.

Se vuelve entonces de gran importancia, la educación para el buen uso y aprovechamiento del tiempo libre. A través de la misma recreación incluso, se puede capacitar y empoderar al estudiante en la gestión de su vida universitaria. Lo que proponen Lobo y Mechén (2004) refuerza esta idea al señalar que "el tiempo libre debe entenderse no como estar libre de algo, sino también como estar libre para algo, o sea, disponibilidad para ejecutar algo que procura placer y satisfacción, etc." (p. 44-45).

La construcción de la Vida Estudiantil Universitaria mediante la Recreación

La UTN afronta el reto de generar y fortalecer los espacios recreativos, deportivos y artísticos, con el objetivo de maximizar la participación de la población estudiantil en actividades que fomenten su desarrollo integral como seres humanos.

Desde el Área de Cultura, Deporte y Recreación, la cual es una dependencia de las áreas de Vida Estudiantil, se han implementado desde mayo del año 2016, una serie de estrategias para crear espacios recreativos en consonancia con el Modelo Educativo de la UTN, esto a través de un promotor recreativo-deportivo y un promotor recreativo-cultural.

Durante los primeros meses, se realizó una evaluación diagnóstica con una muestra de la población estudiantil de la Sede Central. Se aplicó un instrumento autoadministrado a 79 mujeres y 20 hombres. En los resultados se logró observar que la población encuestada percibe la recreación como socialización, actividades al aire libre y esparcimiento.

Además, encuentran importante a la recreación porque les permite socializar, aprovechar su tiempo y cambiar la rutina, hacer actividad física y liberar el estrés.

Durante este periodo, de igual forma, se inició con la construcción teórica de los documentos que darían forma a los programas recreativos de la Sede Central, tanto en la parte deportiva como en la cultural. Este proceso ha sido de gran importancia en la institución, ya que hasta el momento no existían profesionales en recreación ni programas que fomentaran su práctica.

En el caso del programa recreativo-deportivo, este tiene un enfoque hacia las actividades físico-recreativas y relacionadas con la salud. Esta área tiene como objetivo ofrecer diferentes experiencias de esparcimiento productivo, ya sea de manera individual o grupal, las cuales fomentan estilos de vida saludables y la movilización del sector estudiantil de la UTN.

Dentro de la propuesta de actividades para fomentar la recreación en la vida estudiantil, se han realizado festivales en los que la población puede participar voluntariamente o a través de la coordinación con el sector académico-docente. También se incentiva la transversalización de la recreación en las actividades institucionales organizadas por otras dependencias (ver figura 4).

Las estrategias de abordaje con la población estudiantil han ido variando con el paso del tiempo y la adquisición de experiencias. La dinámica de la población con la vida estudiantil fue renuente al inicio de la implementación de los programas. Las acciones recreativas han sido dirigidas también a la construcción del sentido de pertenencia con la institución.

Heredada del modelo educativo anterior, la concepción de que a la universidad se venía solamente a estudiar, es un concepto, que las áreas de recreación en la UTN, han ido modificando mediante la

oferta de actividades recreativas. En muchas ocasiones, las personas no participan de las actividades por vergüenza o porque no consideran ser hábiles para lo que se está desarrollando. La recreación vicaria (primero observar a otras personas desarrollando la actividad) ha ido rompiendo ese paradigma y ha hecho que la población estudiantil se involucre cada vez más en las actividades (ver figura 5, 6, 7 y 8).



Figura 4. Festival recreativo, Sede Central 2016. Esta fue la primera experiencia recreativa organizada con un objetivo específico para la población estudiantil. Participaron 2 grupos de diferentes carreras que ofrece la institución.



Figura 5. Feria de la Salud, Sede Central 2016. El uso de las actividades institucionales para transversalizar la recreación en la comunidad estudiantil ha sido una importante herramienta en la concientización y consolidación de los beneficios de la recreación para las personas.

Figura 8. Celebración del Día Universitario Docente, 2017. Centro de Formación Pedagógica y Tecnología Educativa. Una de las estrategias para expandir la recreación por la Universidad, ha sido la concientización en el cuerpo docente y administrativo, sobre los beneficios de la recreación y la importante herramienta que puede ser, en sus actividades curriculares.



Figura 6. Talleres sobre ejercicio físico y salud. La universidad se empezó a concebir, por la población estudiantil, como un entorno donde tienen la oportunidad de practicar actividades a las que no tenían acceso anteriormente. Asimismo, mejorar su estado físico y emocional a través del ejercicio, ha sido una consigna del área de recreación.



Figura 7. Celebración del Día del niño, Sede Central, 2017. La organización de actividades en las cuales la población estudiantil participa de manera voluntaria, se reforzó para el segundo año del programa recreativo.



A partir del año 2017, el abordaje lúdico-recreativo y de promoción de la salud se reforzó aún más, y se empezó a orientar la recreación hacia la voluntariedad y el reconocimiento de los beneficios de esta, para las personas participantes.

En la consigna de generar participación y sentido de pertenencia, la creación de grupos estudiantiles, que representen causas específicas, ha sido otra de las estrategias empleadas para la construcción de la vida estudiantil universitaria a través de la recreación.

En este caso particular, el Grupo de Liderazgos estudiantiles, se propuso como una oportunidad para que la comunidad estudiantil tenga la posibilidad de proponer y trabajar en conjunto, en aspectos atinentes al mejoramiento de la vida estudiantil y de la universidad en general (ver figura 9).



Figura 9. La formación de valores, actitudes y aptitudes como el carácter, respeto, responsabilidad y trabajo en equipo, son parte de los objetivos que pretenden los grupos estudiantiles que trabajan voluntariamente por el mejoramiento de la institución.

Las acciones orientadas desde grupos como el de Liderazgos, se proyectan hacia toda la comunidad universitaria en un efecto multiplicador, que busca el involucramiento constante en las actividades que propicien el desarrollo integral de la comunidad estudiantil (ver figura 10).



Figura 10. En la foto se muestra un grupo de la carrera de Contabilidad y finanzas entregando víveres al grupo de liderazgos, el cual había organizado una recolecta para estudiantes afectados por un huracán en octubre de 2017.

Dentro de la Universidad también existen grupos poblacionales con características particulares, los cuales también han sido abordados mediante la recreación. Los estudiantes que residen lejos del campus universitario y deben trasladarse a vivir cerca de este, viven situaciones particulares que los hacen especialmente vulnerables a la deserción, afecciones de salud y emocionales. De igual forma, al venir de lugares alejados del centro del país, la situación socioeconómica de los estudiantes y sus familias, los vuelven más propensos a experimentar realidades físicas, mentales y sociales dentro de la institución, lo cual impacta directamente en su salud y rendimiento académico.

Estos estudiantes son parte del Programa de Apoyo Residencial Estudiantil (PARE), el cual está a cargo del Área de Becas y Beneficios Estudiantiles. El proyecto recreativo "Más allá de la U" ha tenido como objetivo general ofrecer a esta población estudiantil, oportunidades recreativas y de esparcimiento que mejoren su calidad de vida, mediante la vivencia de experiencias gratificantes, que les permitan crecer académica y personalmente (ver figura 11 y 12).



Figura 11. Mediante la recreación turística y la recreación al aire libre, la población del PARE tiene acceso a los beneficios de la recreación mientras cursan su carrera universitaria. Conocer nuevos lugares mientras comparten con personas en la misma situación, son algunos de los beneficios para la población participante.



Figura 12. Los beneficios personales de la recreación en la población estudiantil del PARE, generan un estado de bienestar, donde la persona se siente parte de un grupo de apoyo y puede compartir vivencias que le ayudan a crecer personal y socialmente, dentro del ambiente universitario y como ciudadano en general.

Reflexiones finales

Al igual que las otras cuatro universidades públicas costarricenses, la UTN tiene como objetivo formar profesionales de manera integral, que puedan hacer frente al campo laboral y la vida en general. Cuando estos estudiantes participan en actividades recreativas, durante su paso por la universidad, estos tendrán más y mejores herramientas académicas, físicas y emocionales para afrontar el gran reto de la vida.

Como se ha expuesto, la recreación es un amplio campo de oportunidades y actividades. A través de ella, las personas tienen la oportunidad de participar en entornos que favorecen su crecimiento como miembros de la sociedad, y esta última será mejor, si las entidades encargadas de promover estos ambientes lo hacen de manera efectiva y creyendo firmemente en los beneficios de la recreación.

Hace casi dos años, la UTN asumió el compromiso de crear y fortalecer la vida estudiantil universitaria y la recreación ha sido una herramienta clave en ese objetivo. Poco a poco la comunidad estudiantil ha empezado a comprender que la vida estudiantil no se vive solo dentro de las aulas, y que el involucramiento en actividades extra curriculares genera un sentido de pertenencia y orgullo de formar parte de la institución.

Observar el impacto de la recreación en cada persona, ha sido fundamental en la continuación del programa. La interacción entre estudiantes, el trabajo en equipo, el liderazgo, la creatividad, la oportunidad de expresar emociones y tener acceso a la salud, a través de las actividades, son objetivos alcanzados que generan amplia satisfacción en las y los colaboradores a cargo de Vida Estudiantil.

Como profesionales en recreación, una de las mayores satisfacciones es escuchar a las personas con las que trabajas, expresando cómo cambió sus vidas participar de actividades o grupos que realizan diferentes acciones y cómo se construyen a través de la participación y la socialización con sus pares y con la universidad. Asimismo, entender que cuando se egresan, son personas más íntegras, con más herramientas para enfrentar la vida y, por lo tanto, construirán una mejor sociedad.

A pesar del camino recorrido en el campo de la recreación universitaria, queda claro que aún faltan grandes retos por afrontar. En una institución que atraviesa un

proceso de maduración, es de vital importancia crear conciencia en todos los sectores de la organización, una cultura alrededor de la recreación y concientización sobre sus beneficios, no solo para estudiantes, sino también, para académicos y administrativos.

Es imperativo articular el trabajo realizado con cada uno de los diferentes sectores, buscando que la recreación sea un objetivo en común y que se vea como una oportunidad de mejorar las sub-áreas universitarias. Para lograr esto, el Área de Vida Estudiantil propone el trabajo interdisciplinar, como aspecto que potencie aún más el efecto positivo de la recreación en cada estudiante de la UTN.

Estos son apenas los dos primeros años en materia de recreación, de una institución que tiene diez de existir. Han sido considerables los avances relacionados con la vida estudiantil. Ser testigos del cambio que genera en las personas involucrarse en la recreación, es el motor que mueve el trabajo realizado desde las promotorías recreativas, y traza el camino a seguir en un futuro cercano en la formación de ciudadanos y ciudadanas en Costa Rica.

Referencias

- Fernández Alfaro, S. y Fernández López S. (2007). Evolución de la educación superior costarricense: Un análisis de su modelo de financiación. *Revista Actualidades Investigativas en Educación*, 7(2), 1-23.
- Gomes, C. y Elizalde, R. (2012). *Horizontes latinoamericanos del ocio*. Editorial UFMG, Bello Horizonte, Brasil.
- Lobo, J. L. y Menchén, F. (2004). *Libertad y responsabilidad en el tiempo libre. Estrategias y pautas para padres y educadores*. Madrid: Editorial Pirámide.
- Molina, G. (2005). *Recreación y esparcimiento*. En Maestría Profesional en Recreación, Escuela de Educación Física y Deportes, Universidad de Costa Rica (Ed.), *Memoria del I Encuentro en Recreación, Esparcimiento y Tiempo Libre "Recreación: Más que juego y deporte"* (p. 2). San José, Costa Rica.
- Osorio, E. (2009). *La recreación en Colombia, un campo en construcción. Tiempo libre, ocio y recreación en Latinoamérica*. Editorial UFMG, Bello Horizonte, Brasil.
- Romero, C. (2010). *Propuesta organizacional del área de recreación para la Universidad Estatal a Distancia*. *Revista Educación*, 34(2), 197-230.
- Salazar, C.G. (2005). *Recreación: Más que juego y Deporte*. Memoria del I encuentro en recreación esparcimiento y tiempo libre. San José, Costa Rica.
- Salazar, C.G. (2007). *Recreación*. San José, Costa Rica: Editorial UCR.
- Salazar, C.G. (2017). *Recreación (2da. ed.)*. San José, Costa Rica: Editorial UCR.
- UNESCO. (1998). *La educación superior en el siglo XXI. Visión y acción*. Conferencia mundial sobre educación superior. París, Francia: Autor.
- Universidad Técnica Nacional. Comisión de Conformación. (2010). *Estatuto orgánico*. Alajuela, Costa Rica: UTN.
- Universidad Técnica Nacional. Comité de Planificación Estratégica. (s. f.). *Plan institucional de desarrollo estratégico 2011-2021*. Alajuela, Costa Rica: UTN.