



RREDSI

Red Regional de
Semilleros de Investigación

CAPÍTULO XII

La vulneración del derecho a la recreación, el deporte y el ocio en una institución pública del municipio de Pereira¹

The Violation of the Right to Recreation,
Sports, and Leisure in a Public Institution
in the Municipality of Pereira

Diana Marcela Impatá Álvarez²

Elizabeth Rivera González³

Paula Andrea Pérez Martínez⁴

Corporación Universitaria Minuto de Dios

Resumen

Esta investigación nace en el marco del proyecto denominado “Restitución de derechos humanos fundamentales de los niños y las niñas de los grados cuarto y quinto del Centro Educativo Puerto Caldas, desde la ciudadanía y la democracia mediante contenidos transmedia”, en el cual se indaga cómo a partir de la aplicación de una secuencia didáctica desde las ciencias sociales y bajo la metodología activa de Aprendizaje Basado

- 1 Este capítulo es resultado del trabajo investigativo desarrollado en los estudios de pregrado.
- 2 Licenciada en Pedagogía de Infantil de la Universidad Tecnológica de Pereira, Magister en Educación de la Universidad Tecnológica de Pereira, Candidata a doctora en formación en diversidad de la Universidad de Manizales. dimpataalva@uniminuto.edu.co
- 3 Licenciada en Pedagogía de Infantil de la Universidad Tecnológica de Pereira, Magister en Educación de la Universidad Tecnológica de Pereira, Candidata a doctora en formación en diversidad de la Universidad de Manizales. eriveragon1@uniminuto.edu.co
- 4 Estudiante programa Licenciatura en Educación Infantil Corporación Universitaria Minuto de Dios. Paula.perez-m@uniminuto.edu.co

en Problemas (ABP) sobre el reconocimiento de los derechos humanos fundamentales, emerge el derecho a la recreación, deporte y ocio como un interés permanente de los niños y las niñas, evidenciando diferentes situaciones vulneradoras del mismo en acciones cotidianas del contexto. Esta investigación está basada en el método cualitativo, se sustenta a partir del uso de la Investigación-Acción Educativa (IAE), por tal motivo, es clave hacer énfasis en que desde allí se combinan dos procesos; el de conocer y el de actuar; implicando en ambos a la población cuya realidad se aborda y se impacta.

En una sociedad como en la que nos desenvolvemos, permeada por la vulneración de los derechos humanos fundamentales, los cuales se ven a diario infringidos por las realidades propias del contexto, como el conflicto armado, la pobreza, el desplazamiento forzado, la movilización humana en términos de emigrantes y, sobre todo, por la falta de pedagogía para la paz. De esta manera, hace que se tome conciencia acerca de cómo se debe educar para la ciudadanía y la democracia en contextos reales y de inmersión social.

Palabras clave: derechos humanos, escuela, recreación, deporte y ocio, vulneración de derechos

Abstract

This research is born in the framework of the project called “Restitution of fundamental human rights of boys and girls of the fourth and fifth grades of the Puerto Caldas Educational Center, from citizenship and democracy through transmedia content”, in which, This research investigates how the application of a didactic sequence from the social sciences and under the active methodology of Problem Based Learning (PBL) on the recognition of fundamental human rights, emerges the right to recreation, sports and leisure as a permanent interest in children, evidencing different situations that violate it in daily actions of the context. This research is based on the qualitative method, it is sustained from the use of Educational Action

Research (EAR), for this reason, it is key to emphasize that from there two processes are combined; that of knowing and that of acting; involving in both the population whose reality is approached and impacted.

In a society such as the one in which we live, permeated by the violation of fundamental human rights, which are infringed daily by the realities of the context as the armed conflict, poverty, forced displacement, human mobilization in terms of migrants and especially by the lack of pedagogy for peace, thus, makes us aware of how to educate for citizenship and democracy in real contexts and social immersion.

Keywords: human rights, school, recreation, sport and leisure, violation of rights

Introducción

La escuela es uno de los espacios donde los niños fortalecen sus capacidades y desarrollan sus habilidades para convertirse en ciudadanos fructíferos y competitivos y, a su vez, transfigurar las prácticas establecidas que se reproducen en el mundo. De esta manera, es necesario encontrar técnicas adecuadas que tiendan a permitirles las garantías que necesitan para caracterizarse, representarse, autodeterminarse, descubrirse y construirse como sujetos de derecho, consecuente y transformador de realidades, fenómenos sociales y culturales, que contribuyan a su crecimiento intelectual y personal desde una visión individual y colectiva. Así, el proyecto “Restitución de derechos humanos fundamentales de niños y niñas de cuarto y quinto grado del Centro Educativo de Puerto Caldas, desde la ciudadanía y la democracia a través de contenidos transmedia” surge como respuesta a la problemática encontrada en las aulas reales, desde la preocupación sobre la vulneración del derecho a la recreación de los niños en la escuela, derecho fundamental que les permite disfrutar de su tiempo libre y el desarrollo de actividades recreativas y deportivas que favorezcan su desarrollo integral. En palabras de Álvarez (2019), el deporte

permite tener una sociedad más tolerante, puede facilitar la integración social y servir de apoyo al diálogo intercultural.

La falta de espacios adecuados para la recreación, la ausencia de materiales y recursos necesarios, así como la falta de personal capacitado para la implementación de programas recreativos, son algunas de las barreras que impiden que los niños ejerzan plenamente este derecho en el ámbito escolar. Es importante reconocer que la recreación no solo tiene un valor lúdico, sino que también contribuye al aprendizaje, al fortalecimiento de habilidades socioemocionales y al desarrollo de la creatividad y la imaginación. En este sentido, es necesario promover y garantizar el derecho de los niños a la recreación en la escuela como elemento clave para su formación integral y pleno desarrollo como personas. A lo que Osorio *et al.* (2022) denominan como una interdisciplinariedad esencial que busca una integración de conocimientos aplicados dependiendo del contexto.

El Centro Educativo de Puerto Caldas se ha convertido en el escenario donde se evidencian las realidades de la población, estas incluyen la pobreza, el hambre, los altos índices de analfabetismo, la falta de agua potable, los insuficientes servicios de salud, el abandono total o parcial de los padres, el inicio de la vida sexual a temprana edad, embarazos en adolescentes, déficit de atención, falta de afecto, baja autoestima, agresividad, trastornos alimentarios, entre otros. A esto se suma la exacerbación de los conflictos intrafamiliares, la violencia, el desarraigo cultural y la falta de un proyecto de vida sostenido en el tiempo (CUMIS, 2011). Es en este contexto donde la implementación del proyecto para el reconocimiento de los derechos humanos fundamentales evidencia la necesidad e interés de la niñez por reconocer las diferentes situaciones de vulneración del derecho a la recreación, el deporte y el ocio. Es, por tanto, necesario analizar las barreras y desafíos que impiden el pleno ejercicio de este derecho en el ámbito escolar, así como identificar estrategias y soluciones para garantizar el derecho a la recreación y al deporte de todos los estudiantes, independientemente de su situación socioeconómica y cultural.

Ante esto, los derechos humanos son aspectos relevantes y propios de la vida de cada ciudadano, y es a partir del reconocimiento de los mismos que logra ser un individuo integral dentro de una sociedad en la que deja de lado su individualidad. Además, los derechos humanos representan la forma en la que esperamos ser tratados, el trato digno que merecemos como personas y que debemos dar a otras (Rubio, 2022). Por estas razones, es indispensable realizar un trabajo social y colectivo, que permita asumir uno de estos roles independientemente de sus condiciones particulares. A partir de lo anterior, debemos pensar en el restablecimiento de los derechos ante cualquier situación que pueda vulnerarlos, teniendo en cuenta la percepción crítica y reflexiva de los mismos.

Este proyecto se enfoca en reconocer la importancia y las diferentes situaciones que niños y niñas de una institución pública de Pereira visualizan como vulneradores de su derecho a la recreación, el deporte y el ocio, de manera que trabajar este derecho es fundamental para promover la integración integral y el desarrollo de las personas, especialmente en el caso de niños en edad escolar y jóvenes. Este derecho es reconocido por organismos internacionales como la Organización de las Naciones Unidas (ONU) y la Organización de Estados Americanos (OEA) como un derecho fundamental para todas las personas, independientemente de su origen, género, raza o condición social.

La recreación, el deporte y el ocio no son solo actividades recreativas y de entretenimiento, sino que también son importantes para el desarrollo físico, mental y emocional de las personas. En palabras de Ruiz (2022), es una manera de conocerse a sí mismo, con límites y alcances. Se trabaja la autoestima, el autoconcepto, el esquema corporal, las nociones visoespaciales, entre otras habilidades.

El ejercicio físico, por ejemplo, ayuda a prevenir enfermedades crónicas, mejora la salud cardiovascular, fortalece huesos y músculos y ayuda a controlar el peso corporal. Además, las actividades recreativas y deportivas

también contribuyen al desarrollo de habilidades sociales, como el trabajo en equipo, la empatía, la tolerancia y el respeto por los demás.

Sin embargo, en muchos casos existen barreras y desafíos que impiden el pleno ejercicio de este derecho, especialmente para aquellos estudiantes que provienen de contextos socioeconómicos desfavorecidos. Por esta razón, trabajar en torno al derecho a la recreación, el deporte y el ocio implica no sólo garantizar el acceso a actividades recreativas y deportivas, sino también promover un enfoque inclusivo y equitativo que permita a todos los estudiantes disfrutar plenamente de este derecho.

Materiales y métodos

La investigación se sustenta en una perspectiva metodológica de enfoque cualitativo, es decir, “una actividad sistemática orientada a la comprensión profunda de los fenómenos educativos y sociales, a la transformación de prácticas y escenarios socioeducativos, a la toma de decisiones y también hacia la descubrimiento y desarrollo de un cuerpo organizado de conocimientos” (Santisteban, 2003, pp 479). Asimismo, contempla una ruta de navegación que establece un método de Investigación-Acción Educativa (IAE), que busca comprender en profundidad los fenómenos educativos y sociales, transformar prácticas y procesos socioeducativos, escenarios, tomar decisiones y descubrir conocimientos organizados, para esto la investigación contempla algunas fases metodológicas: primero, la fase de sensibilización y caracterización, esto implica la comunicación con docentes y directivos para presentar la propuesta e invitarlos a participar, así como la selección de los estudiantes con quienes trabajaremos. En la segunda fase, de problematización y diagnóstico, se identifican situaciones cotidianas que vulneran los derechos humanos y se elaboran casos para trabajar con la metodología de Aprendizaje Basado en Problemas.

De esta manera, se continuó con la fase de diseño y ejecución de la secuencia didáctica, para lo cual los investigadores y pasantes viajaron a la comunidad durante un día completo de intervención por semana, y cada

semana se implementó un derecho diferente, teniendo en cuenta los pasos del PBA.

Presentación del caso: se les mostró o leyó la situación problemática de los personajes del caso (Salvador y Libertad), se analizó en grupo, luego cada grupo de trabajo realizó una lluvia de ideas y los docentes-practicantes brindaron la búsqueda de información mediante vídeos, periódicos o diapositivas.

Finalmente, en grupos, los estudiantes organizaron su solución al problema para poder difundir sus soluciones. La última fase metodológica de la investigación implica el análisis, interpretación y evaluación del impacto, para lo cual se recolecta información a lo largo del proceso de investigación mediante los instrumentos de recolección de datos y se analiza mediante el método de codificación y categorización que, según Creswell “Es una técnica de análisis de datos que involucra la identificación y clasificación de patrones temáticos en los datos recolectados” (2014 pp 178). En este proceso se asignan códigos a los datos, lo que permite organizarlos y agruparlos en categorías temáticas. Luego, estas categorías se utilizan para hacer inferencias y generalizaciones sobre los datos, lo que facilita la interpretación de los resultados de la investigación. El proceso de codificación y categorización es fundamental en la investigación cualitativa y es una herramienta clave para el análisis de datos en los estudios de ciencias sociales.

Técnicas e instrumentos para la recolección de datos

Para la recolección de información se utilizó como técnica la observación participante, la cual como mencionan Lofland & Lofland “se define como una técnica en la que el investigador se involucra en la actividad o situación que se estudia, permitiéndole recolectar información. Desde dentro, y obteniendo así una comprensión profunda y detallada de los fenómenos observados” (Lofland & Lofland, 1995, pp 275). De esta técnica surgieron los siguientes instrumentos para la recolección de datos:

Secuencia didáctica: “A través de una secuencia didáctica adecuada, es posible diseñar y planificar actividades que permitan el logro de los objetivos educativos y el aprendizaje significativo de los estudiantes” (García & Flores, 2019: 65). Este instrumento permite estructurar el proceso educativo de manera que los objetivos de aprendizaje se alcancen de forma efectiva, asegurando que los estudiantes puedan construir conocimientos de manera progresiva y coherente.

Diarios de campo: “A través del diario de campo se registraron las observaciones y reflexiones del investigador sobre las experiencias y situaciones surgidas durante el proceso de observación participante, lo que permitió un registro detallado y sistemático de los datos y la posibilidad de profundizar en el análisis de los datos” (Álvarez & Delgado, 2017: 45). Este instrumento se aplica de forma individual al final de cada intervención en el aula, siendo fundamental para documentar las experiencias y situaciones observadas, proporcionando un recurso valioso para el análisis posterior.

Cuestionarios: Este instrumento es versátil y puede ser utilizado tanto para obtener datos cuantitativos como cualitativos. La aplicación de cuestionarios al inicio y al final del proyecto permite evaluar el impacto de las intervenciones y medir cambios en las percepciones o conocimientos de los participantes. “El cuestionario es una herramienta de recolección de datos que consta de una serie de preguntas realizadas a los participantes con el fin de obtener información sobre un tema específico” (Hernández *et al.*, 2014: 125). Este instrumento se aplicó al inicio y al final del proyecto para visualizar su impacto.

La información recopilada durante el proceso de investigación es analizada, interpretada y evaluada mediante el método de codificación, categorización e interpretación mediante la transcripción de material cualitativo con el apoyo del software NVivo, lo que permite automatizar la fase de interpretación, garantizando objetividad y confiabilidad en los datos que contienen rendimientos.

Resultados y discusión

Una vez analizada la información recopilada a través de la categorización y triangulación de estos datos, se establece que el derecho humano que los niños identifican con mayor nivel de vulnerabilidad según las situaciones cotidianas del contexto es la recreación, el deporte y el ocio. Por ello, se revisa a la luz de las categorías/agentes del yo, la escuela, la familia y el Estado.

- Identificación de situaciones que vulneran el derecho de los niños a la recreación, el deporte y el ocio para su posterior restitución.
- Articulación desde la secuencia didáctica con elementos pedagógicos para la resolución de problemas sociales relacionados con el derecho de los niños a la recreación, el deporte y el ocio, teniendo en cuenta la ciudadanía y la democracia.
- Los estados reconocen el derecho del niño al descanso y al esparcimiento, a participar en juegos y actividades recreativas apropiadas a su edad y a participar libremente en la vida cultural (Convención Internacional sobre los Derechos del Niño, 1991), el derecho a la recreación y el ocio no pueden ser tratados como un simple juego para los niños, al contrario, a través de ellos se busca desarrollar personalidades más creativas e independientes y así poder mejorar sus condiciones de vida.

Discusión

La vulneración del derecho a la recreación, el deporte y el ocio, tal como lo expresan los propios niños, evidencia no solo un problema individual, sino una realidad estructural que afecta a múltiples aspectos de su desarrollo, a través de sus voces, se pueden identificar distintas barreras que limitan el acceso a estos derechos fundamentales.

Por ejemplo, el testimonio del Niño 1: “Mi mamá no me deja jugar porque tenemos que hacer rastrojo para ayudar en casa”, evidencia cómo las responsabilidades laborales y domésticas recaen en los niños desde edades

tempranas, limitando su derecho al tiempo libre; en contextos rurales o de bajos ingresos, este tipo de actividades son comunes, donde el trabajo infantil, aunque no sea reconocido como tal, afecta su desarrollo físico y emocional, interfiriendo con la posibilidad de disfrutar del juego como un espacio de aprendizaje y crecimiento, este es un claro reflejo de cómo las familias, ante la falta de apoyo estatal y económico, se ven obligadas a priorizar la supervivencia por encima del bienestar emocional y recreativo de los niños.

Asimismo, el Niño 2 relata: “Mi mamá no me deja jugar hasta que termine de limpiar la casa y lavar la ropa”. Este tipo de declaraciones muestran cómo las responsabilidades del hogar impuestas a los niños se convierten en una barrera directa para el disfrute de su tiempo de ocio, es importante señalar que el juego no es un lujo, sino una necesidad básica para su desarrollo integral, como lo señala la Convención Internacional sobre los Derechos del Niño (1991), el tiempo dedicado al trabajo doméstico limita las oportunidades de socialización y recreación, aspectos fundamentales para su desarrollo emocional y social.

La inseguridad también juega un papel crucial en la limitación del acceso a la recreación, tal como lo señala el Niño 3: “Mis papás no me dejan salir a jugar porque tienen miedo de que me pierda o lastime con algo”. En este caso, la percepción de riesgo en los entornos en los que viven los niños afecta directamente su libertad de movimiento y de juego; las familias, preocupadas por la falta de seguridad en las calles, optan por restringir las actividades recreativas, lo que lleva a una sobreprotección que, aunque comprensible, también resulta en la vulneración de sus derechos, esto subraya la responsabilidad del Estado en garantizar entornos seguros y adecuados para el esparcimiento infantil, ya que la falta de espacios públicos seguros es una barrera evidente para la recreación.

A nivel escolar, también surgen limitaciones. Como expresó el Niño 4: “En el colegio solo nos dejan jugar un ratito de vez en cuando y siempre son los mismos juegos”, lo que pone en evidencia que incluso en el

contexto educativo, el tiempo de recreación es restringido y poco diverso; la monotonía en las actividades recreativas y la falta de tiempo suficiente para el esparcimiento pueden generar en los niños frustración y desinterés, afectando su bienestar emocional. Es necesario que las instituciones educativas reconozcan el valor del juego no solo como una pausa en el aprendizaje académico, sino como una herramienta fundamental para el desarrollo de habilidades sociales, físicas y cognitivas, la implementación de secuencias didácticas que integren el juego como un proceso activo de aprendizaje, tal como lo proponen García y Flores (2019), resulta esencial para fomentar la participación activa, la creatividad y el desarrollo integral de los niños.

Además, el Niño 5 comentó: “Mi mamá no me deja jugar hasta que termine todos mis deberes”, lo que refleja cómo, incluso en entornos escolares, la sobrecarga de tareas académicas puede interferir en el derecho al ocio y la recreación, aunque la educación es un derecho fundamental, es igualmente importante que los niños tengan un equilibrio entre las responsabilidades escolares y el tiempo de juego; la recreación no solo debe verse como un premio tras cumplir con las obligaciones, sino como una parte esencial del desarrollo que contribuye a su salud mental y física.

Finalmente, el testimonio del Niño 6 destaca la dimensión emocional de esta privación: “Me siento triste porque no puedo jugar ni estar con otros niños”, esta voz pone de manifiesto cómo la falta de recreación y de interacción social impacta negativamente el bienestar emocional de los niños. La recreación y el juego no solo son una vía para el entretenimiento, sino un espacio donde los niños pueden expresar emociones, construir relaciones interpersonales y desarrollar habilidades que les serán útiles a lo largo de sus vidas.

Propuestas y recomendaciones

A partir de estas voces, se pueden proponer varias soluciones que contribuyan a restituir el derecho a la recreación, el deporte y el ocio

en los niños. En primer lugar, es esencial que se fortalezcan las políticas públicas orientadas a proporcionar espacios seguros y accesibles para la recreación infantil, tanto en las escuelas como en los barrios, especialmente en comunidades vulnerables.

El Estado tiene el deber de garantizar que todos los niños, independientemente de su contexto, tengan acceso a áreas recreativas que favorezcan su desarrollo integral, además, es necesario trabajar con las familias para concienciarlas sobre la importancia del juego en el desarrollo de sus hijos.; los programas de formación para padres podrían ser útiles para enseñarles a equilibrar las responsabilidades del hogar y la escuela con el derecho de los niños al ocio. Asimismo, sería beneficioso que las instituciones educativas implementen estrategias pedagógicas que integren el juego como parte del proceso de enseñanza, fomentando tanto el aprendizaje como el bienestar emocional de los estudiantes.

En síntesis, los resultados de esta investigación, enriquecidos con las voces de los niños, muestran claramente cómo la recreación, el deporte y el ocio son derechos vulnerados en sus vidas cotidianas. Esta vulneración afecta no solo su bienestar físico, sino también su desarrollo emocional y social, subrayando la necesidad de una intervención que involucre a las familias, las escuelas y el Estado para garantizar estos derechos fundamentales.

Conclusiones

Los niños perciben a la familia (padres, madres, hermanos), a la escuela (compañeros y profesores), al Estado (instituciones, fundaciones) y a ellos mismos como agentes vulneradores de su derecho a la recreación, el deporte y el ocio.

Los estudiantes reconocen el concepto de restitución de derechos, a partir de la adquisición de información y herramientas en torno a la protección del derecho a la recreación, el deporte y el ocio.

La gestión didáctica del Aprendizaje Basado en Problemas, transversal con el área escolar de ciencias sociales, facilita el abordaje y comprensión de los derechos humanos y las posibilidades de aplicar lo aprendido en diversas situaciones de la vida escolar, familiar y social.

La enseñanza de los derechos humanos en la educación primaria es fundamental, porque contribuye a que los niños se asuman como sujetos titulares de derechos, capaces de identificar situaciones de vulneración en sí mismos y en los demás, buscando así su reconocimiento.

Luego de aplicar la secuencia didáctica a niños de cuarto y quinto grado mediante la metodología ABP, los hallazgos fueron documentados a través de una matriz de evaluación del discurso utilizando escalas de valores para identificar el nivel de conocimiento de las posibles rutas y canales de solución, cuando se identifica un derecho fundamental como vulnerado.

Los resultados de esta investigación ponen en evidencia una clara y sistemática vulneración del derecho de los niños a la recreación, el deporte y el ocio, más allá de la identificación de barreras individuales, como la sobrecarga de responsabilidades domésticas, la inseguridad en los entornos públicos o la sobreprotección familiar es imprescindible realizar un análisis crítico que aborde las causas estructurales que perpetúan esta privación.

Uno de los aspectos más significativos es la intersección entre la pobreza y la falta de apoyo institucional, que lleva a las familias a priorizar el trabajo infantil doméstico sobre el tiempo de juego; los testimonios de los niños revelan cómo las dinámicas de pobreza no solo limitan el acceso a bienes materiales, sino que también afectan la posibilidad de los niños de disfrutar de su tiempo libre, lo cual resulta en una doble vulneración: la de sus derechos como menores y la perpetuación del ciclo de pobreza al limitar su desarrollo integral. Este fenómeno refuerza las desigualdades existentes y pone en evidencia la falta de políticas públicas efectivas para apoyar a las familias en situación de vulnerabilidad; si bien el trabajo doméstico infantil puede ser visto como una solución inmediata a las necesidades

económicas de las familias, en realidad genera consecuencias a largo plazo que afectan el desarrollo psicosocial de los niños.

De igual manera, la falta de espacios recreativos seguros y accesibles pone en jaque el derecho a la recreación de los niños, la inseguridad en los espacios públicos limita su libertad para jugar y socializar, lo que refleja una falla del Estado en la creación de entornos adecuados que fomenten el desarrollo infantil. Aquí es crucial cuestionar no solo la falta de infraestructuras, sino también la distribución desigual de recursos en zonas urbanas y rurales, las comunidades vulnerables son las más afectadas por la ausencia de parques, canchas y espacios de recreación, lo que refuerza la exclusión social y limita las oportunidades de los niños para interactuar en entornos que favorezcan su desarrollo físico, emocional y social.

A nivel educativo, el rol de las escuelas también merece un análisis crítico. Si bien las instituciones educativas deberían ser un espacio donde se promueva activamente el derecho a la recreación, los testimonios muestran que, en muchos casos, el tiempo dedicado al juego es mínimo y, a menudo, monótono, esto refleja un enfoque reduccionista en el que se priorizan las competencias académicas por encima del desarrollo integral del niño, minimizando el valor pedagógico del juego y limitando las oportunidades para la socialización, la creatividad y el desarrollo físico. La recreación no puede ser vista simplemente como un “tiempo libre”, sino como una parte esencial del proceso educativo que contribuye al bienestar general del niño y a la formación de una ciudadanía más completa y activa, por lo tanto, es necesario que las escuelas reconsideren su enfoque, integrando la recreación como un componente clave de la formación infantil.

En resumen, este análisis evidencia que la vulneración del derecho a la recreación, el deporte y el ocio de los niños no puede ser entendida únicamente como un problema individual o familiar, se trata de una problemática estructural que refleja las desigualdades económicas, sociales y educativas que afectan a las comunidades más vulnerables. Restituir este derecho implica una acción coordinada entre las familias, las escuelas y,

sobre todo, el Estado, que debe garantizar tanto el acceso a los recursos necesarios como la creación de entornos seguros y equitativos para todos los niños.

Es crucial que las políticas públicas aborden estas desigualdades de manera integral, reconociendo que el juego y la recreación no son actividades accesorias, sino derechos fundamentales que contribuyen de manera directa al bienestar y desarrollo integral de los niños. Como sociedad, debemos comprender que garantizar estos derechos no solo mejora la calidad de vida de los menores, sino que también contribuye a la construcción de una ciudadanía más justa y equitativa en el futuro, la recreación, el deporte y el ocio, lejos de ser un lujo, son elementos esenciales para la formación de personalidades creativas, autónomas y resilientes, capaces de enfrentar los desafíos del mundo contemporáneo.

Referencias

- Álvarez, S. V. (2019). El derecho fundamental a la cultura física y al deporte: un derecho económico, social y cultural de reciente constitucionalización en México. *Cuestiones Constitucionales*, 152-182.
- Álvarez, L. & Delgado, A. (2017). Use of participant observation in qualitative research. *Revista de Investigación Académica*, 23, 39-54.
- Bizquerra Alzina, R. (2016). Education for citizenship and coexistence, the emotional education approach. *Revista Iberoamericana de Educación*, 72(1), 21-38.
- Bolaño Rangel, D. I., Jiménez Sánchez, T. M. & Rodríguez Jaimes, A. M. (2015). *La recreación y el esparcimiento como parte integrante de los derechos humanos para los niños y niñas del Barrio Villa del Río en la ciudad de Santa Marta* [Trabajo de grado Especialización en Derechos Humanos y Derecho Internacional Humanitario, Universidad de Magdalena]. <https://core.ac.uk/download/270124309.pdf>
- Chaux E. (2003). ¿Qué Son Las Competencias Ciudadanas? En: Estándares Básicos de Competencias Ciudadanas, Formar Para La Ciudadanía... ¡Sí Es Posible! Ministerio de Educación Nacional.

- CUMIS 2011. (2011, 15-19 de abril). *Puerto Caldas*. <https://cumis2011.blogspot.com/p/puerto-caldas.html>
- Committee on the Rights of the Child (1991). Convention on the Rights of the Child. United Nations.
- Cid, C., & Bilbao, M. A. (2018). Violation of rights in childhood: a look from a human rights perspective. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 16(2), 1073-1085. <https://doi.org/10.11600/1692715x.1622113115>
- Fernández, M. (2019). The violation of human rights in Mexico. *Revista de Derechos Humanos*, 34, 17-38. <https://doi.org/10.5354/0718-2279.2019.53719>
- García, C. A. & Flores, J. A. (2019). The didactic sequence as a tool for meaningful student learning. *Revista de Investigación Académica*, 22, 63-72.
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C. & Baptista Lucio, P. (2014). *Research methodology* (6th ed.). McGraw Hill.
- Impatá Álvarez, D. M. & Montoya Osorio, A. Y. (2011). *La recreación y el esparcimiento como derecho humano fundamental en los niños y niñas del grado tercero tres de un colegio público en Pereira* [Trabajo de grado, Universidad Tecnológica de Pereira]. <https://repositorio.utp.edu.co/server/api/core/bitstreams/0de9bfb8-8751-410c-8dc9-cccade8aa838/content>
- Jiménez, A. (2021). *La Violencia de Género: Situación actual y especialidades procesales en el ámbito de los Juzgados de Violencia sobre la Mujer* [Trabajo de fin de master, Universidad a Distancia de Madrid]. <https://udimundus.udima.es/bitstream/handle/20.500.12226/1495/TFM.%20LA%20VIOLENCIA%20DE%20GENERO.%20AROA%20LEDESMA%20JIMENEZ.pdf?sequence=1>
- Osorio, G. M., Angamarca, N. M., Quishpe, G. R. & Galarza, S. E. (2022). La recreación escolar para el desarrollo cognitivo en los estudiantes de educación básica. *Ciencia y Deporte*, 7(3), 15-29. <https://dx.doi.org/10.34982/2223.1773.2022.v7.no3.002>

- Rubio, J. (2022). Derechos humanos entre la individualidad y la colectividad. *Universitaria*, 6(41), 50-53. <https://revistauniversitaria.uaemex.mx/article/view/20133>
- Ruiz, J. B. (2022, 16 de febrero). La recreación como apoyo para la educación. *Universidad Intercontinental*. <https://www.uic.mx/la-recreacion-como-apoyo-para-la-educacion/>
- UN Committee on Economic, Social and Cultural Rights. (2000). *CESCR General Comment No. 14: The Right to the Highest Attainable Standard of Health (Art. 12)*. <https://www.refworld.org/legal/general/cescr/2000/en/36991>