

MIS ACTIVIDADES DE TIEMPO LIBRE: ENTRE LO QUE Que extraño y lo que voy descubriendo

Leemos y reflexionamos sobre el tiempo libre y su aporte al bienestar de las y los adolescentes (día 1)

Lee atentamente la siguiente situación

Desde que empezó la emergencia sanitaria, como parte del cumplimiento de las normas, dejamos de realizar algunas actividades que formaban parte de nuestros pasatiempos y tiempo libre. Es posible, también, que en el tiempo de cuarentena y distanciamiento social descubrieras otras actividades que puedes considerar dentro de este grupo.

Ahora, nos encontramos en la “nueva convivencia social”, de ahí que las actividades sociales y económicas se están retomando paulatinamente, dependiendo de la evolución de la pandemia y el comportamiento de la ciudadanía. En este contexto, es muy probable que dentro de poco puedas volver a realizar algunas actividades que extrañas y quizá quieras mantener, como parte de tu rutina, algunas de las actividades que descubriste en la cuarentena. Cualquiera sea el caso, necesitarás identificarlas y reconocerlas para que puedas adaptarlas a los cambios.

Las preguntas que te ayudarán a lograr el reto, y cuyas respuestas irás elaborando en las actividades de esta experiencia, son:

¿Cuáles son las actividades que has dejado de realizar y extrañas?

Las actividades que dejé de realizar es pasear por el parque, salir con mi bicicleta, salir a fiestas, prácticamente casi todo lo que conste salir de mi casa.

¿Cuáles son las actividades que has descubierto en este tiempo de distanciamiento social y que ahora disfrutas?

Cantar, jugar con mis hermanas, jugar al free fire con mis primos y amigos. Tamos unidos en el vicio

¿Qué medidas o acciones tendrás en cuenta para adaptar, retomar o mantener las actividades que te gusta realizar en tu tiempo libre?

Las medidas que tendré en cuenta para adaptarme las medidas de seguridad son el distanciamiento social, el uso de mascarillas, etc. Las actividades que me gustan realizar en mi tiempo libre, lo tomaría con responsabilidad y protección.

En esta experiencia, tu reto será:

Escribir un reporte dando a conocer las actividades que dejaste de realizar, las que has descubierto y lo importante que son para ti. Todo esto con el fin de motivar a adolescentes como tú a descubrir, reconocer y valorar sus actividades

de tiempo libre, y la capacidad que tienen para adaptarse a los cambios. Para lograr alcanzar el reto planteado en esta semana, leerás y reflexionarás sobre la importancia del tiempo libre en la adolescencia. La próxima semana, planificarás y escribirás un reporte sobre tus actividades de tiempo libre.

Luego, lo revisarás y corregirás, así lograrás obtener la versión final de tu reporte

Tu texto deberá cumplir los siguientes criterios

Mi reporte responde al propósito, público, registro y estructura establecidos en la planificación del texto.

Mi reporte presenta la descripción de las actividades de tiempo libre que extraño realizar y de aquellas que he descubierto en este tiempo de distanciamiento social.

Las ideas son claras, concretas y presentan emociones, sentimientos y gustos.

Las ideas que presento en la introducción, el desarrollo y las conclusiones de mi reporte se escriben con cohesión y coherencia. Uso adecuadamente los recursos ortográficos y gramaticales.

¡Manos a la obra!

Lee nuevamente el texto de la situación que te presentamos para esta experiencia y responde:

¿Qué es el tiempo libre?

Es el tiempo disponible de una persona para realizar actividades de carácter voluntario, donde para llevar a cabo alguna actividad que por falta de tiempo no pueden hacer mientras están ocupado

¿Qué acciones realizas en tu tiempo libre? ¿Estas actividades las decides tú?

Las acciones que realizo en mi tiempo libre, lo primero es los quehaceres de la casa, de ahí tengo tiempo libre donde puedo hacer mi tarea o jugar. Algunas actividades lo deciden mis padres, como por ejemplo ordenar la casa, alimentar a las mascotas. etc.

¿Qué otras actividades te gustaría realizar en tu tiempo libre?

Las otras actividades que me gusta realizar es preparar empanadas, o algo fácil con los tutoriales de YouTube, ya que a veces me quedo solo y tengo que comer :V

En el último párrafo del texto, se dice lo siguiente:

“Existe un progresivo, pero todavía insuficiente reconocimiento de la importancia del juego en la vida de niños, niñas y adolescentes, no solo para promover el aprendizaje,

Sino también la capacidad de negociar, de reestablecer su equilibrio emocional, de resolver conflictos y de tomar decisiones (Ullmann y Milosavljevic, 2016, p. 8)”2

¿Estás de acuerdo? ¿Por qué serán tan importantes, el tiempo libre, los pasatiempos y el juego en las niñas, los niños y adolescentes? Sustenta tu opinión, puedes colocar algunos ejemplos para apoyar tus ideas.

Si, en los niños aprenden todo en juego, es fundamental su proceso de formación. En los adolescentes sirven para desesterarse, salir de las rutinas .Por eso el tiempo libre en las niñas, niños y adolescentes es importante la base de su comportamiento, adaptabilidad social y para su desarrollo,

Escribimos sobre nuestras actividades de tiempo libre, las que extrañamos y las que hemos descubierto (día 2)

En la actividad anterior leíste sobre la importancia del tiempo libre y de hacer uso de tu autonomía para decidir qué actividad realizar. En la actualidad, hemos tenido que adaptarnos a nuevas rutinas y en ese tránsito hemos dejado de realizar algunas actividades que eran muy valiosas para nosotros. Pese a que muchos de nosotros no podíamos creer lo que ocurría en el mundo, respetamos las normas de la situación de emergencia y descubrimos nuevas actividades que ahora también disfrutamos.

En esta actividad autoguiada, realizarás lo siguiente:

Lee los siguientes párrafos que también forman parte de los desafíos del texto que leíste:

“IV. Desafíos pendientes

Finalmente, en pro de un mayor bienestar de la población adolescente, es importante recordar que no existe un patrón idóneo de actividades de esparcimiento. Ello, porque es subjetivo y complejo: la evaluación de un adolescente acerca de las actividades de tiempo libre que aumentan sus niveles de bienestar puede no coincidir con la visión de los adultos. Además, estos patrones de actividades son dinámicos y evolucionan a lo largo de la etapa de adolescencia. Lo importante es disponer de ese tiempo y ampliar las oportunidades para que las y los adolescentes participen en actividades diversas en condiciones de igualdad” (Ullmann y Milosavljevic, 2016, p. 9).

Elabora un organizador con la información del texto que leíste en la actividad anterior y lo que señala este párrafo. Recuerda que estas ideas serán la base para que escribas tu reporte.

El uso del tiempo libre en la adolescencia

El uso del tiempo en los adolescentes contribuye al bienestar actual y futuro de las y los adolescentes

El tiempo libre es un espacio de interacción o un espacio para estar solo, donde cada uno lo usa para diversión, ayudar o realizar una actividad olvidada

Las actividades de tiempo libre tienen beneficios psicológicos y contribuyen al desarrollo emocional y moral



AEC-Zeta- Akatsuki-

By LeO 3ro

