MANUAL DEL CURSO · SOCIOCULTURAL

Manual de monitor de animación, ocio y tiempo libre

Educación en el ocio, desarrollo infantil y juvenil, diversidad, actividades y proyectos

Lee este manual online, gratis y sin registro

academia-formacion.com/manual-curso-monitor-ocio/

Cuando termines, haz el examen y obtén tu certificado en academia-formacion.com

Índice

Toca un título para saltar directamente a esa parte del manual.

MÓDULO I **Fundamentos de la educación en el tiempo libre** 2

Unidad I. Conceptos básicos: ocio, tiempo libre y animación sociocultural 2

Unidad II. Tipología y frecuencia del ocio en el siglo XXI 4

Unidad III. Relevancia y beneficios de las experiencias de ocio 5

Unidad IV. La Perspectiva de las Fortalezas 9

MÓDULO II **El ocio en los procesos educativos y socializadores** 13

Unidad I. El ocio como recurso pedagógico y socializador 13

Unidad II. El ocio como contenido educativo 14

Unidad III. Un ejemplo de educación en el ocio: el Modelo de intervención UD 16

MÓDULO III **Desarrollo psicosocial infantil y juvenil** 18

Unidad I. Principales teorías del desarrollo humano 18

Unidad II. Orientaciones para monitores en la etapa infantil (0-6 años) 19

Unidad III. Orientaciones para monitores en la etapa primaria (6-11 años) 21

Unidad IV. Orientaciones para monitores con adolescentes (12-18 años) 22

MÓDULO IV **Atención a la diversidad** 23

Unidad I. La diversidad humana como reto y fuente de riqueza 23

Unidad II. Personas que requieren un apoyo y una atención educativa más específica 24

MÓDULO V **Actividades para la animación infantil y juvenil** 28

Unidad I. Qué actividades generan ocio 28

Unidad II. Dimensiones del ocio para diseñar actividades 29

MÓDULO VI **Proyectos de animación sociocultural** 31

Unidad I. Cómo se elabora un proyecto de animación sociocultural 31

Unidad II. Referencias legislativas y bibliografía 32

REPASO **Datos clave para el examen de monitor de ocio** 34

MÓDULO I

Fundamentos de la educación en el tiempo libre

UNIDAD I

Conceptos básicos: ocio, tiempo libre y animación sociocultural

Aunque «ocio», «tiempo libre» y «animación sociocultural» se usan a diario, los expertos no se ponen de acuerdo sobre lo que significan y hay muchas definiciones, algunas incluso contradictorias. Conocer los matices de cada término es la base del trabajo de un monitor de ocio.

1 Qué es el ocio

El ocio es un concepto complejo y contextual: su significado cambia según el lugar, la época y las personas, y depende de la experiencia individual y de la cultura. Aun así, es un fenómeno humano presente en todas las culturas. Los autores coinciden en varios elementos clave:

- **García y Santizo:** vivencia, libertad, satisfacción, creatividad, crecimiento y desarrollo personal.
- **Stebbins:** actividad elegida libremente, desarrollada en el tiempo libre y que produce un resultado positivo.
- **Trilla:** autonomía (en el qué y el cómo), autotelismo (se hace por sí mismo) y vivencia placentera.

2 Corriente objetiva y corriente subjetiva

Las definiciones se agrupan en dos corrientes. La **objetiva** entiende el ocio como un conjunto de actividades o como sinónimo de tiempo libre, algo que se puede medir. La **subjetiva** lo entiende como un estado de la mente, una actitud o una experiencia.

Corriente	Autor	Idea principal
Objetiva	Dumazedier (1971)	Conjunto de ocupaciones a las que la persona se entrega voluntariamente, liberada de sus obligaciones profesionales, familiares y sociales, para descansar, divertirse, desarrollar su formación desinteresada o participar en la vida social. De aquí salen las tres «D»: **Diversión, Descanso y Desarrollo personal**.
Objetiva	Real Academia Española	Cesación del trabajo, tiempo libre de una persona, o diversión u ocupación reposada.
Subjetiva	Cuenca (2004)	Área de experiencia, recurso de desarrollo, fuente de salud, derecho humano y signo de calidad de vida. Requiere tomar conciencia: es una experiencia humana básica y vital.
Combina ambas	Stebbins (2012)	Actividad elegida voluntariamente, dentro del tiempo libre, que las personas quieren hacer y hacen con sus habilidades y recursos, viviéndola de forma satisfactoria o enriquecedora.

3 El ocio experiencial

Hoy predomina entre los expertos la visión subjetiva y humanista, el llamado **ocio experiencial** (Cuenca y Goytia, 2012): una vivencia subjetiva, de predominio emocional y carácter procesual, que la persona justifica por su libre satisfacción y que integra en sus valores y modo de vida. Sus características son:

- **El marco de referencia es la persona:** es quien da significado a la experiencia. Lo que para unos es ocio, para otros no lo es, y la percepción cambia a medida que se implican.
- **Predominio emocional:** lo que importa es la pasión, no la acción.
- **No se hace por deber, sino por libre satisfacción,** aunque la perseverancia o el compromiso libre puedan motivar.
- **Se integra en valores y modos de vida:** el ocio es un valor en sí mismo (dignidad, calidad de vida, felicidad) y algunas prácticas se asocian a valores concretos (belleza, armonía, conocimiento, salud...).
- **Carácter procesual:** va más allá de la actividad. Incluye la planificación o el deseo previos y el recuerdo posterior.

Sin embargo, la población sigue describiendo el ocio de forma objetiva: «tiempo libre que dedicamos a hacer algo que nos gusta» (41 % de los entrevistados en el estudio de Cuenca y Goytia), «actividad realizada por gusto y satisfacción» (24 %) u «ocupación del tiempo de forma creativa y gratificante» (22 %). Spector (2007) obtuvo resultados parecidos con 50 adolescentes de 14 a 17 años. Es decir, los hallazgos de los expertos aún no han llegado a la práctica.

4 Tiempo libre y ociosidad

Aunque mucha gente use «ocio» y «tiempo libre» como sinónimos, los expertos consideran fundamental diferenciarlos:

- **Tiempo libre:** tiempo sin obligaciones cotidianas (supervivencia, responsabilidades sociales, trabajo), lleno de posibilidades que dependen de uno mismo. Es un tiempo objetivo, medible y cuantificable.
- **Ocio:** vivencia humana, subjetiva, que se da durante el tiempo libre. Es el tiempo libre que se emplea específicamente en prácticas de ocio.

Por eso **disponer de tiempo libre no equivale a vivir ocio.** Ese tiempo puede llenarse de aburrimiento, pereza o actividades nocivas, y eso no es ocio sino **ociosidad**. Ocio y ociosidad pueden ser ambos placenteros, pero el ocio es positivo en su esencia y desarrolla a la persona, mientras que la ociosidad empobrece y tiene una influencia negativa. Confundirlos ha llevado a veces a una idea inadecuada del ocio que perdura, aunque sea de forma residual.

5 Animación sociocultural

Trilla (1997) la define como el conjunto de acciones realizadas por individuos, grupos o instituciones sobre una comunidad o sector de ella, en un territorio concreto, con la finalidad principal de favorecer la participación activa de sus integrantes en el proceso de su propio desarrollo social y cultural. La reconoce desde tres vertientes: una **intervención con función social**, una **metodología de trabajo** con técnicas e instrumentos propios y un **proceso y práctica social**.

Aguirre, Moliner y Traver (2017) destacan estos factores clave: metodología activa y reflexiva, sistematización y tecnicidad, adaptación a la realidad con la que se interviene, participación ciudadana, transformación social, cultura colaborativa, protagonismo de la propia ciudadanía y fomento de valores como la convivencia y la diversidad.

El desarrollo comunitario y la participación ciudadana fomentan el crecimiento y la autonomía de personas y grupos: el **empoderamiento** de la sociedad, que debe ser el fin último de la animación sociocultural (Soler, 2016). Se logra impulsando, entre otras cosas, el ocio de las personas y comunidades. En resumen:

- La **animación sociocultural** es la base teórico-práctica para promover experiencias de ocio en la sociedad, con metodología, técnicas y procedimientos propios.
- Las **experiencias de ocio** se enmarcan dentro de los espacios de **tiempo libre**.

UNIDAD II

Tipología y frecuencia del ocio en el siglo XXI

No existe una clasificación única de las experiencias de ocio. Estos son dos ejemplos según dos criterios distintos.

1 Según la frecuencia (Águila, 2005)

CONSOLIDADO

Se practica a diario o casi a diario.

EMERGENTE

Se practica el fin de semana o varias veces al mes.

DESCENDENTE

Se practica de forma esporádica.

AUSENTE

No se practica.

DESEADO

No se practica, pero se desea practicar.

2 Según el nivel de implicación

Hay acuerdo entre los autores (Cuenca, Ruskin, Stebbins) en distinguir entre ocio sustancial (o «serio») y ocio casual.

OCIO SUSTANCIAL O SERIO

Prácticas, normalmente un «hobby» o afición, que los participantes encuentran profundas e interesantes y que son un centro de interés importante en su vida. Según Stebbins, se caracteriza por la perseverancia, el esfuerzo, el desarrollo personal, los beneficios a largo plazo y la identidad personal que genera.

Ejemplos: arte, ciencia, voluntariado, coleccionismo, manualidades, actividades participativas, juegos y deportes.

OCIO CASUAL

Experiencia que da placer a corto plazo y requiere poca o ninguna formación o preparación. Aporta una recompensa inmediata y su trascendencia en el desarrollo humano es menor.

Ejemplos: juego, relajación, entretenimiento pasivo (leer, escuchar música) o activo (juegos colectivos), conversaciones sociales, estimulación sensorial (disfrutar una comida), voluntariado ocasional y actividades aeróbicas placenteras (dar una vuelta).

3 Frecuencia del ocio en la población española

- **INE (2008):** la actividad de ocio preferida de los españoles mayores de 15 años era el cine, seguida de visitar lugares de interés, ver la televisión y hacer vida social. Dedicaban unas tres horas diarias a participación y vida social y casi tres a ver televisión o vídeo, seguidas de escuchar radio o música y leer.
- **Ministerio de Cultura, Educación y Deporte (2015),** con una encuesta a 16.000 personas de 15 años en adelante sobre hábitos culturales: escuchar música (87,2 %), leer (62,2 %), ir al cine (54 %), espectáculos en directo (43,5 %), visitar monumentos o yacimientos (42,8 %) y museos, exposiciones y galerías (39,4 %). Las menos frecuentes: ópera (2,6 %) y zarzuela (1,8 %).

Dos ideas de ese estudio: los jóvenes participan más en casi todas las actividades culturales (y baja con la edad), aunque el **nivel de estudios** es el factor más determinante. Además, quien practica una actividad cultural suele practicar otras.

! DATO ACTUALIZADO

Estas cifras son de 2008 y 2014-2015. El Ministerio de Cultura publica cada pocos años la Encuesta de Hábitos y Prácticas Culturales en España, y el INE la Encuesta de Empleo del Tiempo. Consulta la última edición si necesitas datos recientes. (Aviso añadido a este manual.)

UNIDAD III

Relevancia y beneficios de las experiencias de ocio

El ocio es importante porque es una necesidad humana, un derecho, un valor y un indicador de calidad de vida.

1 Una necesidad humana

El ocio es un requisito para la socialización y la integración social, sobre todo a través del juego, incluidos los juegos deportivos. Para Murillos (1996), el juego es una necesidad natural y parte vital del ser humano porque enseña a descubrir el mundo. En la clasificación de necesidades básicas de la infancia de López (1995, 2008), el juego cubre necesidades:

- **Físico-biológicas:** ejercicio y juego.
- **Cognitivas:** estimulación sensorial, exploración física y social y comprensión de la realidad.
- **Emocionales:** por las relaciones afectivas que promueve.
- **Sociales:** interacción social y participación.

2 Un derecho

- **Constitución Española (1978), art. 43.3:** «los poderes públicos fomentarán la educación sanitaria, la educación física y el deporte. Asimismo facilitarán la adecuada utilización del ocio».
- **Declaración Universal de los Derechos Humanos (ONU, 1948), art. 24:** derecho al descanso y al disfrute del tiempo libre.
- **Convención sobre los Derechos del Niño (ONU, 1989), art. 31:** los niños tienen derecho al descanso y el esparcimiento, al juego y a las actividades recreativas propias de su edad. Su art. 5 reconoce el derecho de las familias a dar orientación a sus hijos para que ejerzan sus derechos.

Es decir: niños y adolescentes tienen derecho a vivir un ocio adecuado y los padres a orientarlos y proporcionárselo.

3 Un valor y un indicador de calidad de vida

Desde principios del siglo XX el ocio se ve como un valor personal y social. Dumazedier ya decía que en menos de cincuenta años el ocio se había afirmado «no solamente como un derecho, sino como un valor». Hoy es uno de los valores más respetados y deseados, junto con una vivienda digna, un trabajo estable y una educación adecuada. También se considera un indicador de calidad de vida, por los beneficios que aporta.

4 Beneficios para el bienestar

Numerosos estudios muestran una correlación positiva entre ocio y bienestar. Newman, Tay y Diener (2014) concluyen que el ocio proporciona bienestar, satisfacción con la vida y sentimientos positivos a través de cinco factores:

- **Relajación y desconexión:** reduce el estrés (favorece incluso el sueño) y distrae de preocupaciones y trabajo.
- **Autonomía:** percepción de control y libertad.
- **Empoderamiento:** autoeficacia, autoaceptación, enriquecimiento personal, renovación y orgullo propio.
- **Significación:** da propósito o sentido a la vida al hacer algo importante.
- **Afiliación:** en el ocio social, cubre necesidades de relación y afecto.

En el ocio en grupo, Stebbins (2012) identifica tres beneficios: **atracción social** (hacia el resto de participantes), **refuerzo grupal** (sentirse útil y altruista) y **sentimiento de grupo** (contribuir a mantenerlo y desarrollarlo).

El meta-análisis de Kuykendall, Tay y Ng (2015) apoya estas conclusiones:

- Hay una correlación positiva muy significativa entre participar en actividades de ocio y el bienestar subjetivo, en distintos países y poblaciones.
- Esa correlación depende del grado de satisfacción obtenido en la experiencia.
- Existe una relación longitudinal positiva entre la satisfacción del ocio y el bienestar subjetivo.
- Las intervenciones basadas en el ocio pueden aumentar el bienestar, sobre todo las más duraderas.
- A mayor frecuencia y variedad de experiencias, mayor bienestar.

Las dos ideas clave: el ocio ha de ser **satisfactorio, variado y duradero** para tener más efecto, y puede ser una herramienta para potenciar el bienestar.

> **! CORREGIDO**
>
> El manual original citaba a «Kuykendall, Tay y Vincent (2015)» en el texto, pero en su propia bibliografía el tercer autor es Ng. Se ha usado la referencia correcta.

5 Beneficios para la salud

El ocio reduce el estrés y la frecuencia cardiaca, ayuda a prevenir enfermedades cardiovasculares, algunos tipos de cáncer y la diabetes, y, cuando implica movimiento físico, reduce el riesgo de enfermedades crónicas no transmisibles. Incluir tiempos de ocio ayuda a evitar patologías y trastornos psíquicos y emocionales. Cohen-Gewerc y Stebbins señalan que el ocio es un factor de prevención psicológica y física que debería tenerse en cuenta en la medicina preventiva, aunque generalmente los profesionales médicos no lo ven así.

6 Beneficios personales

- Según Otero (2009): desarrolla la educabilidad, estimula la creatividad y el espíritu crítico, evita la monotonía, pone en práctica capacidades humanas (de expresión, de participación...), desarrolla la autonomía y despierta la sensibilidad deportiva, artística y cultural.
- **Da significado a la vida:** los momentos de ocio se convierten en recuerdos significativos. Kleiber recuerda que lo importante no es estar activo, sino atender al significado de las actividades y ser selectivo.
- **Efectos paliativos:** ayuda a adaptarse a cambios importantes (la pérdida de un ser querido, el desempleo) como barrera protectora y elemento de estabilidad. El ocio relajado puede ser un espacio de recuperación, reflexión y regeneración, y potencia el sentimiento de seguridad ante la adversidad.

7 Beneficios sociales

- **Identidad personal y grupal:** el autoconcepto se forma según la actividad y los grupos con los que se practica (por ejemplo, las identidades juveniles).
- **Socialización e interacción** entre amigos, familiares y comunidad.

- **Menos desigualdad:** si las instituciones ofrecen medidas de ocio para la integración de quienes están más excluidos, se reducen diferencias de estatus y se facilita la equidad de oportunidades. Los deportes en equipo, por ejemplo, fomentan la interculturalidad y la integración.
- **Desarrollo económico:** por procesos como el turismo.

Stebbins también distingue los beneficios según el tipo de ocio:

Tipo de ocio	Beneficios
Casual	Creatividad y descubrimiento, adquisición de cultura general (libros, televisión, museos), relajación y entretenimiento, desarrollo y mantenimiento de relaciones sociales.
Serio	Enriquecimiento y desarrollo de habilidades, expresión y renovación de uno mismo, sentimientos de éxito, fortalecimiento de la autoimagen e identidad, interacción social, sentido de pertenencia, resultados tangibles (obras de arte) y socialización (actitudes, valores, metas).

8 Beneficios del juego

El juego es un ámbito especialmente importante en los más jóvenes. Goldstein (2012) resume sus beneficios:

- Favorece el desarrollo y crecimiento cerebral, creando nuevas conexiones neuronales.
- Potencia el aprendizaje, el pensamiento abstracto y las habilidades lingüísticas.
- Desarrolla la creatividad, la imaginación y la conciencia moral.
- Da diversión y bienestar cognitivo, físico, social y emocional.
- Reduce el miedo, la ansiedad, la irritabilidad y el estrés.
- Aumenta la autoestima, mejora la inteligencia emocional y las relaciones sociales.
- Aumenta la calma, la resiliencia y la adaptabilidad ante los cambios.
- Ayuda a superar el dolor emocional.
- Incrementa la empatía, la compasión y la generosidad.
- Mejora la resolución de problemas y las habilidades de lenguaje no verbal, y ayuda a la atención.
- Potencia las relaciones basadas en la inclusión, no en la exclusión.
- Mejora la salud: inmunológica, endocrina y cardiovascular, reduce estrés, fatiga y depresión y aumenta coordinación, agilidad, flexibilidad, equilibrio y motricidad fina y gruesa.

! RECUERDA

Para Goldstein, «todos los tipos de juego, desde la fantasía hasta las actividades frenéticas, tienen un rol crucial en el desarrollo del niño». Privarles del juego tiene consecuencias presentes y a largo plazo.

9 Ocio en familia

El ocio compartido en familia beneficia a hijos y padres y es clave para la **parentalidad positiva**. Según Cuenca (2005) favorece la cohesión familiar, la comunicación positiva y sincera, los vínculos afectivos, la relación con la comunidad y otras familias, la autoestima y el sentimiento de pertenencia, y el bienestar y la satisfacción con la vida familiar. Estos beneficios son aún mayores en familias en desventaja social o con problemáticas, como las que tienen medidas de acogida, donde además favorece la reunificación familiar.

UNIDAD IV

La Perspectiva de las Fortalezas

Todos los beneficios anteriores hacen del ocio una **fortaleza** y un elemento de **resiliencia**, según la Perspectiva de las Fortalezas (Rapp y Goscha, 2012).

1 Qué es

Conocida por su nombre inglés, *Strengths Perspective*, nació en la Universidad de Kansas a principios de los años 80 con las ideas de Ronna Chamberlain, a partir de su investigación con personas con problemas de salud mental. Después la han desarrollado autores como Charles Rapp, Dennis Saleebey y Ann Weick. Se basa en teorías del ecosistema y del empoderamiento y en fundamentos de la filosofía humanista, y está en plena expansión mundial.

Supone un cambio radical de paradigma: las perspectivas tradicionales se centran en patologías o déficits, mientras que esta se centra en las **fortalezas** de individuos, grupos y comunidades para fomentar la resiliencia.

Perspectivas tradicionales	Perspectiva de las Fortalezas
La persona es el problema o se identifican sus patologías.	Cada persona tiene talentos, recursos, habilidades, capacidades y aspiraciones.
Distancia, control, manipulación y desigualdad de poder entre personas y profesionales.	Las personas son las expertas en su vida y saben qué es lo mejor para ellas; los profesionales aportan conocimiento teórico y técnico para guiarlas.
La evaluación se centra en que la persona vea sus problemas individuales.	El centro son las personas y su entorno, y las intervenciones se dirigen a ambos.
Los problemas y patologías son la base de la intervención.	El centro está en las fortalezas y habilidades, que ayudan en el desarrollo.
Conocer las causas de los problemas es esencial para solucionarlos.	El comportamiento humano es complejo y difícil de predecir; quien ha vivido un trauma no tiene por qué tener problemas.
Los profesionales son el principal recurso y responsables de la intervención.	Profesionales, familias y comunidades comparten la responsabilidad, con un plan basado en un proceso mutuo.

Perspectivas tradicionales	Perspectiva de las Fortalezas
La habilidad principal del profesional es el diagnóstico de patologías.	La habilidad principal es descubrir las fortalezas de las personas y de su entorno.
Terminología de déficits y carencias; se evalúan el riesgo y la incapacidad.	Se miden riesgos y fortalezas, sin etiquetas estigmatizadoras. El objetivo es ver cómo afrontan las dificultades «aquí y ahora».

Mariscal (2012) la define como un marco teórico y práctico para promover la resiliencia identificando, movilizando e incluso descubriendo las fortalezas de personas y comunidades ante la adversidad. Va más allá de la intervención: según De la Paz (2011) es también una cuestión de **equidad y justicia social**.

Las fortalezas están en las cualidades personales, talentos, virtudes, historias personales y familiares, cultura (pertenencia, valores), conocimiento de sí mismos y del entorno, apoyo familiar e informal, sueños y esperanzas, espiritualidad y recursos de la comunidad.

2 El ocio como fortaleza

Rapp y Chamberlain observaron que, para personas con problemas de salud mental, el ocio era un deseo y un objetivo vital. Va más allá de ese colectivo: entre los elementos comunes de calidad de vida están el ocio, la vivienda digna, el trabajo, la educación y las relaciones sociales.

- **Fortaleza individual:** fuente de interés, aspiración y competencia que requiere habilidades.
- **Elemento de resiliencia:** ayuda a reconocer las fortalezas y recursos propios y del contexto, y es una expresión de ellos.
- **Fortaleza del entorno:** es un recurso y una oportunidad, y potencia las relaciones sociales.

3 Los problemas no se ignoran

Esta perspectiva no olvida los problemas: contempla a las personas de forma holística, con sus potencialidades y sus dificultades, y usa los problemas como referencia para definir qué trabajar. Las dificultades se afrontan, se sobrellevan, se resuelven o se transforman una vez empoderada la persona. Saleebey recuerda que olvidar los problemas sería desconsiderado e incluso peligroso.

Hay varios **mitos** sobre ella:

- Que solo consiste en etiquetar las debilidades como fortalezas e ignorar la gravedad de los problemas.
- Que es una visión positiva que cree que siempre hay algo bueno, o una versión del pensamiento positivo.
- Que consiste en tratar con cortesía y respeto a las personas.
- Que basta con añadir algunos puntos fuertes a la intervención.

4 Seis características definitorias

Según Rapp, Saleebey y Sullivan (2005):

1. **Orientada al cumplimiento de objetivos,** definidos por los propios implicados y redefinidos con el apoyo de los profesionales.
2. **Evaluación sistemática de las fortalezas,** con protocolos específicos.
3. **El entorno es una fuente rica de recursos:** la comunidad ofrece oportunidades, recursos y apoyos.
4. **Métodos específicos** para lograr los objetivos, como la terapia centrada en la solución de problemas o la dirección del caso a través de las fortalezas.
5. **La relación se basa en fomentar la esperanza,** en una relación de empoderamiento.
6. **Las personas tienen capacidad para decidir:** el profesional les ayuda a conocer las opciones y fomenta su confianza y autoeficacia.

Aplicarla exige conocer técnicas específicas y, sobre todo, un cambio profundo de creencias. El profesional deja de ser «el experto» para guiar sin marcar directrices, y reconoce la sabiduría, experiencia y habilidades de las personas. Ello implica un autoanálisis de sus prácticas, actitudes y limitaciones, y reconocer los signos de la perspectiva tradicional con la que probablemente se formó (Pulla, 2012; Mariscal, 2014).

5 Asunciones y directrices (Pulla, 2012)

Asunciones

- Cada individuo y entorno posee fortalezas y recursos.
- Todas las personas pueden ser resilientes y tienen capacidad innata para autocorregirse y cambiar.
- La mayoría de las veces las personas saben qué es lo correcto para ellas.
- Una relación personal de empatía, confianza y aceptación proporciona el medio adecuado para el cambio y la resiliencia.
- Una orientación positiva hacia el futuro es más útil que preocuparse por el pasado.
- Puede haber resiliencia incluso en comportamientos inadaptados, que pueden buscar satisfacer necesidades de respeto, conexión, afecto o control.

Directrices para el profesional

- Prestar atención al punto de vista, las emociones y las interpretaciones de las personas, y a la influencia de la cultura y el entorno.
- Creer en la persona, con una actitud positiva, sin prejuicios y abierta a la escucha.
- Descubrir qué desean las personas.
- Incluir en la evaluación las fortalezas personales y de la comunidad, de forma multidimensional (internas, externas y la relación persona-entorno) e individualizada.
- Usar un lenguaje comprensible, transparente y abierto.

- Considerar las múltiples dimensiones y la complejidad de la realidad.
- Evitar las etiquetas de patología, desviación o déficit.

6 Situación actual y aplicación a la animación sociocultural

Lietz (2009) señala que aún no se ha extendido lo suficiente el conocimiento de esta perspectiva y que hace falta investigar más. En la práctica profesional tampoco está muy arraigada: De la Paz (2011) observó que muchos profesionales de la intervención social (con mujeres, infancia, personas sin hogar, mayores, personas con discapacidad, familias, minorías étnicas o personas con adicciones) intervienen desde una «perspectiva patológica».

La animación sociocultural, como rama socioeducativa, puede nutrirse de toda esta filosofía. Quienes trabajan en ella deben **promover el ocio como fortaleza**, tener en cuenta los recursos de la comunidad (lúdicos, culturales, formativos...), preguntar a la población por sus preferencias para incluirlas en los proyectos y cambiar el rol de «expertos» al de «guías».

MÓDULO II

El ocio en los procesos educativos y socializadores

UNIDAD I

El ocio como recurso pedagógico y socializador

La relación entre pedagogía y ocio puede verse de dos maneras: el ocio como **recurso pedagógico** y el ocio como **contenido educativo**.

RECURSO PEDAGÓGICO

El ocio es una herramienta para aprender otros contenidos: una estrategia que forma parte de la metodología pedagógica.

CONTENIDO EDUCATIVO

El ocio es un área de la vida de las personas que se puede educar.

Kleiber (2002) lo expresa como «contenido y continente» pedagógico: como contexto educativo ofrece una expansión disfrutable del individuo y una reflexión significativa sobre lo aprendido; como asignatura es un recurso para el crecimiento personal.

1 Qué se aprende a través del ocio

Las experiencias de ocio son un medio para enseñar valores, conceptos y habilidades para la vida (Spector, 2007).

- **Valores** (Trilla, Ayuste y Agud, 2014): libertad, autonomía, felicidad, disfrute, placer, autotelismo, conocimiento desinteresado, creatividad, personalización, sociabilidad, comunicación, vida activa, automotivación, esfuerzo, cultura, apreciar cada día y lo extraordinario, solidaridad y participación social.
- **Conceptos:** contribuyen a comprender el mundo social. Como dice Caride (2012), «cualquier tiempo y todos los tiempos educan», porque también son tiempos de reflexión y conocimiento del mundo, de los demás y de uno mismo.
- **Habilidades** (clasificación de Cuenca, 2002), en la tabla siguiente.

Tipo	Qué incluye
Psicomotrices	Uso adecuado del cuerpo o de alguna parte de él.
Cognitivas	Desarrollo de la autonomía y de la conciencia crítica.
Afectivas	Expresar sentimientos y emociones en relación con las prácticas de ocio.
Relacionales	Habilidades sociales, valores y actitudes de flexibilidad, cooperación y participación.

2 Lo que muestran los estudios de Spector (2007)

- **120 niños de 3 a 5 años** con actividades artísticas (música, teatro, pintura en tres dimensiones, literatura) y exposición a varios espacios físicos y sociales: mejoraron mucho en toma de decisiones y autonomía.
- **50 adolescentes de 14 a 17 años:** el ocio, en especial el serio, actúa como medio entre ellos y el mundo. Les permite conocer distintas identidades, aprender a decidir y pensar y actuar con autonomía, practicar roles, examinar normas y valores y ejercitar habilidades como tomar la iniciativa, usar la imaginación, asumir responsabilidades, liderar, entender los costes y beneficios de las elecciones, ejercitar la autodisciplina o encontrar significado a la vida.

Spector defiende una educación en el ocio centrada en la infancia y la adolescencia: para los más pequeños, el juego sin guía no basta para entender el mundo; para los mayores, usar mal el tiempo libre sin educación no cubrirá sus necesidades de desarrollo, identidad y uso responsable de la libertad. Los propios adolescentes piden herramientas para gestionar su tiempo libre.

3 Qué hay que tener en cuenta al usar el ocio como herramienta

- **Los estilos de aprendizaje.** García y Santizo (2010) hallaron relación entre estilo de aprendizaje y preferencias de ocio: los de estilo más teórico prefieren actividades relajadas (leer, pasear, música, cine, dibujo, manualidades...); los activos, los videojuegos; los reflexivos, deporte, música, dibujo, manualidades, comer y conocer gente; los pragmáticos, salir a mirar tiendas.
- **Las actitudes, intereses, capacidad de disfrute y formación** de las personas, que influyen en cómo usan su tiempo libre (Cuenca, 2009).

> **! IMPORTANTE**
>
> Una actividad solo será una experiencia de ocio si es **deseada y satisfactoria** para las personas implicadas. Por eso hay que elegirla según sus estilos de aprendizaje, actitudes, intereses y formación.

UNIDAD II

El ocio como contenido educativo

La mayoría de los estudios sobre ocio y educación analizan el ocio como contenido educativo. De ahí surge la **educación en el ocio**.

1 Qué es

No hay una definición única (Sivan, 2007), pero en general es un proceso a lo largo de toda la vida que ayuda a las personas a conocerse mejor, a reflexionar sobre el papel del ocio en su vida y a sacarle más partido. Su finalidad es desarrollar valores, actitudes, habilidades y conocimientos para mejorar la calidad de vida mediante un uso adecuado del ocio. Según Cuenca (2002), es «un área específica de la educación general cuyo objetivo es contribuir al desarrollo, mejora y satisfacción vital de personas y comunidades, a través de conocimientos, actitudes, valores y habilidades relacionadas con el ocio».

Recoge métodos, técnicas y materiales del ámbito escolar (por ejemplo, materiales y juguetes didácticos en ludotecas).

2 Por qué es necesaria

- Muchas personas no están preparadas para gestionar bien su tiempo libre (Águila, 2005), y necesitan cierta capacitación para vivir un ocio experiencial de calidad (Cuenca y Goytia, 2012).
- Ha aumentado el tiempo libre (Otero, 2009) por la reducción del horario laboral, las jubilaciones anticipadas y el paro. Eso plantea retos nuevos a las instituciones públicas y privadas, que deben atender a toda la población: afecta al bienestar, al desarrollo social y a la calidad de vida.
- Caride la considera un ámbito crucial de la pedagogía por los valores y significados que aporta. Cohen-Gewerc y Stebbins la ven como una forma ideal de enriquecer la vida de todos, sobre todo de quienes sienten que su vida no es interesante o se sienten incompletos.

Aun así, no se ha puesto en práctica tanto como debería. Hay quien piensa que el entretenimiento es algo innato que no debe tocarse, y adultos que se oponen porque el ocio es justo la parte de su vida que no necesita instrucciones (Kleiber, 2002). Tradicionalmente se centró en personas con dificultades (por ejemplo, con diversidad funcional), pero sirve para **todas las edades y colectivos** y se desarrolla a lo largo de toda la vida, según las necesidades, capacidades y experiencias de cada persona.

3 Cuatro componentes (Patterson, 2007)

CONCIENCIA SOBRE EL OCIO

Comprender qué es el ocio, conocer sus beneficios, identificar la diversidad de experiencias e incluirlo en el estilo de vida.

CONCIENCIA SOBRE UNO MISMO

Reconocer las actitudes hacia el ocio, analizar la motivación y el grado de participación e indagar en intereses, valores y necesidades.

HABILIDADES DE OCIO

Estrategias y técnicas propias de la actividad, más toma de decisiones, resolución de problemas, planificación y evaluación del proceso y de los resultados.

RECURSOS DE OCIO

Conocer los recursos del entorno y saber usarlos para ampliar y enriquecer las experiencias.

4 Propuestas para llevarla a cabo

- Centrar el proceso en comprender el significado del ocio y fomentar la participación, el desarrollo positivo y las habilidades necesarias (Silva et al., 2006).
- Reconceptualizar el significado de tiempo, riesgo, libertad, aventura, socialización y autoformación (Cohen-Gewerc y Stebbins, 2007).
- Basar la gestión del tiempo libre en disfrutar, ser creativo, desarrollarse personalmente y cuidar la salud (García y Santizo, 2010).
- Usar una metodología orientativa, no dictatorial: una guía, no directrices que seguir (Águila; Spector).

- Usar una agenda con un plan relativamente flexible, para organizar, revisar y evaluar las actividades propuestas.

5 Retos (Caballo, 2009)

- **De un ocio pasivo a un ocio activo:** el ocio pasivo es el más habitual, y el reto es pasar de ser «consumidores» de ocios poco profundos a creadores y protagonistas de ocios enriquecedores.
- **Potenciar el ocio comunitario:** el ocio individual es fundamental, pero también hay que fomentar el asociacionismo y las actividades participativas, que refuerzan la identidad y la pertenencia.
- **Impulsar el ocio intergeneracional:** las instituciones suelen especializar sus servicios por edades (centros juveniles, de mayores...), lo que dificulta compartir experiencias entre generaciones.
- **Trabajar en red** entre los agentes del mismo territorio.
- **Fijar objetivos a medio y largo plazo,** no solo a corto: las actividades puntuales y sin continuidad no consolidan grupos ni procesos educativos.

UNIDAD III

Un ejemplo de educación en el ocio: el Modelo de intervención UD

Lo han desarrollado expertos en ocio de la Universidad de Deusto (Cuenca, 2002). Ofrece criterios, herramientas y una metodología concretos para educar en el ocio, desde la visión actual del ocio como experiencia humana.

1 Principios

Relacionados con el ocio

- **Vivencia:** fomentar experiencias diversas, globales e integradas con los valores y experiencias de las personas.
- **Libertad:** autodeterminación sin coacción. La intervención cambia el dirigismo y el paternalismo por el fomento de la autonomía.
- **Satisfacción:** el aprendizaje debe ser grato.
- **Autotelismo:** el ocio se considera un fin en sí mismo, fuente de bienestar y calidad de vida.

Relacionados con la pedagogía

- **Personalización:** el proceso parte de los intereses, habilidades y aspiraciones de cada persona.
- **Continuidad:** es un proceso de toda la vida, adaptado a las necesidades y al momento evolutivo.
- **Desarrollo:** el fin es favorecer la calidad de vida y el desarrollo a través del ocio.
- **Inclusión:** aceptación, pertenencia, igualdad de oportunidades, equidad y justicia social.
- **Solidaridad:** responsabilidad, respeto y sostenibilidad.

2 Contenidos

EL OCIO EN LA VIDA PERSONAL

Beneficios del ocio y relación con la calidad de vida, peligros de la ociosidad, limitaciones del ocio, imagen ajustada de uno mismo, toma de decisiones según intereses, habilidades y necesidades, y pautas y habilidades que requieren las experiencias de ocio.

EL OCIO EN LA SOCIEDAD

Herencia cultural e histórica del ocio, relación con creencias y estilos de vida, derecho al ocio como ciudadano, conducta responsable, influencia del entorno físico, social y cultural, relación con el bienestar social, recursos de ocio y su uso, y conciencia de preservación de los recursos naturales y culturales.

3 Metodología y fases

Se basa en la libertad de decisión del alumnado y en el aprendizaje a partir de vivencias personales globales, divertidas e integradas, satisfactorias en el proceso y en el resultado.

1. **Primera fase:** el foco está en desarrollar la creatividad, la imaginación y la ilusión, mediante estimular, introducir y aconsejar.
2. **Segunda fase:** protagonismo del desarrollo de habilidades y del conocimiento de la práctica y la realidad.
3. **Tercera fase:** reflexión, evaluación y visión global de la experiencia, para interiorizar los aprendizajes.

En todas las fases se fomenta la participación y el compromiso, se motiva hacia lo positivo, se ajustan las expectativas a la realidad, se propician experiencias personales y se toma conciencia del valor de cada experiencia.

4 Evaluación

- De la **satisfacción** en el proceso y en los resultados.
- Del nivel de **ajuste entre expectativas y realidad**.
- De la **evolución positiva y progresiva** de las experiencias de ocio.

MÓDULO III

Desarrollo psicosocial infantil y juvenil

UNIDAD I

Principales teorías del desarrollo humano

El ser humano siempre se ha interesado por los cambios que se producen en él a lo largo del tiempo. Estas son las teorías más representativas del proceso evolutivo.

1 Teoría genética del desarrollo intelectual: Jean Piaget

Pertenece a las teorías genetistas del desarrollo. Al elaborar un test de inteligencia, Piaget observó que los niños de la misma edad cometían errores parecidos y dedujo que existe una **secuencia evolutiva** del crecimiento intelectual, basada en esquemas mentales (representaciones internas de la realidad) que se modifican con el desarrollo. Según él, se pasa por **cuatro estadios**, cada uno con una forma distinta de pensar gracias a dos procesos del aprendizaje: la **asimilación** y la **acomodación**. Por eso Piaget (1975) representa el enfoque estructuralista del conocimiento.

Periodo	Edad	Características	Adquisición principal
Sensoriomotor	0-2 años	Usa los sentidos y las aptitudes motoras para entender el mundo. No hay pensamiento conceptual ni reflexivo: un objeto se «conoce» por lo que se puede hacer con él.	Aprende que un objeto existe aunque no esté a la vista (permanencia del objeto) y empieza a pensar con acciones mentales y físicas.
Preoperacional	2-6 años	Usa el pensamiento simbólico, incluido el lenguaje. A veces es egocéntrico: entiende el mundo desde una sola perspectiva, la suya.	Florece la imaginación y el lenguaje se vuelve un medio importante de autoexpresión y de influencia en los otros. El pensamiento es menos egocéntrico y coordina varios puntos de vista.
Operaciones concretas	7-11 años	Entiende y aplica operaciones o principios lógicos para interpretar racionalmente las experiencias (no de forma intuitiva).	Al aplicar la lógica, aprende conceptos básicos como conservación, número y clasificación.
Operaciones formales	Desde los 12 años	Puede pensar sobre conceptos abstractos e hipotéticos y especular sobre lo real o lo imposible.	Los temas políticos, sociales, éticos y morales le interesan e implican más, con un enfoque más amplio y teórico.

Para Piaget el orden de los estadios es universal, aunque la cronología puede variar sensiblemente de un individuo a otro.

2 Teoría sociocultural: Vygotsky

Para Vygotsky (1997) el desarrollo es fruto de la interacción del niño con su medio y no puede entenderse al margen del entorno social. Los procesos psicológicos básicos se dan primero en el plano social (interpsicológico) y después en el individual (intrapsicológico). Además, no solo aprendemos de los estímulos externos, sino de la representación mental que hacemos de ellos mediante **signos**, que también usamos para influir en otros. El desarrollo solo es posible con la actividad conjunta con personas más competentes que ayudan al niño a ser cada vez más autónomo. Se resume en tres principios:

1. **Ley de doble formación** de los procesos psicológicos superiores: aparecen siempre dos veces, primero en el plano social y luego en el psicológico.
2. **Internalización:** mecanismo que explica el paso de la regulación social a la individual. No es una simple transferencia, sino un proceso lento de creación y modificación del funcionamiento interno a partir de la actuación conjunta entre niños y adultos.
3. **Zona de desarrollo próximo (ZDP):** distancia entre lo que la persona puede hacer con ayuda de otras más capaces y lo que puede hacer sola.

NIVEL DE DESARROLLO REAL

Lo que la persona ya es capaz de hacer por sí misma.

NIVEL DE DESARROLLO POTENCIAL

Lo que puede desarrollar con ayuda y apoyo de otros más capaces; marca la dirección posible de su desarrollo futuro.

La ZDP no es una propiedad del individuo: la determinan conjuntamente su nivel de desarrollo y las formas de instrucción de la actividad. No es estática, sino dinámica, y exige la participación activa de aprendices y expertos. Vygotsky establece una relación bidireccional entre desarrollo y aprendizaje: **una buena enseñanza no se dirige al desarrollo ya realizado, sino que se adelanta al futuro y lo potencia.**

3 Teorías interaccionistas

Defienden una postura intermedia entre la genetista (Piaget) y la ambientalista o sociocultural (Vygotsky), que no son radicalmente excluyentes: para Piaget la relación del niño con su entorno enriquece el desarrollo, y para Vygotsky la capacidad interna de asimilar signos depende, entre otras cosas, de la madurez biológica. Según Palacios y Marchesi (2001), el desarrollo humano debe entenderse desde varias variables interrelacionadas en un plano de equidad, y es difícil decir cuál aporta más. Los retrasos pueden deberse tanto a problemas de madurez biológica y limitaciones del organismo como a falta de estimulación o protección en el entorno social.

UNIDAD II

Orientaciones para monitores en la etapa infantil (0-6 años)

Durante los tres primeros años los niños necesitan sobre todo atención asistencial (comida, pañal, sueño, llanto), por lo que el trabajo del monitor de ocio suele empezar a partir de los tres años. Teniendo

en cuenta las teorías anteriores y el desarrollo motor, cognitivo, social, afectivo y moral, estas son las recomendaciones para el ocio infantil (3-6 años):

1 Cuidado y autonomía

- **Aseos:** están aprendiendo a ir al baño (a partir de los tres años pocos llevan pañal). Indica desde el primer momento dónde están los aseos y muestra disponibilidad para acompañarlos. Siguiendo la ZDP, es buen momento para enseñar el control de esfínteres si aún no lo han logrado, y valores y estrategias de autonomía.
- **Apego y separación:** la dependencia de la familia puede ser intensa y son habituales los llantos al separarse, sobre todo en los más pequeños (depende del tipo de apego, seguro o inseguro). Distrae y motiva para que participen: a veces motiva el juguete favorito, a veces un compañero. Depende de cada caso.
- **Ritmos individuales:** cada niño necesita el tiempo que requiera para hacer la actividad. El ocio es una experiencia placentera: no agobies a un niño para que acabe una manualidad.

2 Lenguaje y escritura

- **Lenguaje oral:** crea situaciones de comunicación adaptadas al nivel de cada niño, que estimulen la comprensión y la expresión, en un clima de confianza y afecto donde sientan el placer y la necesidad de comunicarse (por ejemplo, con juegos y dinámicas grupales).
- **Lenguaje escrito:** a partir de los tres años aprenden a escribir letras y su nombre, y hacia los seis empiezan a escribir frases. Evita las actividades que requieran leer; puedes introducir la palabra escrita con los nombres en sus manualidades o en pancartas. Lee cuentos, haz cuentacuentos y canta canciones.

3 Cómo plantear las actividades

- **Ritmo psicomotriz:** es distinto al de los mayores. Cuida las actividades que exijan coordinación, rapidez o movilidad, sobre todo si participan niños mayores. No es recomendable mezclarlos en deportes muy competitivos; si se hace, adapta las actividades para que los equipos sean equitativos y no sea peligroso para los pequeños.
- **Perspectiva globalizadora:** la más idónea. Las actividades deben estar interconectadas y fomentar en cada una habilidades, valores y conocimientos variados.
- **Aprendizajes significativos para la edad,** sobre todo la motricidad fina (manualidades, plastilina, dibujos) y la coordinación física (juegos, bailes, deportes).
- **Cotidianidad y funcionalidad:** promueve situaciones habituales que satisfagan de forma equilibrada las necesidades de los niños y unan sus experiencias anteriores con una acción nueva. Por ejemplo, manualidades cuyo resultado sea un objeto cotidiano y útil: un juguete único, un lapicero o un diario con papel reciclado.
- **El juego** es el protagonista: es la actividad natural a estas edades y un motor del desarrollo emocional, intelectual y social. Los juegos de todos los tipos deben tener un papel estrella.

4 Espacio, materiales y tiempo

- **Diseño ambiental:** organiza el espacio y la disposición de los materiales para estimular la interacción entre iguales y con adultos, la manipulación de objetos y la observación de fenómenos, y ofrecer un marco de seguridad afectiva y emocional. Recursos como las ludotecas o las aulas matinales organizan el espacio por zonas o «rincones», estrategia tomada de la educación infantil formal.
- **Material:** variado, polivalente y estimulante (juguetes de colores llamativos, recursos con sonidos y luces...).
- **Tiempo:** a esta edad es un concepto ambiguo e incomprensible. Las **rutinas** son clave si trabajas de forma continuada con el mismo grupo.

5 Familias y evaluación

- **Relación con las familias:** una comunicación fluida y continuada permite unificar criterios y pautas entre los adultos. Por ejemplo, en aulas matinales, para fomentar la autonomía (desabrocharse las chaquetas, colgar la mochila sin ayuda...).
- **Evaluación:** la técnica más habitual es la **observación sistemática**, porque aún no dominan la escritura. También sirven técnicas sin escritura, como emoticonos o dibujos para colorear.

> **! RECUERDA**
>
> Para las técnicas de modificación de conducta en esta y otras etapas, el manual recomienda la lectura de «Pídele peras al olmo» (Albaladejo et al., 2016), una guía con técnicas efectivas editada con apoyo de la Junta de Andalucía.

UNIDAD III

Orientaciones para monitores en la etapa primaria (6-11 años)

Entre los seis y los once años hay grandes cambios cognitivos, físicos, motores y afectivos, de modo que las diferencias entre grupos, y dentro de un mismo niño, son enormes entre el principio y el final de la etapa.

- **Parte de su nivel de desarrollo.** Ten siempre en cuenta su capacidad cognitiva y su nivel evolutivo. No empieces con juegos de mesa que no sean los recomendados para su edad, y adapta los juegos deportivos o de coordinación al físico y al desarrollo motor de cada persona.
- **Sé conductor y guía** en su descubrimiento de conocimientos, actitudes, valores, habilidades, gustos y preferencias. Anímales a probar experiencias nuevas y variadas y a participar en las propuestas. Va en línea con la ZDP de Vygotsky y los principios del Modelo UD.
- **Atiende a su inestabilidad emocional.** Al principio de la etapa hay mucha labilidad emocional y al final controlan más sus emociones. También cambia la personalidad (roles, actitudes). Recuerda que el monitor de ocio es un agente educativo.

- **Usa bien los referentes y los grupos.** Al principio los referentes son los adultos a los que se apegan (regalan muchos dibujos al monitor y buscan su atención). Al final, el centro de interés pasa a los grupos de amigos de su edad, con subgrupos y rivalidades influidas por el género. Tenlo en cuenta al usar reforzadores y al formar grupos.

UNIDAD IV

Orientaciones para monitores con adolescentes (12-18 años)

Se considera adolescente a la persona de entre doce y dieciocho años. Estas son las recomendaciones:

- **Prioridad al grupo de iguales.** A través de él exploran nuevas relaciones y formas de comportamiento. Fomenta más las actividades grupales que las individuales y la interacción positiva entre ellos.
- **Actividades mixtas** de chicos y chicas pueden ser recomendables porque empiezan a mostrar intereses afectivo-sexuales, pero cuida las relaciones amorosas y las rupturas: es un arma de doble filo. Conoce bien al grupo y evita conflictos negativos.
- **Distancia con la familia.** El vínculo es menor y algunos se avergüenzan de sus padres. No evidencies tu relación con la familia ni la uses como apoyo normativo.
- **Resistencia a obedecer.** Cuanto más rígida y autoritaria sea la educación, mayor es su obstinación. Una autoridad rígida genera rechazo y desafío. Mantén una actitud en cierto modo amistosa, pero muy respetuosa.
- **Estados emocionales complejos** (complejos, conflictos amorosos, problemas familiares). No actúes solo como profesional del ocio, sino también como apoyo, y presta especial atención a posibles situaciones de **bullying**.
- **Escúchales.** Siguiendo la Perspectiva de las Fortalezas, su voz debe tenerse muy en cuenta. También la de los más pequeños, pero con adolescentes es aún más esencial para que las actividades tengan éxito.

MÓDULO IV

Atención a la diversidad

UNIDAD I

La diversidad humana como reto y fuente de riqueza

Los niños, niñas y adolescentes con los que trabajan los monitores de ocio son diversos por naturaleza: difieren en aspectos físicos, rasgos psicológicos, intereses, culturas, historias de vida, capacidades, fortalezas y limitaciones. Es un gran reto para todos los profesionales educativos (León, 2008), incluidos los monitores.

1 Equidad e igualdad

Varias normas defienden la **equidad**, es decir, ofrecer a cada persona el apoyo que necesita (la igualdad consiste en dar a todos el mismo apoyo): la Declaración Universal de los Derechos Humanos (ONU, 1948), la Convención sobre los Derechos del Niño (ONU, 1989) y los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ONU, 2015), concretados en la Agenda 2030. En España, la Constitución de 1978 defiende la igualdad de oportunidades, que se traduce en una respuesta equitativa a las necesidades de cada persona. Por tanto, **atender a la diversidad es un mandato legislativo**, no solo una cuestión de justicia social.

! CORREGIDO

El manual original hablaba de la «Declaración Universal de los Derechos del Niño, la CDN (1989)». La norma de 1989 es la **Convención sobre los Derechos del Niño**, y así se cita aquí. (La Declaración de los Derechos del Niño es de 1959.)

2 Alumnado con NEAE

Entre quienes requieren esa respuesta están las personas con **NEAE** (Necesidades Específicas de Apoyo Educativo). Sin un apoyo socioeducativo adecuado, su calidad de vida, su inclusión y su autoestima pueden verse mermadas y su potencial no se aprovecha como debería. Los monitores deben prestarles especial atención desde la Perspectiva de las Fortalezas: buscar e impulsar sus potencialidades, escuchar sus demandas, evitar las etiquetas y fomentar su resiliencia. Y, como señala Fernández Cabezas (2020), centrar la atención en los talentos, no solo en las dificultades.

- **Sensibiliza al resto del grupo:** no basta con atender a quien necesita apoyo; hay que concienciar a los compañeros que participan con él para lograr la integración de todos.
- **Da apoyo emocional,** no solo socioeducativo y lúdico. Muestra accesibilidad y cercanía, para que puedan acudir a ti cuando lo necesiten. Conviértete en una figura de referencia que fomente su resiliencia ante situaciones de adversidad, como el acoso o bullying (o cyberbullying).
- **Sé un agente de apoyo resiliente.** Según Boris Cyrulnik (2009), tener estas figuras en la infancia favorece un desarrollo correcto. Mostrarte disponible y darte a conocer son las claves para iniciar la relación.

3 Cómo trabajar la integración

Entiende la diversidad como una fuente de enriquecimiento educativo y como clave para socializarse en un mundo global (León, 2008): un reto, más que un problema. Fomenta dinámicas de integración y cohesión, como juegos de cooperación y actividades de cohesión grupal.

- **Círculo de apoyo:** los compañeros pueden funcionar como apoyo, modelar conductas adecuadas y motivar. Se generan, desarrollan y premian valores de respeto, inclusión y cooperación con juegos de cooperación, identidad de grupo y premio al apoyo.
- **Claves:** promover el trabajo en equipo y el sentido de pertenencia, ofrecer oportunidades de relacionarse con personas con gustos e intereses comunes y centrarse en la educación emocional y positiva (Aliste y Alfaro, 2007; Adler, 2017).
- **Responsabilidad compartida:** según la perspectiva ecológico-sistémica (Bertalanffy, 1968; Bronfenbrenner, 1987), en el desarrollo de la infancia influyen también la comunidad, la cultura y los macrosistemas, aunque de forma más indirecta. Familia y comunidad comparten la responsabilidad de orientar y educar, también en el ocio, y de adaptar los recursos sociales, socioeducativos y de ocio para integrar a todos. Eso exige colaboración y coordinación entre todos los agentes.
- **Formación:** los monitores deben conocer las características de las personas con NEAE y los recursos y apoyos que necesitan (las tecnologías han facilitado mucho este trabajo).

4 Recursos para trabajar la diversidad

- **«Por cuatro esquinitas de nada»** (Jérôme Ruillier): para infantil y primeros cursos de primaria. Un cuadradito juega con sus amigos, que son redondos, pero no puede entrar en casa por la puerta redonda. Intenta cambiar, hasta que todos ven que basta cortar cuatro esquinitas de la puerta. Moraleja: la sociedad debe adaptarse a las necesidades de las personas, y no al revés.
- **«Elmer el elefante»** (David McKee): un elefante multicolor que sufre por ser distinto de los demás.
- Para los más mayores: charlas TED sobre el tema y películas como «Campeones» o «Intocable».

UNIDAD II

Personas que requieren un apoyo y una atención educativa más específica

En el ámbito educativo, la referencia del manual son las **Instrucciones de 8 de marzo de 2017** de la Dirección General de Participación y Equidad (Junta de Andalucía), que actualizan el protocolo de detección e identificación del alumnado con NEAE y la organización de su respuesta educativa. Es la referencia en el ámbito escolar, y sirve también para otros profesionales socioeducativos como los monitores de ocio. Esta es la clasificación resumida (conviene consultar las Instrucciones para ampliar).

! ADAPTADO A ESPAÑA

Las Instrucciones de 2017 son una norma **de Andalucía**. Cada comunidad autónoma tiene su propio protocolo y, desde la LOMLOE (2020), la normativa educativa estatal habla de «alumnado con necesidad específica de apoyo educativo». Además, desde el DSM-5 los diagnósticos de autismo, Asperger, Rett y trastorno desintegrativo se agrupan en el **trastorno del espectro autista (TEA)**; el listado de abajo conserva la clasificación de las Instrucciones de 2017. (Aviso añadido a este manual.)

1 Personas con altas capacidades

Categoría	Descripción
Sobredotación	Nivel elevado (por encima del percentil 75) en recursos cognitivos y aptitudes intelectuales (razonamiento lógico, gestión perceptiva, gestión de memoria, razonamiento verbal y matemático, aptitud espacial), junto con alta creatividad, también por encima del percentil 75.
Talento simple	Combinación de varias aptitudes con un percentil superior a 80 en al menos tres capacidades cognitivas.
Talento complejo	Aptitud o competencia elevada en un ámbito específico (por encima del percentil 95).

2 Personas que requieren acciones de carácter compensatorio

Alumnado que necesita una atención educativa distinta de la ordinaria y acciones compensatorias para desarrollar las competencias clave y lograr la inclusión social, por su historia personal, familiar o social. Por ejemplo: escolarización irregular por hospitalización o atención domiciliaria, familias con trabajos de temporada o itinerantes, cumplimiento de sentencias judiciales, absentismo escolar o incorporación tardía al sistema educativo. También se incluye a quien tiene un desfase en el ritmo de aprendizaje (en el segundo ciclo de infantil) o un desfase curricular de al menos un curso en primaria y dos en secundaria, no explicado por necesidades educativas especiales o dificultades de aprendizaje.

3 Personas con necesidades educativas especiales (NEE)

Categoría	Descripción
Trastornos graves del desarrollo	Retraso grave en la aparición de los hitos del desarrollo; diagnóstico inicial o provisional, solo en educación infantil. Tres grupos: retraso evolutivo grave o profundo, trastornos graves del desarrollo del lenguaje y trastornos graves del desarrollo psicomotor.
Discapacidad visual	Ceguera o disminución visual en ambos ojos con la mejor corrección óptica: agudeza visual igual o inferior a 0,3 y/o campo visual menor o igual a 10 grados. Dos grupos: ceguera (ausencia total o casi total de visión) y baja visión.

Categoría	Descripción
Discapacidad intelectual	Capacidad intelectual significativamente por debajo del promedio (CI de 70 o inferior) y limitaciones importantes en el funcionamiento diario, antes de los 18 años. Cuatro grupos: leve (CI entre 50-55 y 70), moderada (35-40 a 50-55), grave (20-25 a 35-40) y profunda (inferior a 20-25).
Discapacidad auditiva	Pérdida auditiva con un déficit importante en la comunicación y el acceso al lenguaje. Dos grupos: hipoacusia (pérdida de entre 20 y 70 dB) y sordera (superior a 70 dB).
Trastornos de la comunicación	Alteraciones graves en las habilidades verbales o pragmáticas del lenguaje. Tres grupos: afasia, trastornos específicos del lenguaje y trastornos del habla.
Discapacidad física	Limitación física o alteración motriz por mal funcionamiento del sistema óseo-articular, muscular o nervioso, con restricciones en actividades propias de la edad y efecto importante en el aprendizaje escolar.
Trastornos del espectro autista	Alteraciones cualitativas en la interacción social, la comunicación y la imaginación, y patrones estereotipados de conductas e intereses. Cinco grupos en las Instrucciones: autismo, síndrome de Asperger, síndrome de Rett, trastorno desintegrativo infantil y trastorno generalizado del desarrollo no especificado.
Trastornos graves de conducta	Patrones de comportamiento inadaptados y persistentes en al menos dos ámbitos de socialización, con deterioro del funcionamiento diario y comportamientos que los cuidadores no pueden controlar. Requieren intervención multidisciplinar. Tres grupos: trastorno disocial, trastorno por negativismo desafiante y trastorno de comportamiento perturbador no especificado.
Trastorno por déficit de atención con o sin hiperactividad (TDAH)	Patrón persistente de falta de atención e impulsividad, con o sin hiperactividad, que afecta al aprendizaje escolar y a la adaptación social y familiar.
Otros trastornos mentales	Trastornos graves de la personalidad o mentales que afectan a los procesos cognitivos, emocionales o sociales, con alteración significativa en la expresión de emociones, necesidades e impulsos y grave deterioro de la actividad escolar.
Enfermedades raras y crónicas	Enfermedad rara o crónica discapacitante, no incluida en las categorías anteriores, que obliga a atención especializada en el contexto escolar o a supervisión constante.

4 Personas con dificultades de aprendizaje

Categoría	Descripción
Dificultades específicas de aprendizaje	Dificultades significativas en la lectura, la escritura, el cálculo y el razonamiento matemático (desde primaria). Cuatro grupos: dislexia, discalculia, disortografía y disgrafía.

Categoría	Descripción
Capacidad intelectual límite	CI entre 70 y 80, inferior al de la población general. Suele tener bajo rendimiento académico por lentitud de aprendizaje y poco uso de estrategias eficaces, y puede tener problemas adaptativos y emocionales y dificultades para tomar iniciativas.
TDAH	Cuando necesita una atención distinta de la ordinaria con medidas que no requieren recursos específicos, se considera dificultad de aprendizaje. Si requiere, por ejemplo, una adaptación curricular significativa o programas específicos, se considera necesidad educativa especial.
Retraso en el lenguaje	Desfase significativo (inferior a 1,5 desviaciones típicas) en la aparición o desarrollo de los componentes del lenguaje (fonológico, morfosintáctico, semántico y pragmático), que dificulta el acceso a los aprendizajes, sobre todo la expresión y la comprensión oral y escrita.

MÓDULO V

Actividades para la animación infantil y juvenil

UNIDAD I

Qué actividades generan ocio

Según el ocio experiencial, una actividad puede ser un gran momento de ocio para unas personas y no suponer placer alguno para otras (Cuenca y Goytia, 2012). Aun así, algunos autores listan las actividades que suelen generar ocio en gran parte de la población.

1 Listados de actividades

- **García y Santizo (2010):** practicar o ver deportes, asistir a eventos culturales (cine, conciertos...), hacer creaciones artísticas (pintura, fotografía...), ir de compras o ver escaparates, usar tecnologías (videojuegos, redes sociales...), visitar a la familia, estar con los amigos, viajar, leer, escribir, ver la televisión, estudiar, escuchar música o radio, cocinar, comer, cuidar plantas o animales, entre otros.

Rapp y Goscha (2012) los agrupan así:

Tipo	Ejemplos
Actividades deportivas	Baloncesto, fútbol, softbol, tenis, natación, caza, camping...
Entretenimiento individual	Escuchar la radio, ver la televisión, observar a la gente, escuchar música...
Meditación y actividades religiosas	Mindfulness, yoga...
Exterior y naturaleza	Escalar, pescar, piragüismo, hacer picnics, ir de compras...
Actividades sociales	Fiestas, visitas, juegos de mesa, hablar por teléfono...
Artísticas y culturales	Tocar un instrumento, pintar, manualidades, visitar museos, clases de arte, cocinar...
Intelectuales	Leer, hacer cursos, ir a la biblioteca, asistir a conciertos, ver películas...
Otros	Viajes, excursiones, vacaciones...

2 Aprender y jugar como ocio

Para Faché (2002), aprender puede ser en sí mismo una forma de ocio: hay quien asiste a cursos porque le da satisfacción y disfruta conociendo gente. El **juego** es otra experiencia muy usada como herramienta pedagógica. Según Ponce (2009), es una de las actividades más relevantes del desarrollo porque favorece:

- La integración de experiencias en el repertorio de conducta.
- El conocimiento de las conductas no aceptadas socialmente.
- Las habilidades sociales y de relación con el medio.
- En los juegos competitivos, la resistencia a la frustración.

UNIDAD II

Dimensiones del ocio para diseñar actividades

Las dimensiones del ocio sirven para clasificar las actividades de animación sociocultural.

1 Siete dimensiones (Lobo y Menchén, 2004)

LÚDICA

Necesaria para el equilibrio físico y emocional de cualquier persona. Se basa en el juego.

FESTIVA

Las fiestas, con sus aspectos recreativos: música, danza y canto.

DEPORTIVA

Actividad física, esencial para la calidad de vida y la salud. Incluye deportes, dinámicas de movilidad y coordinación, juegos atléticos...

CULTURAL

Descubrir los valores implícitos en el arte: pintura, teatro, música, poesía...

ECOLÓGICA

Entrar en armonía con los espacios naturales: senderismo, escalada, rutas en el campo... Aquí cobran especial relevancia la evaluación y la prevención de riesgos en actividades medioambientales.

CREATIVA

Estimular y desarrollar las potencialidades hasta la realización personal, con creaciones únicas: manualidades, teatro, invención de coreografías...

INTELECTUAL

Desarrollo mental. La fomentan juegos como el ajedrez o los rompecabezas, y actividades como las rutas históricas o los «escape rooms».

2 Cinco dimensiones (Cuenca, 2004)

Lúdica, ambiental-ecológica, creativa, festiva y solidaria. Algunas coinciden con las anteriores. La diferencia es que la dimensión **ambiental-ecológica** incluye no solo la naturaleza, sino también el entorno físico, social, cultural y comunitario, y que añade la dimensión **solidaria**, basada en acciones altruistas.

Estas dimensiones no son ámbitos excluyentes, sino que se complementan: «unas y otras ayudan a analizar, comprender y planificar la realidad global y compleja en la que se presenta el ocio» (Cuenca, 2004).

3 Qué debe hacer el monitor

- **Diseña actividades, dinámicas, talleres y juegos** que abarquen estas dimensiones para potenciar el ocio infantil y juvenil.
- Siguiendo el Modelo UD, **ofrece un amplio abanico de posibilidades,** con actividades variadas que recojan el máximo de dimensiones.
- Como no todas las personas viven las mismas actividades como ocio, **sé creativo** y dispuesto a promover actividades de todas las dimensiones.

MÓDULO VI

Proyectos de animación sociocultural

UNIDAD I

Cómo se elabora un proyecto de animación sociocultural

Existe abundante bibliografía sobre cómo hacer un proyecto y los niveles de la planificación. Este apartado es una síntesis muy práctica para iniciarse en el diseño de proyectos, con dos modelos de índice como base.

> **! IMPORTANTE**
>
> No hay una guía ni un formato único. Son imprescindibles apartados como la **metodología** o el **presupuesto**, pero los puntos pueden variar: algunos proyectos incluyen un organigrama y agradecimientos, y otros no. En general se desarrollan los mismos puntos, con títulos y orden diferentes.

1 Modelo de Ander-Egg y Aguilar (1997)

Ander-Egg es un autor reconocido mundialmente en animación sociocultural, planificación y elaboración de proyectos. Su guía propone este esquema resumido:

1. **Denominación del proyecto.**
2. **Naturaleza del proyecto:**
   - Descripción del proyecto.
   - Fundamentación o justificación.
   - Marco institucional.
   - Finalidad del proyecto.
   - Objetivos.
   - Metas.
   - Beneficiarios.
   - Productos.
   - Localización física y cobertura espacial.
3. **Especificación operacional** de las actividades y tareas a realizar.
4. **Métodos y técnicas** a utilizar.
5. **Plazos o calendario** de actividades.

6. **Recursos necesarios.**
7. **Cálculo de costes de ejecución** y elaboración del presupuesto.
8. **Administración del proyecto.**
9. **Indicadores de evaluación** del proyecto.
10. **Factores externos condicionantes** o prerrequisitos para lograr los efectos deseados.

> **! ATENCIÓN**
>
> El manual original anuncia «dos ejemplos o modelos» de índice, pero solo desarrolla este de Ander-Egg y Aguilar; el segundo no aparece en el texto. Si tu proyecto lo exige, consulta la guía completa de los autores (*Cómo elaborar un proyecto: guía para diseñar proyectos sociales y culturales*). (Aviso añadido a este manual.)

2 Consejos prácticos

- ✓ Justifica el proyecto con las **necesidades reales** de la población, preguntándole por sus gustos y preferencias, como indica la Perspectiva de las Fortalezas.
- ✓ Diseña actividades que abarquen las **dimensiones del ocio** y adapta cada una a la edad y a las necesidades de apoyo del grupo.
- ✓ Prevé la **evaluación** desde el principio: satisfacción, ajuste entre expectativas y realidad y evolución de la experiencia, como propone el Modelo UD.

(Estos consejos resumen contenidos de otras unidades del manual. Aviso añadido a este manual.)

UNIDAD II

Referencias legislativas y bibliografía

Estas son las normas citadas en el manual:

- **Constitución Española** (1978), art. 43.3: fomento del deporte y adecuada utilización del ocio.
- **Declaración Universal de los Derechos Humanos** (ONU, 1948; Resolución 217 A (III)), art. 24: derecho al descanso y al disfrute del tiempo libre.
- **Convención sobre los Derechos del Niño** (ONU, 1989; Resolución 44/25), arts. 5 y 31.
- **Objetivos de Desarrollo Sostenible** (ONU, 2015): Agenda 2030.
- **Instrucciones de 8 de marzo de 2017** de la Dirección General de Participación y Equidad (Junta de Andalucía), sobre el protocolo de detección e identificación del alumnado con NEAE.

Autores y obras principales citados en el manual:

- **Ocio y educación en el ocio:** Cuenca (2002, 2004, 2009, 2012), Cuenca y Goytia (2012), Stebbins (2012), Trilla (1993, 1997, 2012), Lobo y Menchén (2004), Kleiber (2002), Spector (2007), Cohen-Gewerc y Stebbins (2007), Dumazedier (1971).
- **Perspectiva de las Fortalezas:** Rapp y Goscha (2012), Pulla (2012), Saleebey (2006, 2013), Mariscal (2012, 2014), De la Paz (2011).
- **Desarrollo y diversidad:** Piaget (1975), Vygotsky (1997), Palacios y Marchesi (2001), Goldstein (2012), López (1995, 2008), Cyrulnik (2009), León (2008).
- **Proyectos:** Ander-Egg y Aguilar (1997), Soler (2016), Aguirre, Moliner y Traver (2017).

El manual original incluye la bibliografía completa con título y editorial de cada obra; aquí se resumen los autores principales.

Datos clave para el examen de monitor de ocio

Un repaso rápido de los datos del manual que más se preguntan:

3 «D»
Diversión, Descanso y Desarrollo personal (Dumazedier)

5
Tipos de ocio según su frecuencia: consolidado, emergente, descendente, ausente y deseado

2
Tipos de ocio según la implicación: sustancial (serio) y casual

6
Características definitorias de la Perspectiva de las Fortalezas

4
Estadios de Piaget: sensoriomotor, preoperacional, operaciones concretas y formales

ZDP
Zona de desarrollo próximo: distancia entre lo que se hace con ayuda y lo que se hace solo

3 fases
Del Modelo de intervención UD: creatividad, habilidades y reflexión

7
Dimensiones del ocio de Lobo y Menchén

Art. 43.3 CE
Los poderes públicos facilitarán la adecuada utilización del ocio

Art. 31 CDN
Derecho del niño al descanso, el juego y las actividades recreativas

¿Has terminado el manual?

Haz ahora el examen y, si lo apruebas, podrás obtener tu certificado.

academia-formacion.com/examen-curso-monitor-de-animacion-ocio-y-tiempo-libre/