



### INFORMACIÓN GENERAL TCU-537

Código y nombre del proyecto: TC- 537. Movimiento Humano y Recreación para una mejor calidad de vida de las poblaciones infantil, juvenil, adulta y adulta mayor en vulnerabilidad social.

Vinculación del proyecto : El TC-537 “ Movimiento Humano y Recreación para una mejor calidad de vida de las poblaciones infantil, juvenil, adulta y adulta mayor en vulnerabilidad social” es un proyecto de acción social de la Escuela de Educación Física y Deportes.

- **Objetivo General:**

Contribuir con la calidad de vida, el uso adecuado del tiempo libre y los estilos saludables de vida, de comunidades, instituciones públicas e instituciones no gubernamentales que atienden necesidades psicosociales o físico-motoras de poblaciones infantil, juvenil, adulta y adulta mayor en vulnerabilidad social, por medio de la implementación de actividades físicas, deportivas, recreativas, terapéuticas y socio-educativas.

- **Objetivos específicos:**

Propiciar actividades recreativas dirigidas hacia la población participante, con el fin de fomentar su calidad de vida, los estilos saludables de vida y el buen uso del tiempo libre.

Promover procesos educativos o terapéuticos con la población participante de una comunidad o institución que atienda necesidades psicosociales o físico-motoras, con el fin de facilitar el autoaprendizaje de estas técnicas para que sean aplicadas en su vida diaria.

- **Inicios del proyecto:**

El TC-537, tiene sus inicios en el I ciclo 2007 bajo el nombre de Movimiento Humano y Recreación para una mejor calidad de vida de las poblaciones infantil, juvenil y adulta en riesgo y se mantuvo hasta el II ciclo del 2010, para un total de cuatro años bajo la coordinación del profesor Carlos Ballestero Umaña. Para el año 2011, se hizo una renovación y se ampliaron las áreas de cobertura y la población beneficiaria, el nombre se modificó levemente y pasó a ser Movimiento Humano y Recreación para una mejor calidad de vida de las poblaciones infantil, juvenil, adulta y adulta mayor en vulnerabilidad social, tal y como se le conoce hoy en día. En la actualidad está a mi cargo (Cecilia Romero Barquero).





De qué trata el proyecto: Busca contribuir con instituciones públicas y no gubernamentales que atienden necesidades psicosociales de las poblaciones infantil, juvenil, adulta y adulta mayor, así como con comunidades dentro y fuera del área metropolitana que se encuentren en vulnerabilidad social, por medio de la implementación de actividades físicas, recreativas, educativas y terapéuticas que promuevan una mejor calidad de vida.

- **¿Qué actividades realiza?**

Se realizan diagnósticos en distintas áreas, se planean proyectos de intervención, los cuales oportunamente se desarrollarán en la comunidad o institución, por medio de actividades recreativas-educativas y socio-terapéuticas, además se realizan evaluaciones continuas del proceso.

También se atienden las peticiones de instituciones que ocasionalmente solicitan apoyo a la Escuela de Educación Física y Deportes, para el desarrollo de proyectos a fines a las ciencias del movimiento humano y la recreación.

Se desarrollan talleres, capacitaciones, charlas, convivios para las comunidades e instituciones, se elabora material didáctico, se participa en ferias, festivales, convivios y campamentos.

- **¿Dónde se realiza?**

En comunidades e instituciones dentro y fuera del área metropolitana. Por ejemplo, en la Fundación VACROM, Kinder Estrellita, Comité Cantonal de Deportes y Recreación de la Municipalidad de Moravia, Fundación Parque La Libertad, Proyecto de Voluntariado y Responsabilidad Social de la Municipalidad de Curridabat, Hogar Infantil Turrialba, entre otras.

- **¿Qué se requiere para participar?**

Buena disposición para participar en actividades recreativas, educativas o al aire libre, así como para trabajar con comunidades que se encuentran en vulnerabilidad social y con instituciones dentro y fuera del área metropolitana. Deseo de compartir con poblaciones de distintas edades, disponibilidad horaria para realizar actividades entre semana y los fines de semana y creatividad para la generación de propuestas de trabajo.





- **Carreras inscritas en el proyecto**

- Ciencias del Movimiento Humano
- Educación Primaria
- Educación Preescolar
- Educación Especial y Orientación
- Psicología
- Artes Plásticas
- Artes dramáticas
- Terapia física
- Ingeniería civil
- Artes Musicales
- Trabajo Social
- Enseñanza del Español
- Inglés
- Nutrición
- Derecho
- Enfermería
- Promoción de la salud
- Bibliotecología

- **Cantidad de estudiantes vinculados:**

Cada semestre se tienen aproximadamente 25 estudiantes, por lo tanto en el tiempo que ha tenido vigencia el TC-537, desde su renovación, podrían haberse vinculado más de 300 estudiantes.

- **Resultados de este proyecto a la fecha:**

Facilitar un cambio de actitud y generar aprendizajes en la población infantil, juvenil, adulta y adulta mayor en vulnerabilidad social, mediante actividades propias de las ciencias del movimiento humano, la recreación y áreas afines, con el fin de promover la calidad de vida, los estilos saludables de vida y el uso adecuado del tiempo libre. De manera anual, se impacta y beneficia a más de 400 personas y más de 10 organizaciones y comunidades pertenecientes a distintas partes del país como Sarapiquí, Vargas Araya, Curridabat, Moravia, Desamparados, Guararí de Heredia, Turrialba, entre otras.





- **Aporte del proyecto para el país:**

El TCU es muy valioso en muchos ámbitos, porque se llega a ofrecer programas, charlas, talleres, convivios, festivales, campamentos, entre muchas otras actividades a comunidades que se encuentran en vulnerabilidad social y que por su condición poseen escasos recursos económicos y humanos, por lo que sin la intervención de este tipo de proyectos no tendrían la oportunidad de acceder a actividades que fomenten su salud física y mental. Por lo tanto, se genera un aporte social, educativo, recreativo y terapéutico a poblaciones de distintas características y zonas del país.

- **Vínculo universidad-sociedad en este proyecto:**

La coordinación realizada entre la UCR (TCU) y diferentes instituciones y/o comunidades es enriquecedora y provechosa, porque permite establecer enlaces para futuros proyectos, y a la vez, cumplir con las políticas de la universidad y con los objetivos de los TCU, al promover que la capacidad académica esté al servicio de la comunidad para el mejoramiento de calidad de vida, por medio de un trabajo interdisciplinario.

- **Proyección a futuro:**

Seguir potenciando las prácticas de estilos saludables de vida en la población de distintas edades y de distintas comunidades e instituciones públicas o no gubernamentales, que atienden necesidades psicosociales o físico-motoras de poblaciones infantil, juvenil, adulta y adulta mayor en vulnerabilidad social, dentro o fuera del área metropolitana, por medio de la implementación de actividades físicas, deportivas, recreativas, terapéuticas y socio-educativas. Además, después de la pandemia se creó un canal más de intervención como es el desarrollo de actividades por medio de la virtualidad, lo que permite dar un mayor seguimiento y acceder a poblaciones que por recursos o distancia sería difícil de tratar de manera prolongada.

- **Observación final:**

En general, el trabajo realizado por la población estudiantil del TC-537 es muy satisfactorio y productivo, tanto para la población beneficiaria como para los mismos estudiantes, quienes según sus comentarios e informes logran crecer a nivel personal y profesional. Además, la Escuela de Educación Física y Deportes es un foco de atención para muchas instituciones y comunidades que ven en ella la posibilidad de recibir apoyo en las áreas de las ciencias del movimiento y la recreación y precisamente estos proyectos como el TCU son un medio, no solo para enseñar, sino para intercambiar aprendizajes y crecer juntos como sociedad.

