

# Índice

<b>1. PRESENTACIÓN</b> .....	15
<b>2. INTRODUCCIÓN</b> .....	19
<b>3. EL TIEMPO LIBRE U OCIO</b> .....	23
Introducción .....	23
¿Qué es el ocio? .....	25
¿Es necesaria una educación para el ocio? .....	27
Propuestas pedagógicas .....	28
<b>4. OCIO Y TRANSVERSALIDAD</b> .....	33
Introducción .....	33
La vida, una unidad .....	34
Un ocio más completo .....	34
Reflexión sobre el ocio desde la película <i>Barrio</i> .....	35
Desarrollo de la actividad .....	36
Actividades asociadas al ocio que aparecen en <i>Barrio</i> .....	36
Propuestas pedagógicas .....	37
<b>5. EL JUEGO Y EL OCIO</b> .....	41
Introducción .....	41
El juego y su sentido .....	41
Los beneficios del juego .....	43
Clasificación de los juegos .....	44
El juego y los temas transversales .....	45
Juego y educación para el consumo .....	46
La salud y el juego .....	47
Propuestas pedagógicas .....	48

<b>6. LAS FIESTAS</b> .....	55
Introducción .....	55
Características de las fiestas .....	55
Elementos de las fiestas .....	57
Elementos esenciales .....	57
Elementos habituales .....	60
Elementos complementarios .....	61
La fiesta moderna .....	62
Tipos de fiestas .....	63
Las fiestas populares .....	63
Propuestas pedagógicas .....	70
<b>7. LAS AFICIONES</b> .....	73
Introducción .....	73
Tipos de aficiones .....	74
Manuales .....	75
Relacionadas con las Bellas Artes .....	76
Relacionadas con el hogar o el ámbito doméstico .....	76
Intelectuales .....	77
Coleccionismo .....	77
Otras aficiones de difícil clasificación .....	78
Los hobbies y el consumo .....	79
Propuestas pedagógicas .....	80
<b>8. LAS LECTURAS</b> .....	87
Introducción .....	87
Historia del libro .....	88
Los inicios .....	88
Los primeros códices .....	90
Libros medievales europeos .....	90
Libros impresos .....	91
Libros del Renacimiento .....	91
Libros contemporáneos .....	92
Las bibliotecas .....	93
Breve historia del periodismo .....	95
Clasificación de las lecturas, de diarios y revistas .....	96
Propuestas pedagógicas .....	98

<b>9. LOS MEDIOS AUDIOVISUALES .....</b>	<b>105</b>
Introducción .....	105
La radio .....	106
Características generales del medio .....	106
El lenguaje radiofónico: materiales sonoros y no sonoros .....	108
Los programas más escuchados .....	109
Los géneros de la radio .....	110
La televisión .....	111
Los géneros televisivos .....	113
La programación televisiva .....	114
El consumo de televisión .....	116
El cine .....	116
Nacimiento del cine .....	116
El cine, un entretenimiento .....	117
El cine es un arte del que disfrutar .....	118
Los géneros cinematográficos .....	120
Propuestas pedagógicas .....	121
<b>10. EL OCIO E INTERNET .....</b>	<b>129</b>
Introducción .....	129
Ventajas e inconvenientes de Internet .....	130
La seguridad en Internet .....	132
Uso de Internet entre los jóvenes .....	134
Apreciaciones a considerar .....	138
Internet y el cambio de hábitos .....	140
Propuestas pedagógicas .....	141
<b>11. DEPORTES Y OCIO .....</b>	<b>145</b>
Introducción .....	145
Beneficios de la actividad física .....	145
Dónde y cómo realizar actividad física .....	146
El ocio y los deportes .....	147
Los deportes y el ocio en la vida de los jóvenes .....	149
Los deportes y la salud .....	149
Deportes y convivencia .....	151
Propuestas pedagógicas .....	152

<b>12. LA NATURALEZA Y EL OCIO .....</b>	<b>157</b>
Introducción .....	157
El hombre y su relación con la Naturaleza .....	158
Los pueblos y las ciudades .....	159
La naturaleza protegida .....	160
Definiciones .....	161
La naturaleza y la salud .....	163
Otras posibilidades .....	164
Propuestas pedagógicas .....	166
<b>13. GASTRONOMÍA Y TIEMPO LIBRE .....</b>	<b>171</b>
Introducción .....	171
Comida y relaciones sociales .....	171
Fiestas y comidas .....	173
Turismo y gastronomía .....	174
La cocina como diversión .....	175
Invitar a los amigos y a la familia .....	177
Ocio y alcohol .....	178
Efectos del alcohol .....	180
El consumo excesivo de alcohol .....	181
Precauciones .....	182
Propuestas pedagógicas .....	184
<b>14. EL TURISMO Y EL OCIO .....</b>	<b>189</b>
Introducción .....	189
Turismo y valores .....	190
Modos de turismo .....	191
¿Cómo hacer turismo? .....	193
Para ser un buen turista .....	195
Propuestas pedagógicas .....	197
<b>15. MÚSICA, BAILE Y TIEMPO LIBRE .....</b>	<b>201</b>
Introducción .....	201
La música en la vida de las personas .....	201
Música y ocio .....	203
Música y consumo .....	205

El baile y la danza .....	207
Propuestas pedagógicas .....	209
<b>16. EL TIEMPO DE OCIO Y EL HOGAR .....</b>	<b>213</b>
Introducción .....	213
¿Qué hacer en casa? .....	213
Las actividades caseras .....	214
Aficiones de hombres y mujeres .....	215
Actividades de ocio en el hogar: clasificación .....	215
Actividades relacionadas con las cosas .....	215
Actividades relacionadas con las personas .....	216
Actividades relacionadas con los animales .....	217
Actividades relacionadas con las plantas .....	217
Actividades varias .....	217
Propuestas pedagógicas .....	218
<b>17. OCIO Y SOLIDARIDAD .....</b>	<b>221</b>
Introducción .....	221
Ocio solidario .....	221
¿Qué es el ocio solidario y quién puede llevarlo a cabo? .....	222
Voluntariado .....	223
Ser voluntario .....	224
¿En qué se puede colaborar? .....	225
Propuestas pedagógicas .....	227
<b>18. OCIO Y CONSUMO EN LA SOCIEDAD ACTUAL ..</b>	<b>231</b>
Introducción .....	231
¿Es bueno o malo el consumo? .....	231
Ir de compras .....	232
Otras formas de consumismo en el ocio .....	235
Más formas de diversión consumista .....	237
Propuestas pedagógicas .....	238
<b>19. LAS “ACTIVIDADES SIMPLES” Y EL OCIO .....</b>	<b>243</b>
Introducción .....	243
Las actividades sencillas .....	244

¿Qué se puede hacer? .....	244
Acciones simples para el tiempo libre .....	245
Propuestas pedagógicas .....	251
<b>20. REFLEXIONES FINALES .....</b>	<b>255</b>
<b>21 .REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....</b>	<b>257</b>
<b>22. PÁGINAS WEB DE INTERÉS .....</b>	<b>265</b>
<b>23. BIBLIOGRAFÍA RECOMENDADA .....</b>	<b>267</b>
<b>24. ANEXO .....</b>	<b>269</b>
Desarrollo de un cine-fórum .....	269
Definición .....	270
Objetivos .....	271
Desarrollo del cine-fórum .....	271
Fase de planificación .....	272
Fase de ambientación .....	272
Fase de proyección de la película .....	272
Fase de profundización y síntesis .....	272
Fase de evaluación .....	273