



Universidad Simón Bolívar
División Ciencias Sociales y Humanidades
Dpto. Ciencia y Tecnología del Comportamiento

Materia: Optimización del tiempo libre
Código: CCG-333
Horas/ Semana: T3 PO LO U3
Profesor: Aníbal Gómez

Introducción:

“El tiempo libre no es un elemento secundario en la realidad humana, el uso del tiempo libre es la piedra central de nuestra personalidad”

Jean Fourastie

Una de las más antiguas aspiraciones del hombre en todas las épocas y lugares por obtener algún tiempo libre para él, libre de todas las obligaciones, sociales o culturales, se está haciendo más difícil de alcanzar. Más aun, ha tomado nuevas connotaciones, que van más allá de la simple búsqueda del descanso para recobrar nuestras energías, ahora está involucrada toda la personalidad y de manera especial la auto-imagen.

Esta necesidad es tan antigua como la existencia del mundo, pero hoy en día su peso e influencia es muy grande y su papel mucho más amplio y extenso.

El frenético modo de vida de nuestro tiempo, interfiere en la obtención y satisfacción de ciertas necesidades humanas básicas, demandando este modo de vida más de lo que nosotros podemos hacer; sometiéndonos a múltiples presiones que nos impulsan a la búsqueda constante de readaptación a las condiciones cambiantes del medio ambiente. Es por esto que el cuerpo se ve llevado a marchas forzadas que nos conducen a las enfermedades producidas por el stress.

Objetivos específicos:

- Lograr una definición adecuada del tiempo libre
- Conocer las principales teorías sobre la optimización del tiempo libre
- Analizar los beneficios y valores potenciales
- Conocer el uso del tiempo libre en el marco de los procesos históricos
- Conocer el papel que juega la familia, la educación, el Estado y el Sector privado en el proceso de utilización del tiempo libre
- Conocer la influencia que tiene sobre la productividad
- Conocer la amplia gama de actividades recreativas
- Conocer la necesidad de recreación para grupos especiales
- Determinar el papel de ciudadano dentro de la comunidad y la relación con sus grupos sociales
- Manejar conocimientos e instrumentos que permitan la optimización del tiempo libre

Programa:

Temas	Contenidos
1. Generalidades	- Introducción - Definición - Principales categorías - Valores potenciales o beneficios (salud)

- 2. Aspectos Históricos
 - El reto actual planteado por la recreación
 - Pasado y presente
 - Distintas eras
 - Elementos que han afectado y afectan el tiempo libre
- 3. Aspectos económicos del tiempo libre
 - Productividad- ingreso
 - Empleo
 - Productos
 - Industria
 - Gastos recreacionales
 - Problemas económicos
- 4. El papel de hogar y la familia
 - Sociedad
 - Organizaciones
- 5. Educación
 - El papel de la escuela
 - Educación y comunidad
- 6. El Sector Público
 - El papel del Estado
 - Funciones
 - Responsabilidades
- 7. El Sector Privado
 - Funciones
 - Programas
- 8. Cooperación y Coordinación a nivel de la ciudadanía
 - El papel del ciudadano
 - Formas de contribución
- 9. Actividades recreativas
 - Amplia cobertura de las actividades posibles a realizar en el tiempo libre
- 10. Recreación para grupos especiales
 - Incapacitados
 - Ancianos
 - Confinados
- 11. Optimización del tiempo libre
 - Metodología e instrumentos

Bibliografía:

- GONZALES HACA, Edmundo
Alternativas del ocio. Fondo de Cultura Económica No. 37
- MUNNE, Frederic
Psicosociología del Tiempo Libre. Trillas. México 1980
- RICHTA, Radoran
La civilización en la encrucijada. Edit. Ayuso.

- GRUSHIN, G.
El Tiempo Libre. Ediciones Pueblos Unidos. Montevideo
- CHALENDAR, Jacques
La Planificación del Tiempo Libre. Colección Nuevo Urbanismo. No. 7

- SANFANT, Morce
Sociología del Ocio. Ediciones Península. Barcelona.