



# Sustentabilidad al día

Universidad Valle del Momboy  
Vicerrectorado

Depósito Legal PP: 201202TR4202 Número 2 Año 2013

Decanato de Investigación y Postgrado

## ACTIVIDADES DE PARTICIPACIÓN PARA UNA RECREACIÓN SANA SUSTENTABLE

**Autora:** Dra. Yuraima Matos de R<sup>1</sup>.  
e-mail: yuraimatos01@gmail.com

### RESUMEN

La recreación ha sido vista como una necesidad básica del ser humano; sin embargo, en ocasiones no es considerada como tal, observándose su práctica indebida y hasta individualista. En los últimos años se ha venido haciendo hincapié en una recreación dirigida al desarrollo de las capacidades del ser humano para una sustentabilidad social y ecológica que lleven a integrar a los diferentes actores de la comunidad. De allí que el propósito de este estudio es “Brindar una serie de actividades de participación de la escuela y comunidad para una recreación sana sustentable”. Metodológicamente constituye un estudio de tipo documental, que permitió la revisión teórica y análisis de los términos actividades, recreación sana, participación comunitaria y desarrollo humano sustentable. En tal sentido, que como resultado se elaboraron una serie de actividades que pueden ser puesta en práctica en los diferentes espacios educativos y de la comunidad, tales como: a) realizar paseos en espacios abiertos: ríos, montañas, playa, plaza, otros, en el que participen los actores de la escuela y comunidad; b) Propiciar espacios de diálogo y reflexión sobre los valores de convivencia y recreación; c) generar actividades de compartir e integración para el cuidado y rescate de los ambientes de la escuela y comunidad; d) realizar actividades de ejercitación física, lectora, de reflexión y meditación en el que se involucren los actores sociales de la escuela y comunidad; entre otras actividades que llevan implícitas acciones a considerar para el logro de una recreación sana sustentable, donde se consideren los principios de equidad social, de preservación del ambiente y de la cultura. Por lo que se recomienda su

---

<sup>1</sup> Licenciada en Educación Integral- Mención Matemática, Magister en Educación- Mención Investigación Docencia, Magister en Diseño y Tecnología Educativa, Magister en Educación Robinsoniana, Doctora en Ciencias de la Educación. Facilitadora de la Universidad Nacional Experimental Simón Rodríguez, en la categoría de Asociada (Jubilada), Coordinadora de la Línea de Investigación “Investigadores en Acción Social” (IAS), Núcleo Valera. Facilitadora en cursos doctorales de la UNERMB. Asesora, Tutora y Jurado evaluador de Trabajos de Grado y Tesis doctorales a nivel regional, nacional e internacional. Jurado evaluador de Trabajos de Ascensos. Evaluador de artículos arbitrados en revistas nacionales e internacional. Escritora de artículos en revistas arbitradas e indexadas y de artículos para prensa local. Miembro activo del PEII. E-mail: yuraimatos01@gmail.com.



# Sustentabilidad al día

Universidad Valle del Mombuy  
Vicerrectorado

Depósito Legal PP: 201202TR4202 Número 2 Año 2013

Decanato de Investigación y Postgrado

puesta en práctica en los espacios educativos y comunitarios para el buen aprovechamiento del tiempo libre y así el mejoramiento de la calidad de vida.

**Palabras clave:** recreación sana, participación, sustentabilidad, desarrollo humano sustentable, actividades recreativas.

## ACTIVITIES OF PARTICIPATION FOR A HEALTHY SUSTAINABLE RECREATION

### ABSTRACT

The recreation has been seen as a basic human need, but sometimes it is not considered as such, undue and even observed their individualistic practice. In recent years there has been a letter emphasizing the development of human capacities for social and ecological sustainability to integrate with the various stakeholders in the community recreation. Hence, the purpose of this study is "To provide a range of activities to participate in school and community to a sustainable healthy recreation." Methodologically is a study of documentary, which allowed the theoretical review and analysis of the terms activities, healthy recreation, community involvement and sustainable human development. A) take walks in open spaces : In that sense, it results in a series of activities that can be implemented in different educational and community spaces , such as developed rivers, mountains, beach, marina , others involving stakeholders in the school and community, b ) Promote opportunities for dialogue and reflection on the values of coexistence and recreation; c ) generating activities of sharing and integration for the care and rescue of the environment of the school and community; d ) engaging in physical exercise , reading , reflection and meditation in which social actors in the school and community involved , among other activities that are implicit actions to be considered to achieve a sustainable healthy recreation , which are considered the principles of social equity, environmental preservation and culture . So its recommended implementation in educational and community spaces for the proper use of leisure time and thus improving the quality of life.

Keywords: healthy recreation, participation, sustainability, sustainable human development, recreational activities.

### INTRODUCCIÓN

En los últimos años se ha venido haciendo énfasis en la necesidad de una recreación dirigida al desarrollo de las capacidades del ser humano, establecido en la carta magna de la República Bolivariana de Venezuela, así como en los Derechos



# Sustentabilidad al día

Universidad Valle del Momboy  
Vicerrectorado

Depósito Legal PP: 201202TR4202 Número 2 Año 2013

Decanato de Investigación y Postgrado

Humanos. Según la Organización de las Naciones Unidas citado por Morales (2002), considera que la recreación es la sexta necesidad básica del ser humano y un derecho fundamental en el mismo, es decir, que es un medio capaz de promover el desarrollo de los aspectos básicos el individuo, también señala que influye en la cohesión familiar y comunitaria, del mismo modo contribuye con una sana relación entre el hombre y el hábitat, contribuyendo en el bienestar y mejoramiento de la calidad de vida en forma general.

Así mismo, la Constitución de la República Bolivariana de Venezuela (1999: 23) el Art. 111, establece “Todas las personas tienen derecho al deporte y a la recreación como actividades que benefician la calidad de vida individual y colectiva”. Artículo que refiere al derecho que tiene toda persona a un tiempo de vida más allá de sus obligaciones laborales, a un tiempo de recreación sana del cual se debe apoderar toda persona como un derecho humano para su bienestar físico, mental y social.

Como se evidencia la recreación es reconocida como un derecho fundamental del ser humano sin distinción de clase social, raza, credo; pero sobre todo constituye un acto educativo, cultural y de gran aporte a la salud para una mejor calidad de vida. Considerando la relevancia de la misma, se hace necesario señalar, que a pesar del valor que tiene para el ser humano, muchas veces no es considerado como tal, observándose su práctica indebida y hasta individualista.

En tal sentido, que al sistema educativo, le compete hacer valer este derecho desde el accionar del docente, quien es el mediador y facilitador del proceso educativo del niño, niña y adolescente, así como en su función social de involucrar a los padres, representantes y demás miembros de la comunidad en las actividades de la escuela. Se trata entonces, de promover el sentido de responsabilidad tanto por el beneficio propio a la salud como el de actuar en colectivo por una mejor educación integradora.

Cabe referir a Elizalde (2006: 56), para quien el principal desafío que surge de nuestro desarrollo como seres éticos es asumir la responsabilidad por nuestro



# Sustentabilidad al día

Universidad Valle del Momboy  
Vicerrectorado

Depósito Legal PP: 201202TR4202 Número 2 Año 2013

Decanato de Investigación y Postgrado

accionar en el mundo, y ser capaces de entender que nuestra calidad de vida alcanza su plenitud cuando trascendemos desde nuestra conciencia individual hacia una forma de conciencia capaz de sentir como propia, no sólo nuestra necesidad, sino además, la de todo ser humano y de toda forma de vida.

De ahí que el **objetivo** de este estudio consiste en Brindar una serie de actividades de participación de la escuela y comunidad para una recreación sana sustentable. Objetivo que se plantea desde una dimensión humana para una mejor calidad de vida desde las actividades recreativas integradoras, en correspondencia con la necesidad de estimular nuevas formas de participación, de salud y preservación del ambiente.

Metodológicamente constituye un estudio de tipo documental, que permitió la revisión teórica y análisis de los términos actividades, recreación sana, participación comunitaria y desarrollo humano sustentable, para la conformación de algunas actividades que inviten a la participación y recreación sana sustentable.

## Desarrollo Humano Sustentable

El término desarrollo es muy complejo desde las diversas concepciones que se le han dado a lo largo de la historia. Es entendido desde un punto de vista económico, orientado a la evolución progresiva que garantice el bienestar social; sin embargo muchas veces no lo garantiza y de allí las dificultades que se viene generando con el término. Ahora bien, cuando se habla de desarrollo sostenible está referido al desarrollo económico de una nación que está relacionada con el ambiente y sociedad en sí.

Desde una nueva perspectiva del desarrollo, Murga (2004: 417), la concibe como desarrollo humano, en tanto que “la persona debe ocupar el lugar central de los esfuerzos que los seres humanos realizan para mejorar sus condiciones de vida en todos y cada uno de los diferentes contextos sociales”. Visto así, el ser humano debe ser responsable de su propio bienestar individual, social y ambiental, que lo lleve a procesos de transformación como resultado de su accionar en el planeta.



# Sustentabilidad al día

Universidad Valle del Momboy  
Vicerrectorado

Depósito Legal PP: 201202TR4202 Número 2 Año 2013

Decanato de Investigación y Postgrado

De igual manera Murga (2004), indica que el desarrollo concebido como desarrollo humano sostenible concede prioridad total, sobre todas las demás, a la dimensión ética de las relaciones entre los seres humanos, desde un enfoque sincrónico y diacrónico a la vez. Pues, parte de la premisa que los sistemas naturales y socioculturales no son estático sino dinámicos, de tal manera que no hay desarrollo sin conservación, ni conservación sin desarrollo. Como puede observarse, el desarrollo implica un proceso dinámico que conduce a la resolución de las necesidades de todos los seres humanos.

En este sentido, Mas (2008), que lo sustentable y sostenible se concentran en considerar la importancia trascendental de la relación individuo-ambiente, ya que si los recursos y materias primas se tornan no renovables, el desarrollo sería imposible de alcanzar, es decir, no se sostendría en las condiciones deseadas a lo largo del tiempo para satisfacer las necesidades de la especie humana. De ahí, que Pérez (2007), indica que la sustentabilidad se trata de establecer un control sobre la destrucción que el proceso de desarrollo ejerce sobre la naturaleza de manera tal que esta no pueda ser extensible al futuro y que el efecto del desarrollo no destruya nuestro entorno.

Es sostenible el desarrollo cuando este se mantiene en armonía con el mundo natural, o sea, que se limite (proteja) el impacto del desarrollo para que éste no destruya el medio ecológico. Es sustentable el desarrollo por cuanto la política nacional ha establecido un marco regulador que permite el encadenamiento de todos los intereses en un fin común, el cual es, la no destrucción de la naturaleza en el proceso de desarrollo de la economía (industria, economía, agricultura y naturaleza).

Desde esta perspectiva, el desarrollo sustentable está direccionado a aprender a vivir consigo mismo, con el otro y con el ambiente. De allí la gran tarea que tienen los diferentes organismos e instituciones en hacer campañas de formación y participación de manera integrada, donde todos los actores en el proceso educativo, implementen diferentes acciones a partir de una realidad para



# Sustentabilidad al día

Universidad Valle del Momboy  
Vicerrectorado

Depósito Legal PP: 201202TR4202 Número 2 Año 2013

Decanato de Investigación y Postgrado

lograr la transformación que se requiere; es decir, impulsar las niñas(os), jóvenes y adolescentes a llevar a cabo una vida sana, tomando en cuenta los aspectos socio ambientales de su comunidad, contribuyendo así al desarrollo endógeno de su comunidad y por ende del país.

## La Recreación Sana

Para referir lo qué es recreación sana, comenzaremos por indicar la etimología de la palabra recreación, la cual proviene del latín “recreatio” que significa restaurar o renovar y, comprende por una parte la creatividad (Aguilar; 2002). Diversas son las definiciones que existen de la recreación, desde el desarrollo humano como de placer, educativa y de relaciones sociales. Para Ramos(2003), significa regresar, retroceder, recrear una situación o experiencia creativa que ha sido significativa y por ende placentera, divertida, entretenida, gratificante, productiva, voluntaria, libremente escogida.

De allí que, la recreación se refiere a la práctica de actividades socialmente aceptables realizadas en forma voluntaria durante el tiempo libre y por medio de las cuales las personas pueden desarrollarse, tanto en el plano físico como en el social, emocional y mental. También puede afirmarse que la recreación es una actividad placentera en la que todos sus participantes incurren en forma voluntaria y de la cual reciben satisfacción en forma inmediata.

Ahora bien, refiriéndonos al término **recreación sana**, como tal, no ha sido trabajado a profundidad, pues es relacionado más con la recreación y sus efectos y, como un derecho de todo ser humano, tal como lo plantea la Declaración Universal de los Derechos Humanos (citado por Moreno 2006), en el Art. 24 donde señala “toda persona tiene derecho al descanso y al ocio y específicamente a una limitación razonable de la duración del trabajo y vacaciones periódicas pagadas”, Así mismo en el Art. 27 expresa “Toda persona tiene derecho a participar libremente de la vida cultural de la comunidad, de gozar de las artes y de participar del progreso científico y de los beneficios que de él resulten”.



# Sustentabilidad al día

Universidad Valle del Mombuy  
Vicerrectorado

Depósito Legal PP: 201202TR4202 Número 2 Año 2013

Decanato de Investigación y Postgrado

Así mismo, la Constitución de la República Bolivariana de Venezuela (1999: 23) el Art. 111, establece “Todas las personas tienen derecho al deporte y a la recreación como actividades que benefician la calidad de vida individual y colectiva”. Artículos que refieren al derecho que tiene toda persona a un tiempo de vida más allá de sus obligaciones laborales, a un tiempo de recreación sana del cual se debe apoderar toda persona como un derecho humano para su bienestar físico, mental y social.

Como se evidencia la recreación es reconocida como un derecho fundamental del ser humano sin distinción de clase social, raza, credo; pero sobre todo constituye un acto educativo, cultural y de gran aporte a la salud para una mejor calidad de vida, tal como lo expone Velasco (2003), que a través de la recreación es posible lograr una condición de salud que les permita a las personas disfrutar de la vida, socializarse, controlar los malos hábitos alimenticios, entre otros que puedan afectar nuestro organismo.

Cabe destacar que los dos autores, coinciden en que la recreación es un proceso integral y social que desarrolla la calidad de vida, donde las actividades y experiencias que proporciona tienden mejorar al hombre integralmente, contribuyendo en la salud física y mental. Por lo que Matos (2012), señala que la recreación sana es de carácter social y personal, fomentada y sostenida por su valor para quienes, dentro de la sociedad participan en ella, en un ambiente sano de compartir y recrearse con uno mismo y con los demás, obteniendo un bienestar en cuanto a salud mental, física y emocional y por ende un desarrollo integral que le lleva a la plena integración y participación con su medio social.

En este sentido, la recreación por esencia debe plantear el desarrollo de todas las potencialidades humanas y contribuir a la salud plena, individual y social; tomando en cuenta y estar claro que no todas las propuestas que se autodeterminan creativas lo son en realidad. De allí la toma de conciencia de cada ser humano sobre lo que realmente favorece o no a su desarrollo humano y, la necesidad de realizar actividades recreativas que favorezcan la salud y la participación de los actores





# Sustentabilidad al día

Universidad Valle del Momboy  
Vicerrectorado

Depósito Legal PP: 201202TR4202 Número 2 Año 2013

Decanato de Investigación y Postgrado

socio-educativos en su interacción con el ambiente; es decir, desde la ecología social.

## Participación Comunitaria

La participación, según Sánchez (2001), implica participar, tomar parte o compartir, y si es necesario, tomar la parte que a la persona le corresponde. Pues, no sólo al nivel de actitud sino de hechos con conductas concretas en la entidad que corresponda. Esto demuestra en determinadas circunstancias, que la participación es un requisito para el desarrollo de una organización. Por su parte, Charlita (1995), caracteriza la participación de las comunidades, como un proceso democrático porque se basa en un concepto de responsabilidad mutua y compartida, tanto en lo que se refiere al esfuerzo, como el goce y el disfrute de los beneficios perseguidos.

Considerando las definiciones presentadas, se puede decir que la participación consiste en la intervención de las partes interesadas en la realización como en el disfrute de los resultados, ya que sin ésta no puede haber armonía en la búsqueda de soluciones a hechos concretos. La participación es un derecho y un deber, especialmente en el proceso educativo de nuestros hijos. Es importante señalar a Manzanilla (2005), para quien en la educación, la participación no es sólo un mecanismo de funcionamiento para la gestión de la organización; es también un proceso de aprendizaje, un medio de formación para los niños/niñas, los maestros/maestras y las familias.

Desde este enfoque, la incorporación de la comunidad al proceso educativo tiene gran relevancia en la sociedad actual. El Ministerio del Poder Popular para la Educación (2007), organismo rector de la educación del país, establece la interacción escuela-comunidad como una necesidad para brindar un mejor proceso educativo y formativo a los estudiantes. Por su parte, Castellanos (2006) plantea la necesidad de la participación activa de todos los actores sociales implicados para





# Sustentabilidad al día

Universidad Valle del Momboy  
Vicerrectorado

Depósito Legal PP: 201202TR4202 Número 2 Año 2013

Decanato de Investigación y Postgrado

que, amplíen los espacios de consulta y de toma de decisiones consensuadas en beneficio de la educación, de la institución y de la comunidad.

En este sentido, se puede decir que es necesario una **participación comunitaria**, vista según Castellanos (2006), como un proceso organizado, colectivo, libre, incluyente, en la cual hay una variedad de actores, de actividades y de grados de compromiso, que está orientado por valores y objetivos compartidos, en cuya consecución se producen transformaciones comunitarias e individuales”.

Por su parte, Pérez, (2006: 27), afirma que es: “...evidente que no puede existir un centro educativo auténticamente popular si no está integrado a la comunidad. Un centro escuela-isla, cerrado al sector y sus problemas, es un contrasentido en Educación Popular”. De ahí, que la escuela tiene que estar ligada a los espacios abiertos donde la comunidad se cuestiona a sí misma, va madurando, concientizando, politizando, y así historiando. En tal sentido, la escuela debe valerse de diferentes estrategias que le permitan integrar a los actores sociales a la escuela, siendo una de ellas las actividades recreativas que contribuyan a una recreación sana y sustentable.

## Actividades de recreación

Las actividades recreativas, según López (2004), son todas aquellas experiencias que producen placer, pertenecen a la educación no formal que contribuyen en el desarrollo integral del participante, que son llevadas a cabo en su tiempo libre de forma voluntaria. Para Belo (2001) las actividades recreativas son aquellas acciones que una persona puede entregarse a realizar voluntariamente contribuyendo a su desarrollo tanto físico como moral.

En este sentido, las actividades recreativas son todas aquellas acciones de las cuales se puede valer el o la docente para hacer más dinámico el proceso educativo de los niños y niñas, así como la participación activa de los padres, representantes y comunidad en la integración escuela-comunidad. De tal manera, que ayudan a la integración de los individuos al grupo, y proporciona oportunidades



# Sustentabilidad al día

Universidad Valle del Momboy  
Vicerrectorado

Depósito Legal PP: 201202TR4202 Número 2 Año 2013

Decanato de Investigación y Postgrado

para el reconocimiento, nuevas experiencias. A su vez, crea una atmósfera agradable, aumenta la participación, facilita la comunicación, fija algunas normas grupales, desarrolla la capacidad de conducción, contribuyendo la disminución de tensiones.

Las actividades recreativas pueden ser el primer paso para las relaciones intragrupales, y aún en grupos no tan nuevos, esta técnica tiene la capacidad de crear sociabilidad. Cabe señalar, a Ferrereiro (2001), quien plantea que las áreas académicas en el proceso de globalizar la enseñanza – aprendizaje depende de una actitud del docente a innovar, desarrollar y propiciar actitudes recreativas y estrategias metodológicas acordes a la realidad del educando y su proceso formativo.

Son diversas las actividades recreativas que existen y se pueden utilizar para integrar y hacer participar a los diversos actores que hacen vida en la escuela y comunidad, entre las que se mencionan: la música, los juegos, las atracciones, paseos, lecturas, películas, entre otras.

## **Actividades para una recreación sana y sustentable**

Son diversas las actividades de las cuales se pueden valer los docentes para promover la participación de los actores socio-educativo en la medida que contribuyen a la recreación sana y sustentable, no sólo para los estudiantes, sino también para sus representantes. De allí que, desde la experiencia y revisión bibliográfica realizada la investigadora, se sugieren a continuación alguna:

- Realizar paseos en espacios abiertos: ríos, montañas, playa, plaza, otros, en el que participen los actores de la escuela y comunidad, teniendo en cuenta el resguardo y cuidado del ambiente.
- Propiciar espacios de diálogo y reflexión sobre los valores de convivencia y recreación; haciendo énfasis en la necesidad de un buen convivir, a una mejor



# Sustentabilidad al día

Universidad Valle del Momboy  
Vicerrectorado

Depósito Legal PP: 201202TR4202 Número 2 Año 2013

Decanato de Investigación y Postgrado

salud, a los procesos de intercambio, contribuyendo de esta manera a una sostenibilidad social y ética.

- Generar actividades de compartir e integración para el cuidado y rescate de los ambientes de la escuela y comunidad; que lleve al involucramiento y la participación activa de los estudiantes, docentes, directivos, personal administrativo, obrero, padres, representantes y demás miembros de la comunidad en la medida que se recrean, apuntando así a una sostenibilidad ambiental.
- Realizar actividades de ejercitación física, tales como: bailo-terapia, deporte, (futbol, voleibol, otros), juegos tradicionales (papagayo, trompo, yincanas, otros) y culturales, donde participen los actores de la escuela y comunidad, considerando la preservación del ambiente, la cultura y el bienestar social, hacia la sostenibilidad cultural.
- Promover actividades de lecturas, de videos, entre otros, que lleven a la reflexión y meditación sobre una mejor calidad de vida, la situación real del planeta Tierra, en la medida que asuman el compromiso por el bienestar propio, del otro y del ambiente.

Desde las actividades señaladas, cabe referir que las mismas sólo son orientadoras para el docente, las cuales son necesarias compartir con los demás actores que hacen vida en la escuela y comunidad, para crear, construir y reconstruir otras actividades que lleven implícitas acciones a considerar para el logro de una recreación sana y sustentable, considerando los principios de equidad social, de preservación del ambiente y de la cultura.

## **A manera de conclusión**

La recreación sana viene a constituir hoy día una necesidad para toda persona; sin embargo al referir la recreación sana en el marco del desarrollo humano sostenible, implica considerar los principios de equidad, solidaridad y conciencia de pertenencia a una sociedad planetaria con proyección de futuro. Se



# Sustentabilidad al día

Universidad Valle del Momboy  
Vicerrectorado

Depósito Legal PP: 201202TR4202 Número 2 Año 2013

Decanato de Investigación y Postgrado

---

trata entonces, de prestar atención al binomio salud-desarrollo humano sostenible, intentando poner de manifiesto su directa y recíproca interrelación.

Relación que lleva a situar a cada persona, en su dimensión individual, comunitaria y como miembro de una especie, en el centro de la acción educativa, teniendo en cuenta los principios señalados, con el propósito que cada persona asuma su responsabilidad ante las situaciones que se le presente y actúe en consecuencia.

Desde una dimensión ambiental, que hace posible concebir el desarrollo de la vida humana, pues están vinculados lo ecológico y lo ambiental. En tal sentido, que al llevar a cabo actividades recreativas donde se utilicen los recursos del ambiente, se hace necesario orientar a los actores participantes de su responsabilidad en la conservación del mismo.

De igual manera, es necesario considerar la dimensión institucional, en donde los docentes puedan a través de las diversas actividades recreativas, estimulando así nuevas formas de organización y participación ciudadana. Se espera que con las actividades recreativas sea posible aumentar la creatividad del grupo, siempre y cuando éstas sean elegidas de acuerdo a los intereses y a las capacidades de los participantes.

Para finalizar, se desea recomendar que en conjunto docente y demás actores del proceso educativo, se sensibilicen y logren sensibilizar a los demás en la necesidad de cuidar los unos a los otros y del ambiente. Así como fortalecer la acción comunitaria, reforzando la identidad de las comunidades, la participación en las diferentes actividades recreativas para preservar la salud y la del medio ambiente.



# Sustentabilidad al día

Universidad Valle del Mombuy  
Vicerrectorado

Depósito Legal PP: 201202TR4202 Número 2 Año 2013

Decanato de Investigación y Postgrado

## REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Aguilar, L. (2002). La recreación como perfil profesional: Experiencia Americana. Ponencia presentada en el 1er Simposium de doctores y licenciados. Centro de documentación virtual en Recreación, tiempo libre y recreación. México. Funlibre.
- Belo, A (2001) Recreación escolar. Caracas: Instituto Universitario de Mejoramiento.
- Charlita, Ruben (1995). Desarrollo de la comunidad. Definición, interpretación, teoría y práctica. Centauro. Caracas.
- Constitución de la República Bolivariana de Venezuela (1999). Gaceta Oficial N° 36.860. Venezuela.
- Elizalde, Antonio. (2006). Desarrollo humano y ética para la sustentabilidad. Medellín-Colombia: Universidad de Antioquia.
- Ferreiro, (2001) Estrategias de Aprendizaje Cooperativo. Editorial Trillas. México
- Mas, María (2008). Desarrollo Endógeno y Educación. Estrategias de Transformación Comunitaria. Venezuela: Panapo de Venezuela.
- Matos, Yuraima (2012). La participación activa de los actores sociales hacia una recreación sana. Trabajo de Grado presentado para optar al título de Magister en Educación Robinsoniana, en la Universidad Nacional Experimental Simón Rodríguez, mención publicación. Valera-Edo Trujillo, Venezuela.
- Murga, María (2004). Salud y Desarrollo humano sostenible. Las competencias de la educación. En Perea, R. (Directora), (2004). Educación para la salud. Reto de nuestro tiempo. Madrid-España: Ediciones Díaz de Santos, S.A.
- Ministerio del Poder Popular para la Educación (2007). Curriculum Básico de Educación Inicial. Venezuela.
- Morales, J. (2002). Manual de recreación física. México: Limusa.
- Pérez Esclarin (2006) Educar valores y el Valor de Educar. S/E. Caracas. Venezuela.
- Pérez, Laura. (2007). Los derechos de la sustentabilidad: Desarrollo, consumo y ambiente. Buenos Aires-Argentina: Ediciones COLIHUE, SRL.
- Ramos, F. (2003). La recreación una herramienta para la enseñanza. UPEL. Caracas.
- Sánchez, Manuel. (2001). La participación. Metodología y práctica. Popular. España
- Velasco, M. (2003). Actividad física, recreación y calidad de vida. En la Revista Actividad Física y Desarrollo Humano. N° 1, Vol. 1, Año 2003. Universidad de Pamplona. Colombia.