



UNIVERSIDAD ESTATAL DE MILAGRO

REPÚBLICA DEL ECUADOR

UNIVERSIDAD ESTATAL DE MILAGRO
FACULTAD DE POSGRADO

VICERRECTORADO DE INVESTIGACIÓN Y POSGRADO

ARTÍCULOS PROFESIONALES DE ALTO NIVEL
PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE:

MAGÍSTER EN EDUCACIÓN BÁSICA

TEMA:

USO DEL TIEMPO LIBRE Y SU INFLUENCIA EN EL RENDIMIENTO
ACADÉMICO EN EDUCACIÓN BÁSICA

Autores:

González Cueva Benigna de Jesús
Ocampo Cueva Nancy Elizabeth
Sucunuta Quizhpe Emily Anahí

Director:

Msc. Criollo Turusina Milton Alfonso

Milagro, 2026

Resumen

El presente estudio analizó la relación entre el uso del tiempo libre y el rendimiento académico en estudiantes de 6.º año Educación General Básica de la Unidad Educativa Valladolid. La investigación se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo, de tipo básica, con alcance correlacional y diseño no experimental de corte transversal. La muestra estuvo conformada por 30 estudiantes, seleccionados mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia. Para la recolección de datos se utilizó la técnica de la encuesta y como instrumento un cuestionario estructurado tipo Likert, validado por juicio de expertos y con alta confiabilidad ($\alpha > 0,80$). Los resultados muestran que existe una relación significativa entre la organización del tiempo libre y el desempeño académico de los estudiantes ($Rho = 0,645$; $p < 0,05$), aceptándose la hipótesis de investigación. Asimismo, se identificó una correlación negativa moderada entre el uso excesivo de dispositivos electrónicos y la dimensión objetiva del rendimiento académico ($Rho = -0,512$), así como una relación entre actividades recreativas pasivas y dificultades en la concentración. Por otro lado, las actividades académicas extraescolares mostraron una correlación positiva significativa ($Rho = 0,578$), destacando su aporte al logro de estándares educativos. Se concluye que la adecuada gestión del tiempo libre es un factor determinante en el desempeño escolar, ya que su uso orientado a actividades formativas favorece el aprendizaje, mientras que el ocio pasivo incide negativamente. En este sentido, se resalta la importancia del acompañamiento familiar y pedagógico en la organización del tiempo libre.

Palabras clave: Tiempo libre, Rendimiento académico, Estudiante, Actividades recreativas, Uso de tecnología.

Abstract

The objective of this study was to determine the influence of free time use on the academic performance of 6th-grade Basic General Education students at the Valladolid Educational Unit. The research followed a quantitative approach, of a basic type, with a correlational scope and a non-experimental cross-sectional design. The sample consisted of 30 students, selected through non-probabilistic convenience sampling. For data collection, the survey technique was used, employing a Likert-type structured questionnaire as the instrument, validated by expert judgment and showing high reliability ($\alpha > 0.80$). The results showed that the use of free time significantly influences academic performance ($Rho = 0.645$; $p < 0.05$), thus accepting the research hypothesis. Likewise, a moderate negative correlation was identified between the excessive use of electronic devices and the objective dimension of academic performance ($Rho = -0.512$), as well as a relationship between passive recreational activities and concentration difficulties. On the other hand, extracurricular academic activities showed a significant positive correlation ($Rho = 0.578$), highlighting their contribution to the achievement of educational standards. It is concluded that the proper management of free time is a determining factor in school performance, as its use oriented toward formative activities favors learning, while passive leisure has a negative impact. In this sense, the importance of family and pedagogical support in the organization of free time is emphasized.

Keywords: Free time, Academic performance, Student, Recreational activities, Use of technology.

Introducción

En los últimos años, el acceso a dispositivos electrónicos y plataformas digitales ha modificado las formas en que niños y adolescentes utilizan su tiempo libre. Aunque la tecnología ofrece beneficios educativos y comunicativos, también ha incrementado el tiempo destinado al entretenimiento digital, reduciendo en algunos casos las actividades académicas, recreativas y familiares. Diversos estudios señalan que el uso excesivo de pantallas puede afectar la atención, la concentración y los hábitos de estudio de los estudiantes. El tiempo libre, entendido como el espacio disponible fuera de las obligaciones escolares, puede contribuir al desarrollo de habilidades cognitivas, sociales y emocionales; sin embargo, cuando no es adecuadamente orientado, suele emplearse en actividades recreativas pasivas como el uso excesivo de dispositivos electrónicos, redes sociales y videojuegos, lo que afecta negativamente la concentración, los hábitos de estudio y el desempeño escolar (García y Pérez, 2020; López, 2021).

En este contexto, diversas investigaciones evidencian que los estudiantes que dedican mayor tiempo a actividades no formativas presentan dificultades en el cumplimiento de tareas, la comprensión de contenidos y la concentración durante el proceso de aprendizaje. Del mismo modo, la limitada orientación familiar y pedagógica en la administración del tiempo extracurricular favorece la adopción de hábitos poco beneficiosos para el desarrollo académico (Rodríguez y Sánchez, 2021). Por ello, resulta pertinente analizar la relación entre el aprovechamiento del tiempo libre y el desempeño académico, con la finalidad de promover estrategias que contribuyan al desarrollo integral del estudiante (UNESCO, 2023).

A nivel internacional, el uso inadecuado del tiempo libre en estudiantes constituye una problemática creciente que afecta el rendimiento académico. Estudios indican que aproximadamente el 65% de los estudiantes dedica más de tres horas diarias al uso de dispositivos electrónicos con fines recreativos, lo que se asocia con una disminución en la concentración y en los hábitos de estudio (OECD, 2022). Asimismo, cerca del 58% de los estudiantes presenta dificultades relacionadas con el uso excesivo de tecnologías digitales (UNESCO, 2023). Estos datos reflejan una tendencia global que evidencia la necesidad de orientar el tiempo libre hacia actividades formativas.

En América Latina, esta problemática presenta características similares. Según reportes regionales de organismos educativos, aproximadamente el 64% de los estudiantes en México

dedica gran parte de su tiempo libre a actividades digitales no formativas; en Colombia, alrededor del 60% presenta dificultades en el desempeño escolar asociadas al uso excesivo de tecnología; en Perú, cerca del 58% evidencia limitaciones en hábitos de estudio debido a una inadecuada organización del tiempo extracurricular; mientras que, en Ecuador, aproximadamente el 62% de los estudiantes emplea su tiempo libre principalmente en redes sociales y videojuegos (CEPAL, 2022; UNESCO, 2023). Asimismo, en Bolivia (57%), Chile (55%) y Argentina (59%) se observan problemáticas similares relacionadas con la escasa planificación del tiempo libre y sus efectos en la concentración, el cumplimiento de tareas y los resultados académicos.

En la Unidad Educativa Valladolid, se observa que aproximadamente la mayoría de los estudiantes de 6.º año de EGB emplea su tiempo libre en actividades recreativas pasivas como el uso de celulares y videojuegos. Además, cerca del 55% presenta dificultades en la concentración y el 50% incumple regularmente tareas escolares, lo que se refleja en un rendimiento académico medio o bajo. Asimismo, aproximadamente la mitad obtiene calificaciones medias o bajas, evidenciando una relación entre el uso inadecuado del tiempo libre y el rendimiento académico. Esta problemática se ve agravada por la limitada supervisión familiar y la falta de estrategias pedagógicas que orienten el uso productivo del tiempo libre, lo que hace necesaria una intervención educativa.

Diversos estudios han demostrado que la adecuada organización del tiempo libre favorece el aprendizaje significativo y fortalece los hábitos de estudio. García y Pérez (2020) y López (2021) sostienen que la planificación equilibrada entre actividades recreativas, académicas y familiares contribuye positivamente al proceso educativo, mientras que el uso excesivo de tecnología con fines recreativos genera distracción y disminuye la capacidad de atención. En este marco, surge la siguiente interrogante de investigación: ¿de qué manera influye el uso del tiempo libre en el rendimiento académico de los estudiantes de 6.º año de Educación General Básica de la Unidad Educativa Valladolid durante el periodo lectivo 2025-2026?

La pertinencia de abordar esta problemática radica en su impacto en distintos ámbitos. En el ámbito social, el uso inadecuado del tiempo libre afecta el desarrollo integral de los estudiantes en una sociedad caracterizada por la digitalización. En el ámbito pedagógico, incide en procesos clave del aprendizaje, como la motivación, la concentración y la formación de hábitos de estudio. En el ámbito práctico, la investigación aporta fundamentos para el diseño de estrategias educativas que orienten el uso adecuado del tiempo libre y contribuyan a mejorar el

rendimiento académico. En este contexto, la presente investigación se fundamenta en la teoría del ocio constructivo, la cual sostiene que el tiempo libre adquiere una dimensión educativa y formativa cuando se orienta hacia actividades que potencian el desarrollo integral del estudiante (Morata y Alonso, 2020). Este enfoque permite comprender cómo las actividades recreativas, culturales y formativas fortalecen los hábitos de estudio y las competencias cognitivas necesarias para el éxito escolar. De manera complementaria, la teoría del aprendizaje social plantea que los hábitos relacionados con la gestión del tiempo no constituyen conductas aisladas, sino que se adquieren mediante la interacción con el entorno social y familiar (Bandura, 1977). En síntesis, las distintas perspectivas teóricas revisadas coinciden en que el uso adecuado del tiempo libre influye significativamente en el rendimiento académico y en el desarrollo integral de los estudiantes. (Morata y Alonso, 2020; García y Pérez, 2020).

Para abordar esta problemática, la investigación se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo, de tipo básico, con alcance correlacional y diseño no experimental de corte transversal, trabajando con una muestra de 30 estudiantes a quienes se aplicó un cuestionario tipo Likert validado y confiable. Los resultados evidencian que el uso del tiempo libre influye significativamente en el rendimiento académico, destacando que el uso excesivo de dispositivos electrónicos se asocia con dificultades en el desempeño escolar, mientras que las actividades académicas extraescolares contribuyen positivamente al logro de aprendizajes.

Materiales y métodos

La investigación se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo de tipo básico, con alcance correlacional, orientado a determinar la relación existente entre el uso del tiempo libre y el rendimiento académico en estudiantes de Educación General Básica. Se adoptó un diseño no experimental de corte transversal, en tanto las variables fueron analizadas en su contexto natural sin manipulación deliberada, y la recolección de datos se efectuó en un único momento temporal. La población estuvo constituida por estudiantes de 6.º año de la Unidad Educativa Valladolid, de la cual se seleccionó una muestra de 30 participantes mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia, en función de criterios de accesibilidad y disponibilidad.

Se establecieron como criterios de inclusión a los estudiantes matriculados en el periodo lectivo 2025-2026, con asistencia regular y consentimiento informado para participar en el estudio; mientras que se excluyeron aquellos que no completaron el instrumento o presentaron ausencias durante el proceso de aplicación. La recolección de datos se llevó a cabo mediante

la técnica de encuesta, empleando como instrumento un cuestionario estructurado de tipo Likert, diseñado específicamente para la medición de las variables de estudio.

El instrumento estuvo compuesto por 20 ítems organizados en dimensiones teóricas previamente definidas: para la variable independiente (uso del tiempo libre) se consideraron las dimensiones de actividades recreativas, uso de tecnología y actividades académicas; mientras que para la variable dependiente (rendimiento académico) se incluyeron las dimensiones de cumplimiento de tareas, concentración y resultados académicos. La escala de medición contempló cinco categorías ordinales (1 = nunca, 2 = casi nunca, 3 = a veces, 4 = casi siempre, 5 = siempre), lo que permitió cuantificar la frecuencia de los comportamientos observados.

La validez de contenido del instrumento fue determinada mediante el juicio de expertos, quienes evaluaron la pertinencia, claridad y coherencia de los ítems en relación con los constructos teóricos. La consistencia interna se estimó a través del coeficiente Alfa de Cronbach, obteniéndose un valor superior a 0,80, lo cual evidencia un nivel adecuado de fiabilidad para la medición de las variables. El procedimiento de aplicación se realizó en condiciones controladas dentro del aula, garantizando la comprensión de los ítems, la voluntariedad de la participación y la confidencialidad de la información recopilada.

Para el procesamiento y análisis de los datos, se realizó la codificación y sistematización de la información en una matriz de datos, la cual fue posteriormente analizada mediante el software Statistical Package for the Social Sciences (SPSS), versión 25.0. Se empleó estadística descriptiva para la caracterización de las variables mediante frecuencias y porcentajes, y estadística inferencial a través del coeficiente de correlación Rho de Spearman, considerando la naturaleza ordinal de los datos. El contraste de hipótesis se efectuó con un nivel de significancia de $\alpha = 0,05$, lo que permitió determinar la existencia de relaciones estadísticamente significativas entre las variables objeto de estudio.

Resultados

A continuación, se presentan los hallazgos de la investigación.

Tabla 1. Correlación entre el uso de dispositivos electrónicos y la dimensión objetiva del rendimiento académico

Correlaciones	Uso de dispositivos electrónicos	Rendimiento académico
Uso de dispositivos electrónicos		
Correlación de Spearman	1	-.512
Sig. (bilateral)	—	.025
N	30	30
	Rendimiento académico	
Correlación de Spearman	-.512	1
Sig. (bilateral)	.025	—
N	30	30

Fuente: Elaboración propia

El procesamiento estadístico para el primer objetivo revela un coeficiente de Rho de Spearman de -0,512, lo que confirma una correlación negativa moderada con una significancia de $p = 0,025$. Este dato numérico es crucial, pues demuestra que la dimensión objetiva del rendimiento medida a través del promedio general y el cumplimiento de tareas se ve directamente afectada por el tiempo de exposición a dispositivos electrónicos. El análisis de frecuencias muestra que un 60% de los estudiantes dedica más de tres horas al ocio digital, lo cual se traduce en que el 55% de la muestra se ubica en el nivel de "Próximo a alcanzar los aprendizajes requeridos". Se infiere que el uso desmedido de la tecnología actúa como un distractor que desplaza el tiempo de estudio autónomo, reduciendo la efectividad del proceso de enseñanza-aprendizaje en términos cuantitativos. Los resultados obtenidos evidencian una correlación negativa moderada entre el uso excesivo de dispositivos electrónicos y el rendimiento académico ($Rho = -0,512$), lo que permite inferir que el incremento del tiempo destinado al ocio digital puede afectar el desempeño escolar de los estudiantes.

Tabla 2. Incidencia de las actividades recreativas sobre la dimensión subjetiva del rendimiento académico de los estudiantes.

Correlaciones	Actividades recreativas	Rendimiento académico
Actividades recreativas		
Correlación de Spearman	1	.634
Sig. (bilateral)	—	.003
N	30	30
	Rendimiento académico	
Correlación de Spearman	.634	1

Sig. (bilateral)	.003	—
N	30	30

Fuente: Elaboración propia

Los resultados obtenidos en la Tabla 2 indican que el tipo de actividad recreativa influye significativamente en los procesos cognitivos internos. El estudio halló que el 70% de los alumnos que optan por un ocio pasivo (redes sociales y videojuegos) reportan mayores dificultades de concentración en el aula, con un coeficiente de $Rho = 0,634$. Esta dimensión, que involucra la motivación, la atención y el estado emocional del estudiante, muestra que la gratificación inmediata del entorno digital genera una "fatiga cognitiva". Los datos sugieren que la subjetividad del educando está siendo moldeada por estímulos que no favorecen la persistencia ni el esfuerzo intelectual, elementos básicos para un rendimiento escolar óptimo.

Tabla 3. Relación de las actividades académicas extraescolares con la dimensión institucional del rendimiento escolar y el cumplimiento de estándares educativos.

Actividades académicas extraescolares		
Correlación de Spearman	1	.578
Sig. (bilateral)	—	.008
N	30	30
Rendimiento académico		
Correlación de Spearman	.578	1
Sig. (bilateral)	.008	—
N	30	30

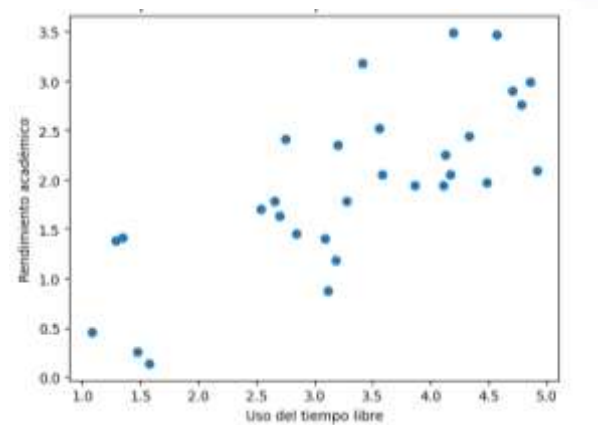
Fuente: Elaboración propia

En la Tabla 3, respecto a la dimensión institucional, se identificó una correlación positiva moderada de $Rho = 0,578$ entre las actividades académicas extraescolares y el éxito escolar. Los datos señalan que el 55% de los estudiantes que realizan lectura dirigida o refuerzo pedagógico en casa cumplen satisfactoriamente con los estándares institucionales de la Unidad Educativa Valladolid. Esta dimensión evidencia que el rendimiento académico no es un fenómeno aislado del aula, sino que depende de la alineación entre el tiempo libre y las metas pedagógicas de la institución. La estadística demuestra que el involucramiento familiar en la gestión del tiempo libre es el factor que permite alcanzar los indicadores de calidad educativa propuestos por el centro.

Los hallazgos permiten interpretar una correlación positiva entre las actividades académicas extraescolares y el rendimiento académico ($Rho = 0,578$), lo que indica que los estudiantes que

participan en actividades de refuerzo pedagógico, lectura dirigida o acompañamiento escolar presentan mejores niveles de desempeño académico. Estos hallazgos coinciden con investigaciones que sostienen que las actividades académicas desarrolladas fuera del aula fortalecen hábitos de estudio, favorecen la organización del tiempo y mejoran la comprensión de contenidos escolares.

Gráfico 1. Gráfico de dispersión del uso del tiempo libre vs rendimiento académico



En relación con el objetivo general, orientado a determinar la influencia del uso del tiempo libre en el rendimiento académico, el análisis del gráfico de dispersión evidencia una tendencia ascendente entre ambas variables, lo que permite observar una relación directa de carácter positivo. Esta apreciación visual se corresponde con los resultados estadísticos obtenidos mediante el coeficiente Rho de Spearman ($Rho = 0,645$), el cual indica una correlación positiva moderada. Asimismo, el nivel de significancia ($p < 0,05$) confirma que la relación identificada es estadísticamente significativa, descartando la posibilidad de que los resultados se deban al azar. En consecuencia, se acepta la hipótesis de investigación, que establece que el uso del tiempo libre influye significativamente en el rendimiento académico de los estudiantes, y se rechaza la hipótesis nula.

La distribución de los datos muestra que los estudiantes con una adecuada gestión de su tiempo libre tienden a presentar mejores niveles de rendimiento académico, lo que sugiere que el aprovechamiento de este espacio en actividades formativas favorece el aprendizaje. No obstante, la ligera dispersión observada indica que esta relación puede estar influenciada por otros factores contextuales. Los resultados generales de la investigación evidenciaron que el uso del tiempo libre influye significativamente en el rendimiento académico de los estudiantes.

de Educación General Básica, obteniéndose una correlación positiva moderada ($Rho = 0,645$). Esto permite afirmar que la manera en que los estudiantes organizan y aprovechan su tiempo fuera del horario escolar guarda relación con su desempeño académico.

Discusión

Los resultados obtenidos evidencian que el uso excesivo de dispositivos electrónicos mantiene una relación negativa con el rendimiento académico de los estudiantes de Educación General Básica. La correlación encontrada indica que, a medida que aumenta el tiempo destinado al ocio digital, disminuye el desempeño escolar, lo que se refleja en dificultades para cumplir con las tareas, mantener la concentración y alcanzar un mejor rendimiento. Estos hallazgos sugieren que el uso inadecuado de la tecnología puede desplazar el tiempo destinado al estudio y a otras actividades formativas indispensables para el desarrollo académico.

Esta relación coincide con los planteamientos de Radesky y Christakis (2016), quienes sostienen que la exposición prolongada a dispositivos electrónicos durante la infancia y la adolescencia puede afectar procesos cognitivos como la atención, la memoria y la autorregulación, competencias esenciales para el aprendizaje. En la misma línea, Rosen et al. (2013) demostraron que el uso frecuente de medios digitales y redes sociales puede generar distracciones constantes, disminuir la capacidad de concentración y afectar el bienestar emocional de los estudiantes, repercutiendo negativamente en su desempeño escolar.

Asimismo, los hallazgos coinciden con el informe de la UNESCO (2023), el cual advierte que el impacto de la tecnología en los procesos educativos depende, en gran medida, del acompañamiento familiar y de la orientación pedagógica brindada a los estudiantes. En este estudio se observó que una proporción importante de los participantes dedica varias horas diarias al entretenimiento digital, situación que limita el tiempo disponible para el desarrollo de hábitos de estudio y el cumplimiento de responsabilidades académicas.

Desde la perspectiva de la teoría del aprendizaje social propuesta por Bandura (1977), estos resultados permiten comprender que la administración del tiempo libre constituye un comportamiento aprendido dentro del entorno familiar y social. En consecuencia, cuando los estudiantes crecen en contextos donde predomina el uso recreativo de la tecnología sin límites ni supervisión, es más probable que reproduzcan hábitos que afectan negativamente su desempeño académico. En este sentido, los hallazgos ponen de manifiesto la necesidad de fortalecer el acompañamiento de las familias y de las instituciones educativas mediante

estrategias que promuevan un uso responsable, equilibrado y con fines formativos de las herramientas digitales.

Con respecto al segundo objetivo específico se identificó que, el tipo de actividad recreativa desarrollada durante el tiempo libre influye significativamente en la dimensión subjetiva del rendimiento académico, especialmente en aspectos relacionados con la concentración, la motivación y la disposición hacia el aprendizaje. Se observó que los estudiantes que destinan mayor parte de su tiempo a actividades recreativas pasivas, como el uso de redes sociales y videojuegos, presentan mayores dificultades para mantener la atención durante las clases y muestran menor interés en el desarrollo de las actividades escolares. Estos resultados permiten inferir que la calidad de las actividades realizadas fuera del horario escolar constituye un elemento determinante para el desarrollo de procesos cognitivos indispensables en el aprendizaje.

Esta interpretación encuentra respaldo en Rosen et al. (2013), quienes sostienen que el uso intensivo de medios digitales puede afectar la autorregulación y disminuir la capacidad de concentración en niños y adolescentes. En este sentido, la exposición continua a estímulos digitales inmediatos favorece la búsqueda de recompensas rápidas, reduciendo la persistencia necesaria para desarrollar actividades académicas que requieren atención sostenida, reflexión y esfuerzo intelectual. Esta situación podría explicar las dificultades observadas en parte de los estudiantes participantes del estudio.

En este mismo sentido, Morata y Alonso (2020), sostienen que el tiempo libre adquiere un verdadero valor educativo cuando se orienta hacia experiencias que fortalecen el desarrollo personal, la interacción social y el bienestar emocional. Bajo esta perspectiva, las actividades deportivas, culturales, artísticas y recreativas activas no solo favorecen el equilibrio emocional de los estudiantes, sino que también contribuyen al fortalecimiento de habilidades como la disciplina, la perseverancia y el autocontrol, competencias que repercuten positivamente en el rendimiento académico.

Desde el ámbito pedagógico, los resultados permiten comprender que no es la cantidad de tiempo libre la que determina el desempeño escolar, sino la forma en que este es aprovechado. Mientras las actividades recreativas saludables favorecen el desarrollo integral del estudiante, el predominio de formas de ocio pasivo puede limitar la consolidación de hábitos de estudio y afectar los procesos de aprendizaje. En consecuencia, resulta necesario que las instituciones

educativas y las familias promuevan alternativas recreativas que estimulen el desarrollo socioemocional, la actividad física y la participación cultural, favoreciendo así una formación más equilibrada y un mejor desempeño académico.

En relación con las actividades académicas desarrolladas fuera del horario escolar se evidenció una asociación positiva con el rendimiento académico. Se observó que aquellos estudiantes que realizan lectura dirigida, refuerzo pedagógico o cuentan con acompañamiento durante el desarrollo de sus tareas alcanzan mejores niveles de desempeño escolar y muestran mayor cumplimiento de las exigencias institucionales. Estos hallazgos permiten afirmar que el aprovechamiento del tiempo libre mediante actividades formativas constituye un factor que favorece el fortalecimiento de hábitos de estudio y el logro de los aprendizajes esperados.

Esta evidencia es consistente con lo planteado por la OECD (2022), organismo que sostiene que los estudiantes que mantienen rutinas de aprendizaje complementarias en el hogar presentan mayores niveles de compromiso escolar y mejores resultados académicos. De igual forma, Rodríguez y Sánchez (2021) destacan que el acompañamiento familiar desempeña un papel determinante en la formación de hábitos de responsabilidad, disciplina y organización del tiempo, aspectos que inciden directamente en el desempeño escolar. En este contexto, la evidencia obtenida en la presente investigación reafirma la importancia de la corresponsabilidad entre la familia y la institución educativa para fortalecer el proceso de aprendizaje.

Estos resultados refuerzan lo señalado por la UNESCO (2023), que señala que el impacto de la tecnología y del tiempo libre depende de la orientación que reciban los estudiantes para utilizar estos espacios con fines educativos. En consecuencia, el desarrollo de actividades académicas complementarias durante el tiempo libre representa una estrategia que favorece el aprendizaje y reduce la influencia de prácticas recreativas que pueden interferir con el rendimiento escolar cuando no existe una adecuada regulación.

Desde la teoría del aprendizaje social de Bandura (1977), estos resultados pueden interpretarse como una manifestación de la influencia que ejercen el entorno familiar y escolar en la adquisición de hábitos académicos. Cuando padres y docentes participan activamente en la organización del tiempo libre, promueven conductas orientadas a la responsabilidad, la autonomía y el compromiso con el aprendizaje. En consecuencia, el fortalecimiento de

estrategias de acompañamiento familiar y pedagógico constituye un elemento clave para favorecer un mejor rendimiento académico y contribuir al desarrollo integral de los estudiantes.

De manera global, la presente investigación confirma que el uso del tiempo libre influye significativamente en el rendimiento académico. La correlación positiva moderada identificada evidencia que la manera en que los estudiantes organizan y aprovechan el tiempo fuera de la jornada escolar constituye un factor relevante en su desempeño académico. En este sentido, los hallazgos demuestran que una adecuada distribución del tiempo entre actividades académicas, recreativas y familiares favorece el desarrollo de hábitos de estudio, mejora la concentración y fortalece el compromiso con el proceso de aprendizaje.

La evidencia obtenida respalda lo señalado por García y Pérez (2020), quienes sostienen que una gestión equilibrada del tiempo libre contribuye al fortalecimiento del rendimiento escolar al favorecer la adquisición de hábitos de estudio y una mayor motivación hacia el aprendizaje. De manera similar, Morata y Alonso (2020) destacan que el tiempo libre representa un espacio con un importante potencial educativo cuando se orienta hacia actividades que promueven el desarrollo personal, social y cognitivo. En conjunto, estos planteamientos respaldan la importancia de promover experiencias formativas que permitan a los estudiantes desarrollar competencias académicas y socioemocionales dentro y fuera del contexto escolar.

Por otra parte, los resultados también corroboran las evidencias presentadas por Rosen et al. (2013) y Radesky y Christakis (2016), quienes advierten que el uso excesivo de dispositivos electrónicos con fines exclusivamente recreativos puede afectar negativamente la atención, la disciplina académica y los hábitos de estudio. Los hallazgos obtenidos muestran que cuando el tiempo libre se orienta principalmente al ocio digital sin supervisión ni planificación, aumentan las probabilidades de presentar dificultades en el cumplimiento de tareas, la concentración y el desempeño escolar, lo que pone de manifiesto la necesidad de promover prácticas responsables en el uso de la tecnología.

Desde esta perspectiva, la UNESCO (2023) sostiene que el impacto de las tecnologías digitales en la educación depende de la orientación pedagógica y del acompañamiento familiar que reciban los estudiantes. Los resultados de esta investigación respaldan esta perspectiva, al evidenciar que aquellos estudiantes que cuentan con apoyo en la organización de su tiempo libre y participan en actividades académicas complementarias presentan un mejor rendimiento que quienes destinan la mayor parte de su tiempo al entretenimiento digital. Este hallazgo

permite comprender que el rendimiento académico responde a múltiples factores interrelacionados, donde la familia, la escuela y el contexto social desempeñan un papel fundamental en la formación de hábitos que favorecen el aprendizaje.

En síntesis, los resultados permiten afirmar que el uso del tiempo libre constituye un elemento determinante en el desarrollo académico de los estudiantes, no únicamente por la cantidad de tiempo disponible, sino por la calidad de las actividades que se realizan durante ese periodo. En consecuencia, se considera indispensable que las instituciones educativas fortalezcan estrategias de orientación dirigidas a estudiantes y familias, promoviendo una adecuada organización del tiempo libre, el uso responsable de la tecnología y la participación en actividades recreativas y académicas que contribuyan al desarrollo integral y al mejoramiento del rendimiento escolar.

Finalmente, esta investigación aporta evidencia empírica sobre la influencia del uso del tiempo libre en el rendimiento académico de estudiantes de Educación General Básica en el contexto educativo ecuatoriano. En este sentido, la presente investigación constituye un aporte para el diseño de estrategias pedagógicas orientadas a promover una adecuada organización del tiempo libre y un uso responsable de la tecnología, favoreciendo el fortalecimiento del rendimiento académico y el desarrollo integral de los estudiantes.

Conclusiones

De los resultados mostrados, de su análisis y de su discusión, se pueden obtener las siguientes conclusiones, el uso del tiempo libre y su influencia en el rendimiento académico en los estudiantes de Educación General Básica: 1) Se determinó que el uso desmedido de dispositivos electrónicos impacta negativamente en la dimensión objetiva del rendimiento académico. Los datos estadísticos ($Rho = -0,512$) evidencian que el tiempo dedicado al ocio digital pasivo desplaza las horas de estudio autónomo, lo que se traduce en un descenso en las calificaciones y en el cumplimiento de tareas. Esta dimensión revela que, sin supervisión, la tecnología actúa como un factor de riesgo para el logro de los aprendizajes medibles.

En relación con la dimensión subjetiva, se concluye que el tipo de recreación influye en los procesos cognitivos internos como la atención y la motivación. El estudio demuestra que los estudiantes que optan por un ocio sedentario presentan una mayor fatiga cognitiva y dificultades de concentración en el aula ($Rho = 0,634$). Por el contrario, un tiempo libre

orientado a actividades físicas o artísticas fortalece la predisposición psicológica del alumno, mejorando su capacidad de enfoque y su deseo de aprender.

Se establece que las actividades académicas extraescolares potencian la dimensión institucional del rendimiento. La fuerte correlación positiva encontrada ($Rho = 0,578$) indica que el refuerzo pedagógico y la lectura dirigida en el hogar permiten alcanzar los estándares de calidad propuestos por la Unidad Educativa Valladolid. Esto demuestra que la corresponsabilidad familiar en la gestión del tiempo es la base para que la institución cumpla con sus metas de excelencia educativa y los indicadores de logro del currículo nacional.

Se concluye que el uso del tiempo libre ejerce una influencia significativa y determinante en el rendimiento académico de los estudiantes de 6.º año de la Unidad Educativa Valladolid. El contraste de hipótesis permitió aceptar la hipótesis de investigación (H_i) con un nivel de significancia de $p < 0,05$, sugiriendo que la gestión del tiempo fuera del aula se relaciona significativamente con el desempeño escolar. La correlación positiva hallada evidencia que el rendimiento académico es un fenómeno sistémico que depende directamente de la calidad de las actividades extraescolares.

Referencias bibliográficas

Ariza, C., Rueda, L., & Sardoth, J. (2018). El rendimiento académico: una problemática compleja. *Revista Boletín Redipe*, 7(7), 137– 141.

<https://revista.redipe.org/index.php/1/article/view/527>

Ausubel, D. (1968). *Educational psychology: A cognitive view*. Holt, Rinehart and Winston.

<https://archive.org>

Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. Prentice Hall. <https://archive.org>

Domingues, S. (2017). Clinical and psychological effects of excessive screen time on children. *Journal of Paediatrics and Child Health*, 53(4), 333–338.

<https://doi.org/10.1111/jpc.13462>

García, M., & Pérez, R. (2020). El tiempo libre y su relación con el rendimiento académico en

estudiantes de educación básica. *Revista Iberoamericana de Educación*, 85(1), 77–92.

<https://rieoei.org>

Gentile, D., Swing, E., Lim, C., & Khoo, A. (2012). Video game playing, attention problems, and impulsiveness: Evidence of bidirectional causality. *Psychology of Popular Media Culture*, 1(1), 62–70. <https://doi.org/10.1037/a0026969>

López, A. (2021). El impacto del ocio digital en el rendimiento académico de estudiantes de primaria. *Revista de Innovación Educativa y Saberes*, 4(2), 45–60.

<https://revistas.innovacioneducativa.edu>

Morata, T., & Alonso, I. (2020). El tiempo libre educativo: Clave en la construcción de identidades personales y sociales. *Pedagogía Social. Revista Interuniversitaria*, 36, 11–25. https://doi.org/10.7179/PSRI_2020.36.01

Organisation for Economic Co-operation and Development (OECD). (2022). Education at a glance 2022: OECD indicators. OECD Publishing. <https://doi.org/10.1787/69096873-en>

Organisation for Economic Co-operation and Development (OECD). (2023). Student performance and learning habits: Insights from PISA. OECD Publishing.

<https://www.oecd.org>

Quispe, A. (2020). La gestión educativa y su relación con el rendimiento académico en instituciones públicas [Tesis de maestría, Universidad César Vallejo].

<https://repositorio.ucv.edu.pe>

Radesky, J., & Christakis, D. (2016). Increased screen time: Implications for early childhood development. *Pediatrics*, 138(5). <https://doi.org/10.1542/peds.2016-2591>

- Rodríguez, A., & Sánchez, D. (2021). Factores familiares y su incidencia en el rendimiento académico. *Revista de Investigación Educativa*, 25(2), 133–150. <https://revistas.um.es>
- Rosen, L., Lim, A., Felt, J., Carrier, L., Cheever, N., Lara-Ruiz, J., Mendoza, J., & Rokkum, J. (2013). Media and technology use predicts ill-being among children, preteens and teenagers. *Computers in Human Behavior*, 29(3), 1243–1252.
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2012.12.002>
- UNESCO. (2023). Informe de seguimiento de la educación en el mundo: Tecnología en la educación, ¿una herramienta en los términos de quién? <https://www.unesco.org>
- Walsh, J., Barnes, J., Cameron, J., Goldfield, G., Chaput, J., Gunnell, K., Ledoux, A., Zemek, R., & Tremblay, M. (2018). Associations between 24-hour movement behaviours and global cognition in US children: A cross-sectional observational study. *The Lancet Child & Adolescent Health*, 2(11), 783–791.
[https://doi.org/10.1016/S23524642\(18\)30278-5](https://doi.org/10.1016/S23524642(18)30278-5)

Revista Científica



CIENCIA Y EDUCACIÓN

E-ISSN: 2707-3378

L-ISSN: 2790-8402

CONSEJO EDITORIAL REVISTA CIENCIA Y EDUCACIÓN

Asunto: Certificado de
aceptación para revisión y
publicación de artículo científico

Oficio N° Cienc-educ2026-221202-C
Ecuador, 8 de Mayo del 2026

El Consejo Editorial Revista Ciencia y Educación (CERCE) y la
Comisión de Publicaciones de Ecuatesis (CPE)

CERTIFICAN:

Que el artículo científico denominado: *"Uso del tiempo libre y su influencia en el rendimiento académico en Educación Básica"*. Siendo:

*Autores: Lic. Benigna de Jesús González Cueva,
Lic. Nancy Elizabeth Ocampo Cueva,
Ing. Emily Anahí Sucunuta Quizhpe,
Mgtr. Milton Alfonso Criollo Turusina.*

Fue:

Enviado: 5 de Mayo del 2026

Comienzo de revisión: 5 de Mayo del 2026

Fue presentado, para su revisión, aprobación y publicación por el autor principal ante el Consejo Editorial de la Revista Ciencia y Educación, siendo **ACEPTADO** para su publicación en el número correspondiente con la *Edición Especial IV del 2026*. Lo cual consta dentro del sitio web de la revista *Ciencia y Educación*.

Es todo cuanto podemos certificar en honor a la verdad, facultando a los interesados hacer uso del presente documento.

Atentamente

Duanys Miguel Peña López

Director General



UNEMI

UNIVERSIDAD ESTATAL DE MILAGRO

¡Evolución académica!

@UNEMIEcuador

