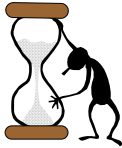


OCIO

INTRODUCCIÓN

La distribución del tiempo de un día suele ser como sigue:



- ✓ 8 HORAS : TRABAJO O COLEGIO
- ✓ 8 HORAS : DORMIR
- ✓ 8 HORAS : TIEMPO LIBRE (hacer la compra, deberes, **ocio**, etc)

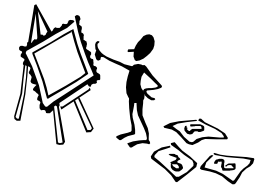
Tiempo libre: son aquellos períodos irrepetibles de la vida humana con comienzo y fin, es decir, que se pueden medir con reloj, en los que actuamos por nuestra propia voluntad, deseos e inclinaciones.

Ocio: Es un conjunto de ocupaciones a las que el individuo puede dedicarse voluntariamente, sea para descansar o para divertirse, o para desarrollar su información o su formación desinteresada, su voluntad de participación social o su libre capacidad creadora, cuando se ha liberado de sus obligaciones profesionales, familiares y sociales.

Funciones del ocio: descanso, diversión, desarrollo.

Descanso: el ocio nos sirve de descanso y nos libera de la fatiga y el desgaste físico y nervioso.

Diversión: libera del aburrimiento y ofrece unos cauces de ruptura con el mundo cotidiano, lleno de normas y privaciones.

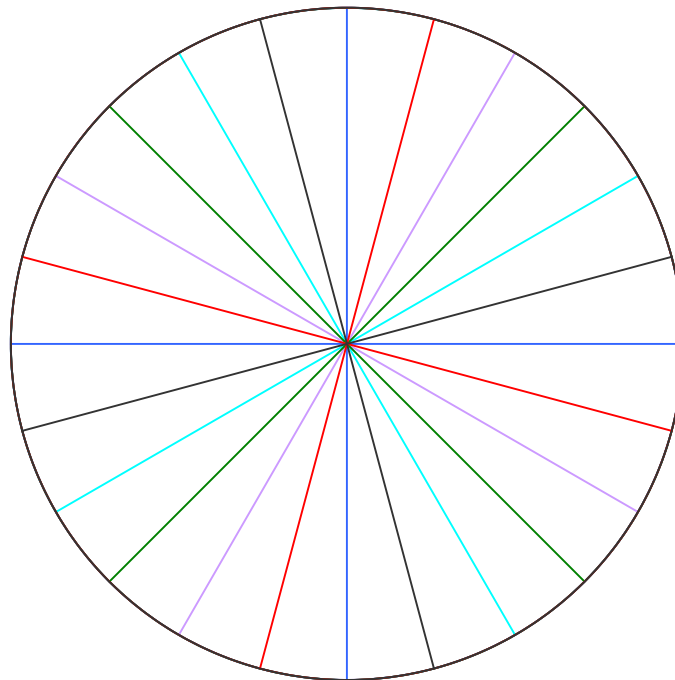


Desarrollo: es fuente de crecimiento siempre que la actividad se llene de sentido.

▪ INSTRUCCIONES DE LAS ACTIVIDADES

ACTIVIDAD 1

🎨 Cada uno vais a rellenar una ficha con una tarta dividida en porciones. Cada porción representa una hora del día. Tienes que colorear tantas porciones como tiempo dediques a cada actividad. Por ejemplo: dormir, hacer los deberes, tiempo en el colegio,vas a rellenar una ficha que corresponda a un día entre semana y otra que corresponda a un día del fin de semana.



ACTIVIDAD 2

- Por grupos, vais a buscar información de las diferentes actividades que se ofrecen a los chicos/as de vuestra edad. Una vez realizada la búsqueda, os pedimos que hagáis un listado de las mismas, en función de vuestras preferencias, necesidades, gustos,...



- Una vez realizada la lista con las diferentes actividades, realizar una comparación con las actividades que habéis puesto en vuestras fichas.

Elegir un portavoz de cada grupo para que salga a explicar las conclusiones del análisis publicitario al resto de los compañeros.

- *Preparar un fin de semana soleado.*
- *Preparar un fin de semana lluvioso.*