

**Actividades pedagógicas recreativas para promover la participación y el aprendizaje en
adultos de contextos rurales**

Juan José Blanco Angulo

Asesor

Anyi Marcela Rodríguez Torres

Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD

Escuela de Ciencias de la Educación ECEDU

Licenciatura en Etnoeducación

2025

Resumen

Este trabajo nace de una experiencia directa con cinco adultos de la vereda Los Ángeles, en el municipio de Chinú (Córdoba). Durante encuentros que realizados, se pudo observar que, aunque la comunidad tiene una vida muy activa en lo agrícola casi no cuentan con espacios de recreación pensados para los adultos. A partir de esta realidad, se decidió enfocarse en analizar cómo algunas actividades recreativas, diseñadas desde una intención pedagógica, podían aportar a su bienestar y a la convivencia entre ellos. El estudio se desarrolla con un enfoque cualitativo y un carácter más vivencial que experimental, implementando diferentes talleres recreativos como bingos educativos, rompecabezas, crucigramas y juegos colaborativos, convirtiéndose la recreación en un espacio de confianza, conversación y aprendizaje significativo que puede influir positivamente tanto en el ánimo como en las relaciones comunitarias.

Palabras clave: recreación, adultos, aprendizaje, convivencia, bienestar.

Abstract

This work stems from direct experience with five adults from the Los Ángeles village in the municipality of Chinú (Córdoba). During meetings held, it was observed that, although the community is very active in agriculture, they have almost no recreational spaces designed specifically for adults. Based on this reality, the study focused on analyzing how certain recreational activities, designed with a pedagogical approach, could contribute to their well-being and community relations. The study employs a qualitative approach and is more experiential than experimental, implementing various recreational workshops such as educational bingo, puzzles, crosswords, and collaborative games. Recreation became a space for trust, conversation, and meaningful learning that can positively influence both mood and community relationships.

Keywords: recreation, adults, learning, social cohesion, well-being.

Tabla de Contenido

Lista de Apéndices	6
Introducción	7
Caracterización	8
Planteamiento del Problema	10
Pregunta de Investigación	12
Objetivos	13
Objetivo General	13
Objetivos Específicos.....	13
Marcos de Referencia	14
Referentes Conceptuales	14
Referentes Teóricos	15
Referentes Técnicos	18
Referentes Legales	18
Referentes Éticos	19
Herramientas y Métodos	21
Enfoque y Tipo de Estudio	21
Unidad de Análisis	22
Técnicas para la Recolección de Datos.....	22
Categorías para el Análisis de Datos	23
Resultados	26
Acercamiento de la Población a la Variable	26
Experimentación	27

Identificación de Variaciones	28
Análisis y Discusión	29
Conclusiones y Recomendaciones	32
Referencias Bibliográficas	34
Apéndices.....	36

Lista de Apéndices

Apéndice A <i>Muestras de investigación</i>	35
--	----

Introducción

En la vereda Los Ángeles (Chinú, Córdoba), la vida cotidiana de los adultos está marcada por actividades agrícolas, ganaderas y domésticas que ocupan gran parte de su tiempo. Aunque la comunidad se caracteriza por su organización y sentido de pertenencia, se ha identificado la ausencia de espacios de formación recreativa dirigidos a personas en etapa adulta. Esta situación limita la posibilidad de promover experiencias que fortalezcan la convivencia, el bienestar emocional y el aprendizaje significativo en esta población. La recreación, tradicionalmente asociada al entretenimiento, ha demostrado ser una herramienta pedagógica que favorece la interacción, la comunicación y el desarrollo integral de quienes participan.

Para la población adulta, la recreación ofrece la oportunidad de compartir, expresarse y fortalecer habilidades que en muchos casos no han sido estimuladas de manera intencional. Desde esta perspectiva, se planteó el análisis de cómo las estrategias pedagógicas recreativas pueden influir en la formación integral y en la convivencia comunitaria. El estudio se basó en un enfoque cualitativo que permitió comprender las experiencias, percepciones y cambios observados durante la implementación de talleres recreativos.

Actividades como bingos educativos, rompecabezas, crucigramas, laberintos y juegos colaborativos fueron desarrolladas con el propósito de estimular la participación, la memoria, la imaginación y la comunicación entre los participantes. A través de la observación directa, el registro de reflexiones y la aplicación de cuestionarios, fue posible reconocer variaciones positivas en la motivación, la confianza y la interacción social, mostrando que la recreación pedagógica, cuando se adapta al contexto y a las características de los adultos, puede convertirse en un medio eficaz para fortalecer la convivencia comunitaria y promover experiencias de aprendizaje que aporten al bienestar integral.

Caracterización

La vereda Los Ángeles (Arroyo Hondo), perteneciente al municipio de Chinú en el departamento de Córdoba, se encuentra ubicada en la región Caribe colombiana. Su clima es predominantemente cálido y húmedo, característico de zonas de relieve plano que favorecen el desarrollo de actividades ganaderas y agrícolas. La presencia de lagunas, arroyos y caños constituye un elemento esencial tanto para el ecosistema local como para las prácticas productivas que sostienen la economía veredal, especialmente el cultivo de arroz y la cría de ganado. Estos factores naturales y geográficos influyen de manera directa en las dinámicas sociales, económicas y culturales de la comunidad.

La población vinculada a este estudio está conformada por adultos entre los 45 y 60 años de edad, cuyas historias de vida reflejan un fuerte arraigo territorial y un compromiso constante con la organización comunitaria. Aunque la mayoría de ellos cuenta únicamente con formación básica generalmente entre cuarto y quinto de primaria poseen conocimientos empíricos sólidos relacionados con la agricultura, la ganadería y el trabajo colectivo. En la vereda, la Junta de Acción Comunal desempeña un papel central en la toma de decisiones y en la gestión de actividades que buscan mejorar las condiciones de vida de sus habitantes, lo que evidencia el valor del liderazgo local y la importancia de la participación comunitaria.

El diagnóstico realizado muestra que, si bien la comunidad cuenta con habilidades organizativas y experiencia en actividades productivas, enfrenta limitaciones que afectan su acceso a oportunidades de formación. Entre estas dificultades se encuentran la inestabilidad económica, la escasa conectividad a internet y la falta de espacios destinados al aprendizaje y la recreación. Tales condiciones restringen el desarrollo personal, emocional y social de los adultos, y dificultan el acceso a recursos educativos contemporáneos. De acuerdo con Colmédica (2022),

las actividades recreativas adaptadas a la población adulta contribuyen a la mejora del bienestar emocional, fortalecen la integración social y favorecen la salud mental, aspectos que se consideran prioritarios en comunidades rurales.

Durante el proceso de acercamiento, se identificó una necesidad creciente de contar con espacios que promuevan la memoria, la atención, el pensamiento estratégico y la convivencia. Actividades como bingos educativos, rompecabezas, crucigramas, laberintos y juegos de mesa se presentan como alternativas pertinentes para estimular las habilidades cognitivas y fortalecer la participación activa. De manera complementaria, se le da importancia de crear ambientes que permitan el diálogo, la expresión de emociones y la interacción respetuosa entre los participantes.

En este contexto, la población adulta de la vereda Los Ángeles se constituye en la unidad de análisis de esta investigación. Su participación voluntaria y su disposición para involucrarse en actividades recreativas pedagógicas reflejan el interés por aprender y mejorar su calidad de vida. A pesar de las condiciones adversas, la comunidad mantiene una actitud resiliente y abierta a procesos que contribuyan a su bienestar integral, lo que hace relevante la implementación de estrategias pedagógicas recreativas adaptadas a sus características y necesidades

Planteamiento del Problema

En la vereda Los Ángeles (Arroyo Hondo), municipio de Chinú, Córdoba, la población adulta se caracteriza por su compromiso comunitario, su capacidad de organización y su participación activa en proyectos locales. A lo largo de los años, estas personas han desarrollado conocimientos prácticos vinculados a la agricultura y la ganadería, actividades que representan la base de su economía y su identidad cultural. Sin embargo, a pesar de estas fortalezas, la comunidad enfrenta condiciones de vulnerabilidad social y económica que limitan el acceso a espacios de formación y recreación dirigidos a las personas adultas.

Diversos estudios han señalado que la recreación cumple un papel más amplio que el mero entretenimiento, especialmente en etapas adultas de la vida. La literatura especializada describe la recreación como un medio educativo que favorece el bienestar emocional, la interacción social y el sentido de propósito en la comunidad, tal como lo dice Romero Morales (2010) que destaca que las actividades recreativas contribuyen a fortalecer relaciones interpersonales y a generar espacios significativos que impactan positivamente en la salud mental de las personas adultas. Del mismo modo, Colmédica (2022) resalta que la recreación tiene un efecto terapéutico al estimular la memoria, la atención y la motivación, además de disminuir síntomas relacionados con el estrés y la ansiedad.

A pesar de la importancia demostrada por estas investigaciones, en la vereda Los Ángeles la oferta de actividades recreativas para adultos es limitada o inexistente. Esta situación dificulta el acceso de la población a experiencias formativas que promuevan la convivencia, la integración y el aprendizaje significativo, por ejemplo los autores Torres López, Munguía Cortés, Aranda Beltrán y Salazar Estrada (2015) sostienen que la percepción que tienen los adultos sobre su bienestar y su salud emocional está directamente influenciada por las oportunidades que tienen

de participar en actividades significativas, así como por el reconocimiento de su presencia dentro de la comunidad.

La ausencia de espacios de recreación adaptados a las características y necesidades de los adultos de esta comunidad genera un vacío que afecta su bienestar integral, su motivación y su participación comunitaria. Las jornadas laborales extensas, las responsabilidades familiares y las limitaciones económicas contribuyen a que el tiempo de ocio, cuando existe, no se oriente hacia actividades formativas o de convivencia. En consecuencia, surgen tensiones emocionales, aislamiento y un desgaste que influye negativamente en la calidad de vida.

Frente a esta realidad, se identifica como problemática central la falta de estrategias pedagógicas recreativas adecuadas para la población adulta de la vereda Los Ángeles. Esta ausencia limita el desarrollo de habilidades socioemocionales, reduce las oportunidades de aprendizaje permanente y debilita los vínculos de convivencia. La necesidad de generar espacios donde la recreación se utilice con una intención pedagógica se convierte así en un punto de partida para fortalecer el bienestar emocional, la motivación, la integración comunitaria y el aprendizaje en la adultez.

Pregunta de Investigación

¿De qué manera las estrategias pedagógicas recreativas contribuyen a la formación integral y la convivencia de los adultos de la vereda Los Ángeles durante el segundo semestre de 2025?

Objetivos

Objetivo General

Analizar cómo los talleres pedagógicos recreativos contribuyen al bienestar integral y al fortalecimiento de las habilidades socioemocionales de los adultos de la vereda Los Ángeles durante el segundo semestre de 2025.

Objetivos Específicos

Explorar el acercamiento de los adultos de la vereda Los Ángeles a los talleres pedagógicos recreativos como estrategia de participación activa y aprendizaje comunitario.

Análizar la incidencia de actividades recreativas en la convivencia, la comunicación y el trabajo colaborativo.

Evaluar los cambios en la motivación, la autovaloración y la disposición hacia el aprendizaje en los adultos de la vereda Los Ángeles después de la implementación de los talleres pedagógicos recreativos.

Marcos de Referencia

Referentes Conceptuales

La formación integral se entiende como un proceso que abarca el desarrollo equilibrado de dimensiones cognitivas, emocionales, sociales y éticas. Este enfoque reconoce que el aprendizaje no se limita a la adquisición de conocimientos, sino que involucra la construcción de actitudes y valores que aportan al crecimiento personal y comunitario. De acuerdo con Tobón (2010), la formación integral articula pensamiento complejo, currículo y evaluación para favorecer sujetos capaces de comprender su entorno y actuar con autonomía. En este estudio, dicha perspectiva permite analizar cómo las actividades recreativas pueden convertirse en herramientas que fortalecen la confianza, el respeto y la interacción en la vida adulta.

La convivencia, por su parte, hace referencia a las relaciones que se construyen en un entorno social donde existen normas, acuerdos y formas de interacción basadas en el respeto y la cooperación. El Ministerio de Educación Nacional (2013) señala que la convivencia se desarrolla a partir de procesos colectivos donde la comunicación y la resolución pacífica de conflictos son fundamentales. Esta noción resulta pertinente para comprender cómo las dinámicas recreativas pueden influir en el clima comunitario de los adultos participantes.

Otro concepto clave en la investigación es el juego. Huizinga (2007) destaca que el juego constituye un elemento esencial de la cultura y no solo una actividad de entretenimiento. Mediante el juego, las personas construyen significados, fortalecen vínculos y desarrollan habilidades que inciden en la vida social y emocional. Desde esta perspectiva, la recreación se integra como un recurso pedagógico que promueve la creatividad, la interacción y la participación. Finalmente, la educación de adultos se reconoce como un proceso formativo que atiende las características, necesidades y contextos de las personas jóvenes y adultas.

Las cuales promueven aprendizajes significativos y pertinentes. La UNESCO (2022) sostiene que este campo busca responder a las necesidades formativas de jóvenes y adultos, además que constituye un pilar fundamental para el aprendizaje a lo largo de la vida, la inclusión social y el desarrollo sostenible. Por lo que esta investigación resalta que la educación de adultos en esta comunidad puede enriquecerse mediante la implementación de estrategias pedagógicas recreativas, también fortalecen la formación integral y consolidan la convivencia comunitaria.

Referentes Teóricos

La propuesta de Colmédica (2022) resalta el valor de la terapia recreativa como estrategia fundamental para promover la salud mental en adultos mayores. Más allá de su aporte clínico, este enfoque evidencia que la recreación cumple un papel preventivo frente a la depresión y el aislamiento social, fenómenos que afectan la convivencia comunitaria. Ontológicamente, este referente asume al adulto mayor como un ser integral cuya salud y bienestar dependen de experiencias significativas, lo cual se articula con la variable de estrategias pedagógicas recreativas en la investigación.

Por su parte, De Zubiría (2006) expone una visión de pedagogía dialogante que promueve la interacción, la participación activa y la construcción conjunta del conocimiento. Esta teoría aporta directamente a la formación integral, en tanto concibe al ser humano como sujeto activo en el aprendizaje y no como receptor pasivo. Para esta investigación, dicha perspectiva resulta central porque la convivencia entre adultos de la vereda Los Ángeles puede fortalecerse mediante prácticas pedagógicas que prioricen el diálogo, el respeto y la colaboración.

El clásico estudio de Huizinga (2007), en *Homo ludens*, plantea que el juego constituye un fenómeno cultural esencial y no una actividad secundaria. Esta visión permite comprender que las actividades recreativas no solo entretienen, sino que crean significados colectivos y

vínculos sociales duraderos. En términos de la variable, esto justifica la incorporación de dinámicas lúdicas como estrategias pedagógicas capaces de potenciar tanto la convivencia como los aprendizajes significativos en adultos.

En cuanto a las normas de convivencia, el Ministerio de Educación Nacional (2013) establece lineamientos para garantizar relaciones armónicas en instituciones educativas. Aunque están dirigidos a contextos escolares de niños y jóvenes, su pertinencia radica en que ofrecen criterios normativos adaptables a programas de educación de adultos. Desde un punto de vista ontológico, este referente concibe la convivencia como construcción colectiva, lo que refuerza la necesidad de aplicar estrategias pedagógicas recreativas que regulen la interacción social y fortalezcan el tejido comunitario.

Desde la perspectiva de formación integral, Tobón (2010) introduce el pensamiento complejo como base para comprender la educación y el desarrollo humano en todas sus dimensiones. Su propuesta articula currículo, didáctica y evaluación con una visión holística del ser humano. En el contexto de esta investigación, este referente fundamenta la variable al reconocer a los adultos mayores como sujetos con potencial de aprendizaje permanente, capaces de desarrollarse a través de experiencias recreativas que conecten lo cognitivo, lo social y lo emocional.

Por otro lado, Romero Morales (2010) aporta evidencia empírica al analizar los intereses recreativos de adultos mayores institucionalizados en Costa Rica. Sus resultados demuestran la importancia de programas adaptados a las características de esta población, mostrando cómo la recreación mejora la calidad de vida y fomenta la integración social. Este referente dialoga con la variable de estrategias pedagógicas recreativas, pues confirma que su diseño debe responder a las

necesidades específicas de los adultos, reconociéndolos ontológicamente como sujetos con expectativas propias y capacidad de agencia.

De manera complementaria, Torres López, Munguía Cortés, Aranda Beltrán y Salazar Estrada (2015) exploran las representaciones sociales de la salud mental en adultos mayores en México. El estudio visibiliza estigmas y percepciones negativas que afectan la autoestima y las relaciones sociales. Este aporte se vincula a la investigación porque sustenta la necesidad de estrategias pedagógicas recreativas que transformen dichas representaciones, promoviendo la convivencia, la inclusión y una visión ontológica positiva del adulto mayor como sujeto valioso en la comunidad.

En línea con lo anterior, el informe *GRALE 5* de la UNESCO (2022) destaca la importancia del aprendizaje y la educación a lo largo de la vida, resaltando que los adultos también requieren procesos formativos para la inclusión social y el desarrollo sostenible. Este marco internacional respalda la pertinencia del estudio al situar la recreación como parte del aprendizaje permanente. Ontológicamente, reconoce a los adultos como aprendices activos en cualquier etapa de la vida, lo cual se alinea con la pregunta de investigación.

Finalmente, investigaciones realizadas en la UNAD ofrecen aportes relevantes sobre la atención integral al adulto mayor. Montañó Rodríguez (2022), en un estudio sobre el programa Centro Día, evidencia cómo la recreación y el acompañamiento social mejoran la calidad de vida y la integración comunitaria. De igual manera, Caro Pineda (2025) analiza técnicas recreativas orientadas a prevenir el deterioro cognitivo en adultos mayores, mostrando beneficios tanto en lo cognitivo como en lo social. Ambos referentes confirman el valor de las estrategias recreativas como variables pedagógicas que contribuyen a la formación integral y a la convivencia,

consolidando al adulto mayor como un ser activo, capaz de aprender y de relacionarse en comunidad.

Referentes Técnicos

Un documento relevante en este apartado es *el 5th Global Report on Adult Learning and Education (GRALE 5): Adult learning and education – Resilience in times of crisis*, publicado por la UNESCO (2022). Este informe establece lineamientos internacionales sobre la relevancia de la educación de adultos como herramienta para promover inclusión, equidad y sostenibilidad social, en coherencia con los Objetivos de Desarrollo Sostenible. Asimismo, enfatiza la necesidad de consolidar programas educativos que integren enfoques recreativos y culturales, reconociendo que el aprendizaje no se limita a la escolaridad formal, sino que se extiende a lo comunitario y lo vivencial.

Su pertinencia para la presente investigación radica en que brinda un marco técnico-operativo que orienta la implementación de estrategias pedagógicas recreativas en comunidades como la vereda Los Ángeles. Al situar la recreación como parte integral del aprendizaje a lo largo de la vida, este documento sustenta la propuesta de fortalecer tanto la formación integral como la convivencia de los adultos a través de actividades educativas contextualizadas. En este sentido, el GRALE 5 no solo ofrece directrices de carácter internacional, sino que también legitima la necesidad de visibilizar a las poblaciones adultas en escenarios rurales, donde la educación se convierte en un vehículo de bienestar, cohesión social y resiliencia frente a los retos contemporáneos.

Referentes Legales

En el contexto colombiano, la Ley 1620 de 2013, mediante la cual se crea el Sistema Nacional de Convivencia Escolar, regula la promoción de ambientes de respeto, el ejercicio de la

ciudadanía y la resolución pacífica de conflictos (Congreso de la República de Colombia, 2013). Aunque su aplicación principal está dirigida a instituciones educativas de niños y jóvenes, esta normativa también aporta criterios pedagógicos y comunitarios adaptables a contextos no formales de educación de adultos. En el marco de esta investigación, la Ley 1620 fortalece la variable al legitimar la implementación de estrategias pedagógicas recreativas orientadas a la convivencia, y desde el aspecto ontológico, reconoce a los sujetos como actores capaces de transformar sus relaciones sociales a través del respeto, la comunicación y la participación activa.

En complemento, la Ley 1251 de 2008, por la cual se dictan normas tendientes a procurar la protección, promoción y defensa de los derechos de los adultos mayores (Congreso de la República de Colombia, 2008), constituye un referente legal esencial para esta investigación. Esta norma establece disposiciones orientadas a la inclusión social, el acceso a programas de recreación y el bienestar integral de las personas mayores, reconociéndolas como sujetos de derechos y no como receptores pasivos de asistencia. Así, respalda la variable al sustentar jurídicamente la pertinencia de desarrollar estrategias pedagógicas recreativas dirigidas a adultos, y desde la dimensión ontológica, aporta una visión del adulto mayor como ser activo, participativo y capaz de fortalecer tanto su formación integral como la convivencia en escenarios comunitarios, como es el caso de la vereda Los Ángeles.

Referentes Éticos

En esta investigación se salvaguardan principios éticos que garanticen el respeto, la dignidad y la integridad de los participantes. Se asegurará el consentimiento informado antes de la participación en las actividades pedagógicas, garantizando voluntariedad y confidencialidad de la información suministrada. Este proceso ético busca generar un clima de confianza entre los

investigadores y la comunidad, permitiendo que los participantes se sientan valorados, seguros y motivados a involucrarse en las actividades. Además, el cumplimiento de estos principios constituye un requisito indispensable para asegurar la validez y legitimidad de los resultados obtenidos, evitando prácticas que puedan vulnerar los derechos humanos o la integridad personal.

El estudio se fundamenta en la Declaración de Helsinki (Asociación Médica Mundial, 2013), que establece pautas internacionales para la investigación con seres humanos y que, en este caso, se adaptan al ámbito educativo y comunitario. Estos lineamientos respaldan la implementación responsable de estrategias pedagógicas recreativas, priorizando el bienestar físico, cognitivo y emocional de los adultos de la vereda Los Ángeles. Así, los referentes éticos orientan a diseñar actividades que fomenten la convivencia, promuevan relaciones saludables y faciliten aprendizajes comunitarios significativos.

Herramientas y Métodos

Enfoque y Tipo de Estudio

La presente investigación adopta un enfoque cualitativo, dado que busca comprender en profundidad cómo las estrategias pedagógicas recreativas contribuyen a la formación integral y a la convivencia de los adultos de la vereda Los Ángeles (Chinú, Córdoba) durante el segundo semestre de 2025. El interés central no se orienta a la medición numérica de variables, sino a la interpretación de significados, percepciones y experiencias que emergen en el contexto comunitario. En este sentido, se reconoce que la investigación cualitativa permite aproximarse a la realidad social desde la perspectiva de los propios actores, atendiendo a los significados que ellos atribuyen a sus prácticas cotidianas (Villamil Fonseca, 2003).

Dentro de este enfoque, el estudio se plantea como un estudio de caso, ya que se centra en una comunidad específica —los adultos de la vereda Los Ángeles—, analizando de manera detallada las prácticas pedagógicas y recreativas implementadas, así como sus efectos en la convivencia y el bienestar integral. El estudio de caso permite recoger información situada y contextualizada que favorece la construcción de conocimientos aplicables a realidades similares. La elección de este enfoque y tipo de estudio se justifica en la medida en que el fenómeno a investigar involucra dimensiones sociales, culturales y pedagógicas que requieren ser interpretadas desde la perspectiva de los propios actores.

Unidad de Análisis

La unidad de análisis de la presente investigación está conformada por los 5 adultos de la vereda Los Ángeles, en el municipio de Chinú, Córdoba, quienes participaran en actividades pedagógicas y recreativas durante el segundo semestre de 2025, la participación será voluntaria y se garantizará la confidencialidad de la información recolectada.

Técnicas para la Recolección de Datos

El proceso de recolección de datos se organizará en correspondencia con los objetivos específicos de la investigación, además se realizarán dos encuentros semanales de manera que cada técnica permita obtener información pertinente y suficiente para el análisis de las estrategias pedagógicas recreativas en la vereda Los Ángeles

Para el primer objetivo se tendrá en cuenta la observación directa durante el desarrollo de las actividades recreativas. Según Díaz-Bravo, Torruco-García, Martínez-Hernández y Varela-Ruiz (2013), la observación constituye un recurso flexible y dinámico que favorece la obtención de información rica en matices, permitiendo comprender percepciones, experiencias y expectativas de los participantes. El producto a analizar incluirá registros de observación consignados en diarios de campo.

Por otro lado, para el objetivo dos se aplicará la técnica de diarios reflexivos colectivos, donde los adultos registren sus experiencias, aprendizajes y sentimientos durante el desarrollo de las actividades, estos se hará de manera oral y el investigador realizará dicho diario reflexivo. Meneses Jiménez (2008) señala que el diario reflexivo constituye una herramienta cualitativa clave para reunir evidencias de la práctica social y educativa, además de permitir un proceso cíclico de reflexión sobre lo vivido. Adicionalmente, se tomarán fotografías de las sesiones

recreativas como evidencia del proceso de participación e interacción comunitaria. Estos insumos servirán para analizar dinámicas de cooperación y cohesión social.

Finalmente para el objetivo 3 se usaran cuestionarios post-experiencia y preguntas de valoración de competencias y percepciones. De acuerdo con Feria Ávila, Matilla González y Mantecón Licea (2020), la encuesta constituye métodos de indagación empírica que permiten explorar cambios percibidos en los sujetos de estudio, identificando transformaciones en sus relaciones sociales, su integración comunitaria y su desarrollo personal. El producto a analizar serán las respuestas sistematizadas de las preguntas y las transcripciones de las mismas.

Categorías para el Análisis de Datos

El análisis de los datos recolectados se estructurará en torno a categorías previamente definidas, coherentes con los objetivos de la investigación y con la perspectiva cualitativa adoptada. Estas categorías permiten organizar e interpretar la información, vinculándola con la variable central del estudio: las estrategias pedagógicas recreativas, y con el aspecto ontológico, orientado a la formación integral de los adultos de la vereda Los Ángeles. Dado que la investigación se desarrollará con cinco adultos de la vereda Los Ángeles, en el municipio de Chinú, Córdoba, los datos provendrán de tres fuentes principales: observaciones directas, diarios reflexivos colectivos (registrados por el investigador a partir de las experiencias orales de los participantes) y cuestionarios post-experiencia, complementados con fotografías como evidencia visual del proceso.

En correspondencia con estas técnicas, se proponen las siguientes categorías de análisis, por un lado están las percepciones sobre las estrategias pedagógicas recreativas, esta categoría busca identificar cómo los adultos comprenden, valoran y se apropian de las actividades implementadas. La información será obtenida principalmente a través de los cuestionarios post-

experiencia y los diarios reflexivos, donde se expresan las sensaciones, opiniones y aprendizajes individuales. Según Díaz-Bravo, Torruco-García, Martínez-Hernández y Varela-Ruiz (2013), la observación constituye un recurso flexible y dinámico que permite captar percepciones y experiencias de manera natural durante el desarrollo de las actividades.

La Convivencia comunitaria y relaciones sociales es también una categoría importante ya que se enfoca en analizar los cambios en la interacción, cooperación y resolución de conflictos entre los participantes. Se utilizarán los registros de observación y las fotografías como evidencias del nivel de participación y colaboración en las actividades. De acuerdo con Feria Ávila, Matilla González y Mantecón Licea (2020), las técnicas de indagación empírica, como la observación y los cuestionarios, permiten visibilizar transformaciones en las dinámicas sociales y en la integración comunitaria.

Además la reflexión personal y aprendizaje significativo es una categoría que se centra en la información consignada en los diarios reflexivos colectivos, donde se recogen las experiencias y aprendizajes expresados por los adultos durante el proceso, el autor Meneses Jiménez (2008) afirma que el diario reflexivo es una herramienta cualitativa que facilita la autoevaluación y la construcción de sentido, permitiendo identificar cómo los participantes relacionan la experiencia recreativa con su desarrollo personal y comunitario.

Finalmente la contribución al bienestar integral, busca valorar los aportes de las estrategias pedagógicas recreativas en los aspectos físicos, cognitivos y emocionales de los adultos participantes. Se analizarán las respuestas de los cuestionarios post-experiencia y las observaciones realizadas durante las sesiones, así como plantea Villamil Fonseca (2003), la investigación cualitativa en contextos comunitarios debe considerar al sujeto en su totalidad y en interacción con su entorno, integrando las dimensiones del bienestar humano en el análisis. Por

lo tanto, las categorías definidas permitirán realizar un análisis sistemático y profundo de los datos, garantizando que los hallazgos se alineen con la pregunta de investigación y ofrezcan conclusiones significativas sobre el papel de las estrategias pedagógicas recreativas en la formación integral y la convivencia comunitaria de los adultos de la vereda Los Ángeles.

Resultados

En esta sección se presentan de manera clara y detallada los hallazgos obtenidos en la investigación, organizados en tres apartados clave en coherencia con los objetivos específicos dispuestos: el acercamiento inicial de la población a la variable, los resultados derivados de la experimentación con la variable, y las variaciones observadas tras su implementación. Los hallazgos se presentan a continuación:

Acercamiento de la Población a la Variable

Durante la primera sesión, se realizó una fase de acercamiento con los cinco adultos participantes de la vereda Los Ángeles, con el propósito de identificar sus percepciones iniciales frente a las estrategias pedagógicas recreativas. En esta etapa, los registros de observación evidenciaron cierta confusión inicial ante las dinámicas propuestas; sin embargo, a medida que el facilitador fue orientando las actividades, los participantes comenzaron a mostrar interés, curiosidad y disposición para participar.

El primer ejercicio consistió en un bingo de frutas llamado “ABC de saberes”. Cada participante debía marcar las frutas mencionadas y, al completar una línea, responder una pregunta orientada a la reflexión, tales como su opinión sobre los talleres y actividades pedagógicas en adultos, como la educación puede contribuir al bienestar integral de las personas adultas y las enseñanzas valiosas que pueden compartir con los demás de esa experiencia de vida. Durante el desarrollo de esta actividad, se observó un ambiente participativo y alegre, los adultos reían, dialogaban y compartían experiencias personales.

Esta actividad permitió observar como los adultos reaccionan y participan frente a una dinámica pedagógica que combina lo recreativo con lo reflexivo, a través de este juego se logró observar cuando se mostraban motivados, tímidos, cooperativos o curiosos lo cual permitió

obtener información valiosa sobre su disposición al aprendizaje. Uno de los comentarios más representativos fue: “Me pareció divertida; al principio estábamos un poco confundidas con la dinámica, pero después fuimos entendiendo. Hubo interés y se vivió un momento diferente.” Lo cual coincide con lo planteado por Robinson Jay y Ramos Duharte (2010), quienes señalan que los resultados de una investigación deben reflejar no solo datos, sino también procesos de cambio y comprensión progresiva en los participantes, destacando la importancia de describir esa primera impresión y aproximación al objeto de estudio desde la experiencia vivida.

Experimentación

En la segunda fase se desarrolló una segunda actividad que permitió experimentar de manera directa con las estrategias pedagógicas recreativas, promoviendo la cooperación, la creatividad y la expresión oral, esta consistió en la creación colaborativa de historias a partir de imágenes. Cada participante debía iniciar o continuar una narración oral utilizando una figura como inspiración, lo que fomentó la imaginación, la escucha activa y el trabajo conjunto. Las observaciones reflejaron una evolución en la confianza y espontaneidad de los adultos, quienes participaron con entusiasmo y demostraron habilidades comunicativas fortalecidas.

Posteriormente, en la segunda clase o sesión se aplicó la dinámica de serpientes y escaleras, adaptada al contexto pedagógico. Cada vez que un participante caía en una casilla gris, debía responder una pregunta de reflexión sobre los talleres, tales como lo que más disfrutó el participante, aprendizajes sobre ellos mismos y el valor que pueden fortalecer con esas convivencias. El juego se convirtió en un espacio de aprendizaje compartido, donde la competencia sana y el diálogo promovieron la cohesión grupal y la autoobservación. Los diarios reflexivos del investigador consignaron momentos de risa, apoyo mutuo y expresión emocional,

evidenciando que las estrategias recreativas funcionaron como mediadoras del aprendizaje significativo.

Identificación de Variaciones

Tras la implementación de las estrategias pedagógicas recreativas, se evidenciaron cambios notables en las actitudes, percepciones y comportamientos de los adultos participantes. En la última sesión se desarrolló la actividad denominada “La Flor de Reflexión”, donde cada participante escribió en los pétalos de una flor sus aprendizajes, descubrimientos y emociones surgidos durante el proceso algunas de sus respuestas fueron sobre como aprendieron a trabajar en grupo, la pérdida del miedo a participar y su gusto al compartir con los demás.

A partir de los cuestionarios post-experiencia y los registros observacionales, se identificaron variaciones positivas en la disposición hacia la participación, el fortalecimiento de valores comunitarios y el reconocimiento del aprendizaje como una experiencia significativa y emocionalmente gratificante. En concordancia con lo expuesto por Robinson Jay y Ramos Duharte (2010), los resultados de una investigación deben mostrar cómo el proceso formativo transforma la realidad estudiada y genera aportaciones concretas al desarrollo humano y educativo, lo cual se refleja en los cambios observados en los adultos de la vereda Los Ángeles.

Análisis y Discusión

Los hallazgos se organizan en correspondencia con los objetivos específicos planteados y las técnicas de recolección de datos utilizadas, como la observación directa, los diarios reflexivos y los cuestionarios post-experiencia. Desde una perspectiva ontológica, el estudio enfoca al reconocimiento del ser humano como alguien activo en la construcción de conocimientos y del tejido social, valorando sus experiencias y saberes como parte esencial del proceso educativo. Este enfoque permite analizar los resultados no solo en términos de participación y aprendizaje, sino también en relación con lo humano, social y comunitario que nacen durante las prácticas recreativas.

En la etapa inicial, los registros evidenciaron una participación moderada y cierta reserva frente a las actividades propuestas. Esta reacción coincidió con lo esperado en contextos donde no existen antecedentes de talleres recreativos dirigidos a población adulta. Sin embargo, conforme avanzaron las sesiones, se observó un cambio progresivo en el ambiente grupal. Las dinámicas recreativas facilitaron la interacción espontánea, el diálogo y la cooperación, lo que fortaleció la confianza entre los participantes. Estos comportamientos dan soporte a la idea planteada por Robinson Jay y Ramos Duharte (2010), quienes explican que los procesos educativos transforman las experiencias y generan cambios sostenidos cuando los sujetos se sienten involucrados y valorados.

Durante la fase de experimentación, las actividades recreativas cambiaron positivamente la dinámica del grupo, creando un ambiente de confianza y colaboración, además de estimular la creatividad y la expresión emocional. Los adultos se vieron como participantes activos y más solidarios. Esto confirma lo que dice Meneses Jiménez (2008) sobre cómo las estrategias reflexivas y vivenciales transforman las experiencias en aprendizaje significativo y también

apoya las teorías que afirman que el juego y la recreación son excelentes para aumentar la autoconfianza y la cooperación del grupo.

Otro hallazgo relevante tiene que ver con la manera en que los adultos resignificaron su participación. En un inicio, algunos expresaban timidez o inseguridad frente a las actividades; sin embargo, con el paso de las sesiones se evidenció mayor fluidez en la expresión, así como interés por continuar participando. Este cambio se relaciona con la noción de bienestar integral planteada por Villamil Fonseca (2003), quien sostiene que el desarrollo humano implica atender dimensiones emocionales, sociales y cognitivas de manera articulada. Los participantes manifestaron sentirse más tranquilos, acompañados y motivados, lo que evidencia la influencia positiva de las estrategias recreativas en su estado emocional.

Si bien los resultados fueron favorables, también surgieron limitaciones propias del contexto. El tamaño reducido del grupo (cinco participantes) y el tiempo limitado de intervención dificultan la posibilidad de generalizar los hallazgos a otras comunidades. A pesar de ello, la información obtenida resulta valiosa para comprender el papel que puede desempeñar la recreación en entornos rurales donde los recursos son limitados, pero la disposición comunitaria es alta. Estos hallazgos aportan al conocimiento existente sobre educación de adultos y responden a la necesidad de promover estrategias más humanas y contextualizadas, tal como lo sugieren los lineamientos internacionales de la UNESCO (2022).

Por otro lado, los resultados demuestran que las actividades recreativas son una herramienta eficaz para el aprendizaje significativo en adultos, sobre todo en zonas rurales, pues promueven la participación, la cooperación y el sentido de pertenencia, fortaleciendo así el tejido social. Estas conclusiones son valiosas porque ofrecen a docentes y líderes comunitarios una guía para incorporar metodologías más lúdicas y adaptadas a la cultura local. Además, sirven de

insumo para que organizaciones y gobiernos diseñen políticas públicas que utilicen la recreación comunitaria como estrategia de inclusión y bienestar social.

Finalmente, la aplicación de estrategias recreativas en la vereda Los Ángeles logró transformaciones importantes en los participantes, mejorando su motivación, habilidades sociales y el sentido de comunidad. Esto confirma que el aprendizaje va más allá del aula y nace de experiencias compartidas que unen la emoción, la reflexión y la acción. Para el futuro, se propone investigar cómo aplicar estas estrategias en otros grupos o culturas, analizar su implementación a largo plazo en la ciudadanía, y estudiar la combinación de recreación y tecnología para mejorar la inclusión educativa rural.

Conclusiones y Recomendaciones

Los resultados obtenidos permiten afirmar que las estrategias pedagógicas con enfoque recreativo generaron un efecto positivo en la participación y motivación de los adultos de la vereda Los Ángeles. Las dinámicas implementadas promovieron el trabajo colaborativo, el respeto mutuo y un ambiente de confianza que fortaleció la convivencia comunitaria. De esta manera, se alcanzaron los objetivos propuestos porque se evidencia que la recreación puede ser un medio efectivo para el aprendizaje y la integración social. Tal como sostiene Colmélica (2022), las actividades recreativas contribuyen al bienestar emocional y fortalecen los lazos sociales, favoreciendo la salud mental y la interacción en comunidad.

La recreación también contribuyó de manera significativa al desarrollo personal de los participantes. A través de las dinámicas lúdico-pedagógicas, los adultos expresaron emociones, descubrieron habilidades y reconocieron la importancia de interactuar con otros desde el respeto y la empatía. Este proceso refleja los aportes de Tobón (2010), quien plantea que la formación integral no se limita a los aprendizajes cognitivos, sino que también abarca dimensiones humanas como la motivación, la autoestima y la valoración del otro.

En relación con los objetivos del estudio, se identificó que la implementación de actividades recreativas favoreció la convivencia y la comunicación entre los miembros del grupo. Aunque inicialmente hubo dudas o inseguridades, la participación aumentó conforme avanzaban las sesiones, lo que evidencia que las estrategias basadas en el juego pueden fortalecer habilidades sociales, promover el trabajo colaborativo y mejorar la disposición hacia nuevos aprendizajes. Este resultado se alinea con lo señalado por Torres López et al. (2015), quienes destacan la relevancia de la recreación para fortalecer la salud emocional y el sentido de pertenencia en adultos.

A partir de los resultados obtenidos, se recomienda fortalecer la implementación de actividades pedagógicas recreativas orientadas a la población adulta. Estas actividades deberían adaptarse a las características, intereses y necesidades de las comunidades rurales, promoviendo espacios dinámicos que valoren los saberes previos y motiven la participación. También se sugiere diversificar las metodologías utilizadas, integrando estrategias como el trabajo colaborativo, ejercicios de memoria, dinámicas de expresión creativa y actividades orientadas a la resolución de problemas, con el fin de estimular diferentes habilidades cognitivas y socioemocionales. De igual manera, sería pertinente incluir el uso de recursos tecnológicos sencillos cuando el contexto lo permita para ampliar las oportunidades de aprendizaje y comunicación.

Finalmente, para futuras investigaciones, se recomienda ampliar el número de participantes y extender el tiempo de intervención, con el propósito de obtener resultados comparativos y más consistentes. Asimismo, sería valioso incorporar técnicas mixtas de recolección de información que permitan profundizar en aspectos como la autoestima, la motivación, las redes de apoyo social y las condiciones de vida que influyen en el aprendizaje adulto. La integración de enfoques cualitativos y cuantitativos contribuiría a una comprensión más completa del impacto de la recreación en la vida comunitaria.

Referencias Bibliográficas

- Asociación Médica Mundial. (2013). *Declaración de Helsinki: Principios éticos para las investigaciones médicas en seres humanos*. <https://www.wma.net/es/policies-post/declaracion-de-helsinki-de-la-amm-principios-eticos-para-las-investigaciones-medicas-en-seres-humanos/>
- Colmédica. (2022, enero 7). Terapia recreativa: una apuesta por la salud mental del adulto mayor. Vivir Bien Colmédica. <https://www.vivirbiencolmedica.com/2022/01/07/terapia-recreativa-una-apuesta-por-la-salud-mental-del-adulto-mayor/>
- Díaz-Bravo, L., Torruco-García, U., Martínez-Hernández, M., & Varela-Ruiz, M. (2013). La entrevista, recurso flexible y dinámico. *Investigación en educación médica*, 2(7), 162-167. <https://www.scielo.org.mx/pdf/iem/v2n7/v2n7a9.pdf>
- Feria Ávila, H., Matilla González, M., & Mantecón Licea, S. (2020). La entrevista y la encuesta: ¿Métodos o técnicas de indagación empírica? *Didasc@lia: Didáctica y Educación*, 11(3), 190-210. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7692391>
- Huizinga, J. (2007). *Homo ludens: El juego como elemento de la cultura* (E. Ímaz, Trad.; 6.^a reimp.). Alianza Editorial. <https://cursoshistoriavdemexico.wordpress.com/wp-content/uploads/2019/07/huizinga-johan-homo-ludens.pdf>
- Ministerio de Educación Nacional. (2013). *Manual de convivencia escolar*. MEN. <https://www.mineducacion.gov.co/portal/Preescolar-basica-y-media/Proyectos-de-Calidad/322486:Ley-de-Convivencia-Escolar>
- Meneses Jiménez, M. T. (2008). La reflexividad como herramienta de investigación cualitativa (III). El diario reflexivo como herramienta de práctica reflexiva. *NURE Investigación*, (32), 1-8. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7778987.pdf>

- Romero Morales, G. (2010). Análisis de necesidades e intereses recreativos de las personas adultas mayores del albergue San José Obrero, del cantón de Siquirres: propuesta recreativa. *Revista Educación*, 34(2), 43-60.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=44015704008>
- Robinson Jay, F., & Ramos Duharte, D. (2010). *Un acercamiento a la elaboración del resultado de la investigación como aporte científico para noveles docentes*. *Revista Información Científica*, 66(2), 1–9. Universidad de Ciencias Médicas de Guantánamo.
<https://www.redalyc.org/pdf/5517/551757305015.pdf>
- Tobón, S. (2010). Formación integral y competencias: Pensamiento complejo, currículo, didáctica y evaluación (3ª ed.). ECOE Ediciones. Recuperado de
https://www.researchgate.net/profile/Sergio_Tobon4/publication/319310793_Formacion_integral_y_competencias_Pensamiento_complejo_curriculo_didactica_y_evaluacion/link/s/59a2edd9a6fdcc1a315f565d/Formacion-integral-y-competencias-Pensamiento-complejo-curriculo-didactica-y-evaluacion.pdf
- Torres López, T. M., Munguía Cortés, J. A., Aranda Beltrán, C., & Salazar Estrada, J. G. (2015). Representaciones sociales de la salud mental y enfermedad mental de población adulta de Guadalajara, México. *CES Psicología*, 8(1), 81-96.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=423539425005>
- UNESCO. (2022). 5th Global Report on Adult Learning and Education (GRALE 5). UNESCO Institute for Lifelong Learning. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000381709>
- Zubiría, J. (2006). Los modelos pedagógicos: Hacia una pedagogía dialogante (2.ª ed.). Editorial Magisterio. <https://bibliotecadigital.magisterio.co/libro/los-modelos-pedag-gicos-hacia-una-pedagog-dialogante>

Apéndices

Apéndice A

Muestras de investigación

https://unadvirtualedu-my.sharepoint.com/:f:/g/personal/jjblancoan_unadvirtual_edu_co/Ehh3geAwhT1BvE6klITg2oBwtCkFjNun7IrOIehM8Gf7g?e=It3KX9