Instituto Superior de Educación Física Nº11

“Abanderado Mariano Grandoli”

Profesorado de Educación Física – Plan Dcto. Nº696/01

Espacio curricular: Formación Motriz III – PTL III

Curso: 3°Año

Docentes: Alegreti Walter; Brandolini Gonzalo; Del Pozo, Paula; Zelaya Juan Roberto.

Ciclo lectivo 2026

FORMACIÓN MOTRIZ III

Marco referencial

La Educación Física ha ampliado significativamente sus campos de intervención, trascendiendo el ámbito escolar y deportivo para consolidarse como una disciplina comprometida con la promoción de la salud, la educación, la recreación, la inclusión social y el desarrollo humano integral. En la actualidad, el profesional de la Educación Física encuentra múltiples espacios de desempeño en ámbitos comunitarios, recreativos, educativos, de la salud, institucionales y privados, respondiendo a las demandas de una sociedad en constante transformación.

Esta realidad exige que el futuro Profesor o Profesora de Educación Física desarrolle competencias profesionales que le permitan diseñar, implementar y evaluar propuestas de actividad física, recreación y tiempo libre adaptadas a las características, necesidades e intereses de diversos grupos poblacionales, especialmente de las personas adultas y adultas mayores. Para ello resulta indispensable comprender los cambios biológicos, psicológicos, sociales, culturales y emocionales que atraviesan las distintas etapas de la adultez, promoviendo intervenciones fundamentadas desde una perspectiva integral, preventiva, inclusiva y de promoción de la calidad de vida.

En este marco, el subespacio Problemática del Tiempo Libre propone el estudio crítico de los conceptos de tiempo libre, ocio y recreación, abordando su evolución histórica, sus diferentes enfoques teóricos y su vinculación con las transformaciones sociales, culturales, económicas y tecnológicas de la sociedad contemporánea. Asimismo, invita a reflexionar sobre las desigualdades en el acceso al tiempo libre, las prácticas de consumo, los procesos de digitalización, el sedentarismo y las nuevas formas de socialización, reconociendo al tiempo libre como un derecho humano y un espacio privilegiado para el desarrollo personal, la participación comunitaria y la construcción de ciudadanía.

Desde una perspectiva pedagógica, la recreación se entiende como una práctica educativa capaz de favorecer aprendizajes significativos, fortalecer los vínculos sociales, estimular la creatividad, promover el bienestar y contribuir al desarrollo de una cultura del cuidado de sí mismo, de los otros y del ambiente. En este sentido, la Educación Física asume el desafío de trascender una mirada exclusivamente biologicista o deportiva para constituirse como una disciplina que educa a través del movimiento, las experiencias corporales, el juego y las prácticas recreativas, favoreciendo la autonomía, la participación y el disfrute consciente del tiempo libre.

Coincidiendo con Lescano (2011), la Educación Física no debe limitarse únicamente al desarrollo de capacidades físicas, sino también enseñar a habitar el cuerpo, reconocer sus posibilidades, generar experiencias placenteras de movimiento y construir hábitos de vida activos y saludables a lo largo de todo el ciclo vital. Desde esta concepción, las capacidades condicionales, coordinativas y las habilidades motrices constituyen herramientas al servicio del desarrollo integral de las personas y no

fines en sí mismas.

La propuesta pedagógica del espacio curricular promueve una formación crítica, reflexiva y comprometida con la realidad social, favoreciendo la integración de los saberes construidos durante la carrera mediante experiencias de aprendizaje situadas. Se propiciará el trabajo interdisciplinario, la resolución de problemas, el aprendizaje basado en proyectos, el análisis de casos, la investigación y la intervención comunitaria, permitiendo que el estudiantado construya respuestas concretas frente a necesidades reales de distintos contextos sociales.

Como eje integrador del espacio, cada estudiante participará activamente en el diseño, planificación, implementación y evaluación de un proyecto recreativo destinado a una población específica, articulando los contenidos desarrollados en los distintos subespacios del Profesorado con las experiencias de las prácticas docentes. Esta propuesta favorecerá el desarrollo de competencias profesionales vinculadas con la planificación, la gestión, la intervención educativa, el trabajo colaborativo, la comunicación, la innovación y la evaluación de proyectos recreativos.

Finalmente, esta planificación se sustenta en una concepción ética de la profesión docente, entendiendo que el Profesorado de Educación Física posee una responsabilidad social en la construcción de comunidades más saludables, inclusivas, participativas y sostenibles. En consecuencia, se busca formar profesionales capaces de intervenir con sensibilidad, compromiso y pensamiento crítico, promoviendo el derecho al juego, la recreación, el movimiento y el tiempo libre como dimensiones esenciales para mejorar la calidad de vida de las personas y fortalecer el tejido social.

Propósitos

- Indagar, analizar y problematizar los conceptos de tiempo libre, ocio y recreación desde diferentes enfoques teóricos, históricos y socioculturales, reconociendo su incidencia en la calidad de vida de las personas adultas y adultas mayores.

- Comprender las características biológicas, psicológicas, sociales, culturales y motrices de las distintas etapas de la adultez, identificando sus necesidades, intereses y posibilidades de participación en prácticas recreativas y de actividad física.

- Integrar, resignificar y articular los saberes construidos en los distintos subespacios de la formación, promoviendo una mirada interdisciplinaria sobre la intervención profesional en Educación Física.

- Diseñar, planificar, implementar y evaluar propuestas recreativas y de actividad física contextualizadas, inclusivas y sostenibles, que respondan a situaciones reales y favorezcan la promoción de estilos de vida activos, saludables y participativos.

- Favorecer el desarrollo de competencias profesionales para la intervención educativa en diversos ámbitos de desempeño, promoviendo la creatividad, la autonomía, el trabajo colaborativo y la resolución de problemáticas propias del campo de la recreación y el tiempo libre.

- Promover una actitud crítica, ética y reflexiva frente a las prácticas corporales y recreativas, reconociendo el tiempo libre como un derecho humano y un espacio de desarrollo personal, social y comunitario.

- Incentivar la elaboración de proyectos recreativos innovadores que contemplen la diversidad de contextos, las perspectivas de inclusión, accesibilidad, género, interculturalidad y educación ambiental.

- Fortalecer el compromiso profesional con la promoción de la salud integral, el bienestar, la convivencia democrática y la construcción de comunidades más activas, participativas e inclusivas.

Contenidos

UNIDAD 1. Tiempo libre, ocio y recreación: fundamentos y perspectivas contemporáneas

- Conceptualización de tiempo libre, ocio y recreación. Diferentes enfoques filosóficos, sociológicos, pedagógicos y culturales.
- El tiempo libre como construcción histórica, social y cultural.
- El derecho al tiempo libre como derecho humano.
- Perspectiva interseccional: clases sociales, género, diversidad, discapacidad, generaciones y contextos socioculturales.
- Transformaciones contemporáneas del tiempo libre: sociedad de consumo, individualismo, hiperconectividad, sedentarismo, redes sociales y nuevas tecnologías.
- Recreación educativa y pedagogía del juego.
- El juego como estrategia pedagógica en la adultez y la adultez mayor.
- Beneficios de las prácticas recreativas para la salud física, mental, emocional y social.

UNIDAD 2. La adultez y la adultez mayor desde una perspectiva integral

- Características biológicas, psicológicas, sociales, motrices y culturales de las distintas etapas de la adultez.
- Procesos de envejecimiento activo y saludable.
- Cambios funcionales y su relación con la actividad física y la recreación.
- Significados y representaciones sociales sobre la adultez y la vejez.
- Estereotipos, prejuicios y construcción social del envejecimiento.
- Motivaciones, intereses y necesidades recreativas de las personas adultas y adultas mayores.
- Calidad de vida, bienestar y participación social.

UNIDAD 3. Tiempo libre, ciudadanía y políticas públicas

- Necesidades e intereses recreativos en el contexto sociocultural.
- El tiempo libre como derecho social.
- Estado, políticas públicas y acceso a la recreación.
- Programas e instituciones destinadas a la promoción de la actividad física y la recreación.
- Espacios públicos, comunitarios e institucionales para el desarrollo de propuestas recreativas.
- Inclusión social, accesibilidad y participación comunitaria.
- Recreación, educación ambiental y sostenibilidad.
- Análisis de experiencias y proyectos recreativos en distintos contextos.

UNIDAD 4. Diseño, planificación y evaluación de proyectos recreativos

- Diagnóstico de necesidades e intereses de diferentes poblaciones.
- Diseño, planificación, gestión e implementación de propuestas recreativas.

- Elaboración de proyectos de intervención comunitaria.
- Estrategias metodológicas para la recreación con personas adultas y adultas mayores.
- Organización de jornadas, eventos y actividades recreativas.
- Evaluación de proyectos recreativos: criterios, instrumentos e indicadores.
- Articulación interdisciplinaria con los distintos subespacios del Profesorado.
- Presentación y defensa de un proyecto integrador de intervención recreativa basado en situaciones reales.

Eje transversal durante todo el año

En todas las unidades se promoverá el análisis crítico de casos, el trabajo colaborativo, la utilización de recursos digitales, la educación inclusiva, la perspectiva de género, la educación ambiental, la promoción de la salud, la ética profesional y el diseño de propuestas innovadoras que favorezcan el desarrollo integral y el ejercicio del derecho al tiempo libre.

Marco metodológico

La propuesta metodológica se fundamenta en un enfoque activo, participativo, reflexivo y colaborativo, que sitúa al estudiantado como protagonista de la construcción de sus aprendizajes. Se promoverá el desarrollo de competencias profesionales mediante experiencias significativas que articulen la teoría con la práctica, favoreciendo el análisis crítico de la realidad y la intervención en contextos concretos de desempeño profesional.

El desarrollo del espacio curricular combinará diversas estrategias de enseñanza, tales como la lectura comprensiva y crítica de bibliografía obligatoria y complementaria, exposiciones dialogadas, clases teórico-prácticas, debates, análisis de casos, resolución de problemas, trabajo cooperativo, investigaciones bibliográficas, observación de experiencias, producción de materiales didácticos y utilización de recursos tecnológicos.

Se favorecerá el uso de metodologías activas como el Aprendizaje Basado en Proyectos (ABP), el aprendizaje cooperativo y el estudio de casos, promoviendo la integración de saberes provenientes de los distintos subespacios del Profesorado y su aplicación en situaciones reales de intervención.

Durante el cursado se realizarán actividades individuales y grupales que incluirán el análisis e interpretación de textos académicos, documentales, videos, producciones audiovisuales, presentaciones digitales, artículos científicos y experiencias de campo. Asimismo, se incentivará el uso de herramientas digitales para la elaboración de presentaciones, mapas conceptuales, infografías y otros recursos que favorezcan la comunicación y socialización del conocimiento.

Como eje central del espacio, los estudiantes desarrollarán un **proyecto de intervención recreativa** destinado a personas adultas en un ámbito de educación no formal. Dicho proyecto comprenderá las etapas de diagnóstico, identificación de necesidades e intereses de la población destinataria, fundamentación teórica, planificación, diseño de actividades recreativas, implementación, evaluación y elaboración de un informe final. Esta propuesta permitirá articular los contenidos del espacio curricular con las experiencias de las prácticas docentes, fortaleciendo la capacidad de planificación, gestión e intervención profesional.

A lo largo del proceso se promoverán instancias permanentes de reflexión, autoevaluación y coevaluación, favoreciendo la construcción colectiva del conocimiento, el intercambio de experiencias y el desarrollo de una actitud crítica frente a las prácticas recreativas y educativas.

Como cierre integrador del espacio curricular, los estudiantes presentarán y defenderán públicamente el proyecto desarrollado, acompañado por una red conceptual que evidencie la integración de los contenidos trabajados durante el año y su articulación con los distintos subespacios de la formación docente.

Toda la propuesta metodológica estará orientada al desarrollo de competencias profesionales, promoviendo la creatividad, la innovación, la inclusión, la perspectiva de derechos, la educación ambiental, el trabajo interdisciplinario y el compromiso ético con la mejora de la calidad de vida de las personas y las comunidades mediante prácticas recreativas significativas.

Cronograma

El desarrollo del espacio curricular se organizará en dos cuatrimestres, articulando progresivamente los contenidos teóricos con experiencias prácticas, estudios de caso y actividades de intervención, favoreciendo la integración de los saberes construidos en los distintos subespacios del Profesorado.

Primer cuatrimestre

Durante el primer cuatrimestre se abordarán los contenidos correspondientes a las Unidades 1 y 2, priorizando la construcción de los marcos conceptuales relacionados con el tiempo libre, el ocio y la recreación, así como el análisis de las características biológicas, psicológicas, sociales, culturales y motrices de las personas adultas y adultas mayores.

En este período se desarrollarán actividades de lectura crítica de bibliografía, análisis de documentos, debates, exposiciones, trabajos prácticos individuales y grupales, estudios de caso y producciones escritas, promoviendo la articulación permanente entre los contenidos teóricos y la práctica profesional de la Educación Física.

Al finalizar el primer cuatrimestre se realizará una instancia de evaluación parcial que permitirá

valorar los aprendizajes alcanzados y orientar la continuidad del proceso formativo.

Segundo cuatrimestre

Durante el segundo cuatrimestre se desarrollarán los contenidos correspondientes a las Unidades 3 y 4, profundizando el análisis del tiempo libre como derecho social, las políticas públicas, los distintos contextos de intervención y el diseño de propuestas recreativas destinadas a personas adultas.

Como eje integrador del espacio curricular, los estudiantes elaborarán un proyecto de intervención recreativa destinado a un ámbito de educación no formal. El proyecto comprenderá las etapas de diagnóstico de necesidades e intereses, planificación, fundamentación, diseño de actividades, evaluación y presentación final, articulando los conocimientos adquiridos durante el cursado con las experiencias de las prácticas docentes.

Durante este período se promoverán instancias de tutoría, seguimiento y socialización de avances, favoreciendo el intercambio de experiencias y el trabajo colaborativo entre los estudiantes.

Cierre del espacio curricular

Al finalizar el ciclo lectivo, cada grupo realizará la presentación y defensa del proyecto integrador, acompañada por una red conceptual que sintetice los principales contenidos desarrollados durante el año y evidencie la articulación entre los distintos subespacios de la formación docente.

El cronograma podrá adecuarse de acuerdo con las características del grupo, el calendario académico y las necesidades institucionales, garantizando el cumplimiento de los contenidos mínimos previstos y el logro de los propósitos formativos del espacio curricular.

Evaluación

La evaluación será concebida como un proceso continuo, formativo, integral y participativo, orientado a valorar tanto los aprendizajes alcanzados como los procesos de construcción del conocimiento, favoreciendo la reflexión, la mejora permanente y el desarrollo de competencias profesionales propias del futuro Profesor o Profesora de Educación Física.

Se contemplarán instancias de evaluación diagnóstica, formativa y sumativa, utilizando diversos instrumentos que permitan obtener evidencias del progreso del estudiantado a lo largo del ciclo lectivo.

Evaluaciones parciales

Se realizarán dos evaluaciones parciales escritas, una al finalizar cada bloque de dos unidades temáticas, con el propósito de valorar la comprensión, integración y aplicación de los contenidos desarrollados.

En caso de corresponder, se respetarán las instancias de recuperación previstas por el Reglamento Académico Institucional.

Trabajos prácticos

Durante el cursado se solicitarán trabajos prácticos individuales y grupales con consignas específicas y fechas de entrega previamente establecidas.

Las producciones podrán consistir en análisis de casos, investigaciones bibliográficas, elaboración de recursos didácticos, presentaciones orales, producciones audiovisuales, mapas conceptuales, planificaciones y actividades de intervención vinculadas con los contenidos del espacio curricular.

La evaluación de estas actividades será continua, considerando el proceso de trabajo, la participación, el compromiso, la fundamentación teórica, la creatividad, la capacidad de análisis, la articulación entre teoría y práctica y el trabajo colaborativo.

Proyecto integrador

Como instancia final de acreditación, los estudiantes deberán elaborar, implementar y presentar un proyecto de intervención recreativa destinado a personas adultas en un ámbito de educación no formal.

El proyecto incluirá las etapas de diagnóstico, fundamentación, planificación, diseño de actividades, implementación, evaluación y elaboración de un informe final, culminando con una exposición oral y defensa del trabajo realizado.

Criterios de evaluación

Se tendrán en cuenta los siguientes criterios:

- Comprensión e integración de los contenidos conceptuales.
- Aplicación de los saberes a situaciones reales de intervención.
- Capacidad de análisis crítico y reflexión pedagógica.
- Fundamentación teórica de las propuestas.
- Creatividad e innovación en el diseño de actividades recreativas.
- Pertinencia de las propuestas en relación con las características de la población destinataria.
- Participación activa y compromiso durante el proceso de aprendizaje.
- Responsabilidad en el cumplimiento de las actividades y tiempos establecidos.
- Trabajo colaborativo y actitud profesional.
- Claridad en la comunicación oral y escrita.

Acreditación

Para acreditar el espacio curricular será requisito:

- Aprobar las evaluaciones parciales según la normativa institucional vigente.
- Presentar y aprobar los trabajos prácticos individuales y grupales en los plazos establecidos.
- Aprobar el proyecto integrador y su correspondiente defensa oral.
- Cumplir con las condiciones de asistencia y demás requisitos establecidos por el Reglamento Académico Institucional.

La evaluación procurará acompañar el proceso formativo del estudiantado, promoviendo la reflexión crítica, la autoevaluación, la coevaluación y la mejora continua de las prácticas pedagógicas y recreativas.

Bibliografía obligatoria

- Aguirre, P. S. (2021). *El reconocimiento del derecho al disfrute del tiempo libre en la Declaración Universal de Derechos Humanos*. Revista Aportes y Transferencias, 19(1), 9-26.
- Caldeiro, M. (2014). *Tiempo libre: reflexiones sobre una (im)posibilidad*. Dialnet.
- Declaración Universal de los Derechos Humanos. (1948). Artículo 24.
- Instituto Nacional de Estadística y Censos (INDEC). (2023). *Dosier estadístico sobre uso y distribución del tiempo libre*.
- Lescano, A. (2010). *La cábala como forma paradigmática de gestionar el cuerpo*. VI Jornadas de Sociología de la Universidad Nacional de La Plata.
- Mélenchon, J. L. (2023). *Fragmento del discurso por el incremento de la edad jubilatoria*.
- Observatorio Social del Deporte – Escuela Interdisciplinaria de Altos Estudios Sociales (EIDAES-UNSAM) y Ministerio de Turismo y Deportes de la Nación. (2021). *Encuesta Nacional sobre Actividad Física y Deporte*.
- Observatorio Social del Deporte – Escuela Interdisciplinaria de Altos Estudios Sociales (EIDAES-UNSAM) y Ministerio de Turismo y Deportes de la Nación. (2021). *Análisis y reflexiones a partir de los resultados de la Encuesta Nacional de Actividad Física y Deporte*.
- Scheines, G. (1998). *Juegos inocentes, juegos terribles*. Capítulo: "Según pasan los años". EUDEBA.
- Waichman, P. A. (1998). *Acerca de los enfoques en recreación*. V Congreso Nacional de Recreación. Universidad de Caldas – FUNLIBRE.

Bibliografía ampliatoria

Educación Física y Recreación

- Blázquez Sánchez, D. (2017). *Cómo evaluar bien en Educación Física*. INDE.
- Devís Devís, J. (2000). *Actividad física, deporte y salud*. INDE.
- Le Breton, D. (2002). *Antropología del cuerpo y modernidad*. Nueva Visión.
- Parlebas, P. (2001). *Juegos, deporte y sociedad. Léxico de praxiología motriz*. Paidotribo.
- Tonucci, F. (2015). *La ciudad de los niños*. Losada.
- Waichman, P. A. (2008). *Tiempo libre y recreación. Un desafío pedagógico*. CCS.

Adultez y Envejecimiento

- Organización Mundial de la Salud. (2020). *Directrices sobre actividad física y comportamiento sedentario*.
- Organización Panamericana de la Salud. (2021). *Década del Envejecimiento Saludable 2021-2030*.

- Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL). (2021). *Las dimensiones del envejecimiento y los derechos de las personas mayores en América Latina y el Caribe*.

Educación y Políticas Públicas

- Freire, P. (2012). *Pedagogía de la autonomía*. Siglo XXI.
- Ministerio de Educación de la Nación. *Ley de Educación Nacional N.º 26.206*.
- Ministerio de Ambiente y Desarrollo Sostenible y Ministerio de Educación. *Ley de Educación Ambiental Integral N.º 27.621*.
- UNESCO. (2015). *Carta Internacional de la Educación Física, la Actividad Física y el Deporte*.
- UNESCO. (2015). *Educación Física de Calidad. Guía para responsables políticos*.

Documentos de consulta

- Organización Mundial de la Salud (OMS). *Plan de Acción Mundial sobre Actividad Física 2018-2030*.
- Organización de las Naciones Unidas. *Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible*.
- Convención Interamericana sobre la Protección de los Derechos Humanos de las Personas Mayores.