

## ANEXO 2: PLANILLA PARA PRESENTACIÓN DE PROYECTOS.



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE LA PLATA  
SECRETARÍA DE EXTENSIÓN UNIVERSITARIA**

### **1. DENOMINACIÓN O TÍTULO DEL PROYECTO**

**Movimiento en pertenencia. Gimnasia recreativa en el Barrio “El Molino”**

### **2. SÍNTESIS DEL PROYECTO (máximo 200 palabras)**

Una de las áreas de vacancia del CCEU N° 8 “El Molino”, registrada en el Plan Anual de Intervención 2015 es la existencia de un elevado nivel de sedentarismo en la población de mujeres adolescentes y jóvenes que habitan el barrio. Esto se traduce en el aumento de factores de riesgo asociados a elevados índices de sobrepeso y obesidad, con los consecuentes perjuicios en la salud de la población.

Esta situación es visibilizada desde el Centro de Atención Primaria de Salud (CAPS), una de las instituciones presentes en el barrio, cuyos referentes plantearon como demanda territorial la atención a esta problemática.

Teniendo en cuenta lo referido hasta aquí, el presente proyecto se propone el desarrollo de actividades gimnásticas y lúdico-recreativas en mujeres de 17 a 35 años (algunas de ellas en situación de puerperio) en las instalaciones del CAPS, con un doble objetivo. Por un lado, a través de la generación de alternativas inclusivas e integradoras, se propone reducir los factores de riesgo, mejorando la salud de la población destinataria. Y por otro, aportar a la construcción de redes de interacción y entramados culturales del barrio, a través de una propuesta con énfasis en la dimensión comunitaria de las prácticas corporales.

### **3. CENTRO/S COMUNITARIO/S DE EXTENSION UNIVERSITARIA**

Centro Comunitario de Extensión Universitaria N° 8, ubicado 5 y 14 en el barrio “El Molino”, localidad de Punta Lara, Partido de Ensenada.

### **4. UNIDAD/ES ACADÉMICA/S QUE INTERVIENEN**

Prosecretaría de Políticas Sociales de la Universidad Nacional de La Plata

## **5. UNIDAD EJECUTORA**

Facultad de Humanidades y Ciencias de Educación, UNLP

## **6. IDENTIFICACIÓN DEL/LOS DESTINATARIOS**

Las destinatarias de este proyecto son mujeres de entre 17 y 35 años (algunas de ellas en situación de puerperio) que habitan en el barrio "El Molino" en la localidad de Punta Lara, Partido de Ensenada. Se trata de la población identificada tanto desde la Prosecretaría de Políticas Sociales como desde los referentes del Centro de Atención Primaria de Salud (CAPS) como aquellas que presentan de forma más acentuada los problemas de salud asociados a altos niveles de sedentarismo. Son, asimismo, aquellas con quienes ya se ha establecido un primer acercamiento y se está consolidando un vínculo a través del desarrollo de actividades, que se esperan poder sostener.

## **7. LOCALIZACIÓN GEOGRÁFICA**

El proyecto localiza su propuesta en el Centro Comunitario de Extensión Universitaria N° 8, que funciona en el espacio del Salón de Usos Múltiples (SUM) Municipal "El Molino". Este se encuentra ubicado en la calle 5 y 14, en el Barrio "El Molino", en la localidad de Punta Lara, Partido de Ensenada.

Cabe aclarar que, en particular, las actividades se llevarán a cabo en una de las instituciones del barrio: en las instalaciones del Centro de Atención Primaria de Salud (CAPS) "El Molino", ubicado en las calles 5 y 12 bis.

## **8. RESPONSABLE/S DEL PROYECTO**

Prof. César, Aldo Román

Mail de contacto:

Tel:

## **9. EQUIPO DE**

- 1) Florencia Matallana, DNI 36.718.237
- 2) Denise Magalí Spinelli, DNI 37.934.510
- 3) Daiana López, DNI 39.105.661
- 4) Keirin Juliany Barrera Molina, DNI 95270913
- 5) Sebastián Desocio, DNI 28.052.682
- 6) Andrés Daniel López, DNI: 33.835319

7) Sanz Francisco, DNI: 34.169.623

#### **10. ORGANIZACIONES CO-PARTÍCIPES (SI CORRESPONDE)**

Centro de Atención Primaria de Salud (CAPS) "El Molino".

Referente

Ubicación: 5 y 12 bis. Columna 361. Punta Lara

Teléfonos:

#### **11. RELEVANCIA Y JUSTIFICACIÓN DEL PROYECTO** (Especificar sobre qué problema tomado del Anexo Áreas de Vacancia se fundamenta la propuesta) **(máximo 400 palabras)**

A partir del diagnóstico elaborado por la Prosecretaría de Políticas Sociales en el que se relevaron un conjunto de áreas de vacancia que conforman el Plan Anual de Intervención 2015 para el CCEU N°8 El Molino, se desprenden una serie de problemáticas que este proyecto se propone abordar.

Por una parte, el Centro de Atención de Salud (CAPS) "El Molino" registra un elevado nivel de sedentarismo en la población de mujeres adolescentes y jóvenes puérperas, situación que aumenta factores de riesgo asociados a elevados índices de sobrepeso y obesidad: hipertensión, problemas óseo articulares, hiperlipidemia, arterosclerosis, angina de pecho, infarto del miocardio, y accidentes cerebro vasculares (ACV).

Por otra parte, si bien el barrio cuenta con tres espacios de juego, actividades recreativas y deportivas para jóvenes y niños, no existen en la actualidad actividades programáticas gímnicas ni lúdico-recreativas dirigidas a mujeres adolescentes y jóvenes, que se ofrezcan de forma gratuita.

Teniendo en cuenta este diagnóstico, la referente del CAPS realizó en 2014 una demanda institucional dirigida a la Dirección de Salud del Municipio de Ensenada y a la Secretaría de Extensión de la FaHCE para iniciar actividades que permitan atender los requerimientos de dicha población.

Es por esto que, en esta línea, esta proyecto se orienta a la generación de actividades de tipo recreativas y deportivas para mujeres de entre 17 y 35 años (algunas de ellas en situación de puerperio) con el propósito de establecer un espacio de formación gímnica. En dicho espacio, se trabajará la apropiación del conocimiento del propio cuerpo y de la salud. Al mismo tiempo, se espera que se constituya en un ámbito de recreación y de desarrollo colectivo de actividades que propicien la generación de lazos que puedan actuar como red de contención, en pos de la generación de una identidad barrial.

Cabe aclarar que esta propuesta se formula atendiendo a las necesidades y demandas locales. Asimismo, teniendo en cuenta la discontinuidad en la oferta de actividades físicas (en sentido amplio) gratuitas, nuestra propuesta está orientada a la generación de alternativas inclusivas e

integradoras que aporten materia de fortalecimiento comunitario en este barrio en particular.

## **12. OBJETIVOS Y RESULTADOS**

### **Objetivo General:**

(Direcciona y delimita que se va a hacer con el proyecto. Engloba los objetivos específicos)

- Construir redes de interacción y entramados culturales, brindando al mismo tiempo alternativas inclusivas e integradoras en materia de fortalecimiento comunitario, a través de prácticas gímnicas y lúdico-recreativas para mujeres de entre 17 y 35 años del barrio "El Molino".
- Reducir los factores de riesgo de las mujeres destinatarias, mediante instancias de intercambio y capacitación que les permitan re-crearse desde una propuesta gímnica y lúdico-recreativa, en pos de aprender y generar una cultura corporal que les permita mejorar e incorporar hábitos saludables.

### **Objetivos Específicos:**

- Afianzar y promover los lazos de pertenencia entre las mujeres destinatarias.
- Fortalecer y acompañar el encuentro de las mujeres en la realización de una actividad lúdico-expresiva.
- Construir colectivamente saberes en relación al cuerpo y a la salud.
- Afianzar los vínculos de la comunidad con el Centro de Atención Primaria de Salud (CAPS).
- Promover la Extensión Universitaria como experiencia, práctica social y académica.
- Formar extensionistas, estudiantes de educación física, en la construcción de un espacio colectivo y público para el ejercicio de la docencia.

### **Resultados esperados**

#### **De la población destinataria:**

-Que distintos actores se apropien material y simbólicamente del Centro de Atención Primaria de Salud (CAPS), en vistas a la generación de una identidad barrial que persista independientemente de la presencia de los extensionistas.

-Que se construya colectivamente una cultura gímnica y lúdica entre las mujeres del barrio, esto es: que puedan aprehender las distintas posibilidades de moverse a través de la gimnasia, de recrearse a partir del movimiento sistemático, negociar, consensuar y/o acordar con otros.

#### **De los/as extensionistas:**

-Que graduados/as y docentes se formen como extensionistas en experiencias y prácticas

específicas en áreas no abordadas por la formación de grado.

-Que se obtengan observaciones y registros de prácticas desarrolladas durante la experiencia, con el objeto de ser presentadas en encuentros de extensión y divulgación académica.

-Que el Centro de Atención Primaria de Salud (CAPS) fortalezca su lazo con la comunidad y se generen otros proyectos en función de las demandas de la población del barrio.

**Indicadores de progreso y logro:**

- La permanencia, incremento y asistencia continua de las mujeres en las actividades semanales propuestas por el proyecto.

- El progreso en el rendimiento físico de las mujeres que asisten a las clases.

- El fortalecimiento del lazo institucional con el CAPS como espacio de referencia para el barrio.

- La formación de estudiantes de Educación Física en prácticas docentes por fuera del espacio escolarizado, tanto público como privado.

**13. METODOLOGÍA**

Para llevar a cabo el proyecto, se planificó una serie de actividades en función de los intereses y posibilidades de la población destinataria, teniendo en cuenta que uno de los propósitos es contribuir a generar redes de contención al interior del barrio. Asimismo se tomó en consideración el diagnóstico presentado por el CAPS de El Molino, en vistas a atender aquellas cuestiones de riesgo físico que se esperan disminuir por medio de las actividades.

Para esto, se propuso un plan de actividades que consta de dos encuentros semanales de 1:15 hs en las instalaciones del CAPS: una actividad de tipo aeróbica-recreativa los días miércoles y una actividad localizada-gimnica los días viernes. Los mismos estarán a cargo de dos parejas pedagógicas que se alternan entre ambos días.

Con respecto al desarrollo de las clases, éstas inician con una entrada en calor, luego se desarrolla la propuesta principal y se cierra con una charla sobre las diversas inquietudes que manifiesten las mujeres que asisten, o sobre las que el equipo considere apropiado. En base a los primeros acercamientos a la población del barrio, el equipo planificó -en una primera instancia- charlas sobre una dieta alimentaria saludable, sobre los aportes del ejercicio físico y sobre la salud y el cuerpo.

Además, el equipo llevará a cabo un registro sistemático del desarrollo de las actividades con el objetivo de generar insumos para la evaluación de las clases y su impacto en las mujeres del barrio. Estos registros serán tomados en cuenta en las reuniones del proyecto, para la reflexión sobre la práctica extensionista llevada a cabo, y para la introducción de modificaciones que permitan avanzar en un mejor planteo de las actividades, estableciéndose una relación de diálogo permanente con las mujeres del barrio.

#### **14. ACTIVIDADES**

Las actividades se iniciaron en Abril del 2015, cuando se estableció un primer acercamiento a las mujeres del barrio; esto permitió avanzar en el conocimiento de la población destinataria, así como de las características particulares que presenta este barrio. A partir de esto, fue posible (como se mencionó párrafos atrás) registrar como problema la ausencia de una oferta pública y privada de fácil acceso a la ejercitación sistemática. Esta situación aparece profundizada por la existencia fronteras geográficas y simbólicas que atraviesan este espacio barrial.

A partir de ese primer acercamiento al barrio, el proyecto busca generar instancias de capacitación (clases) y de intercambio, que permitan a la población de mujeres de El Molino que asistan, re-crearse desde una propuesta gímnica y lúdico-recreativa. Esto está en función de generar una cultura de lo corporal que les permita mejorar e incorporar hábitos saludables a través de la realización de actividad física, gímnica y recreativa dos veces por semana, junto con una dieta nutricional adecuada a las necesidades y posibilidades de las interesadas.

Es por esto que las actividades consisten en la realización de dos encuentros semanales de 75 minutos de actividad física de intensidad media, que tendrán lugar en las instalaciones del CAPS. Los días miércoles en el horario de 14 a 15 hs se dictarán clases de gimnasia aeróbica, y los días viernes de 14 a 15 hs, clases de gimnasia localizada. La propuesta gímnica consiste en la repetición sistemática de ejercicios: se trata de un conjunto de propuestas motrices con formato cerrado, sistemático y reiterativo. La propuesta lúdico-recreativa consiste en la utilización de elementos de gimnasia con actividades centradas en el juego, que estimulan la práctica.

Antes de cada clase y a su finalización las profesoras realizarán una charla/conversación donde se propiciará el intercambio de intereses por parte de las destinatarias y las profesoras. En estas se compartirán de manera informal, la forma de "tips", cuestiones vinculadas a la alimentación en general, la preparación de comidas en particular, el uso adecuado de ropa para la práctica física, entre otros aspectos que se consideren relevantes.

Asimismo, esta propuesta contará con monitoreos médicos profesionales, tales como controles cardíacos, presión arterial y análisis de rutina, que permitan un acompañamiento de las interesadas.

#### **15. DURACIÓN DEL PROYECTO Y CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES**

Temporalización									
Actividades	Mes								
	Abr.	May.	Jun.	Jul.	Ago.	Sep.	Oct.	Nov.	Dic.
<b>Gimnasia formativa</b>	x	x	x	x	x	x	x	x	x
<b>Gimnasia aerolocal</b>	x	x	x	x	x	x	x	x	x
<b>Gimnasia postural</b>	x	x			x	x			
<b>Juegos aeróbicos</b>							x	x	
<b>Gimnasias blandas (yoga)</b>								x	x
<b>Danzas</b>								x	x
<b>Aero dans</b>	x	x	x	x	x	x	x	x	x

## 16. BIBLIOGRAFÍA

- Blanchard, A, Cheska, T. (1986.) Antropología del Deporte. Ediciones Bellatera. S.A. Barcelona
- Blanco, R.; Barreto, N.; Ferretty, E.; Branz, J.; Di Paola, N.; Césaró, R.; y López, A. Club Deportivo: un espacio barrial para tod@s. Diferentes perspectivas para un proyecto de Extensión multidisciplinar. Ponencia presentada en las IV Jornadas de Jóvenes Investigadores y I de Jóvenes Extensionistas, FCNyM-UNLP. La Plata, 24 a 27 de agosto de 2011
- Bourdieu; P., "Espacio social y poder simbólico". Cosas Dichas. Gedisa. Argentina. 1988.
- Caillois, R., Teoría de los Juegos. Seix Barral. Barcelona. 1958
- Cañeque, H., Juego y Vida. La conducta lúdica en el niño y el adulto. Editorial El Ateneo. Buenos Aires. 1998.
- Caruso y Dussel, De Sarmiento a los Simpsons. Cinco conceptos para pensar la Educación contemporánea. Bs. As. Ed. Kapelusz. 1997.
- Césaró, R., Co-autor del Capítulo, "Prácticas corporales: sentidos, estrategias y tácticas", en: Estudios socioculturales del deporte: desarrollos, tránsitos y miradas. Editorial Kinesis y Asociación Colombiana de Investigación y Estudios Sociales del Deporte- ASCIENDE, Bogotá, Colombia.
- Ceraso, C., "El rol del comunicador social después de la caída del Estado Benefactor". Cátedra de Taller de Planificación Comunicacional de Políticas públicas. Mimeo. 2001.
- Fuente digital de la Secretaría de Extensión Universitaria de la UNLP. [http://www.unlp.edu.ar/articulo/2008/4/10/extension\\_apertura\\_institucional](http://www.unlp.edu.ar/articulo/2008/4/10/extension_apertura_institucional). Visto: 26/09/2012.
- Girales M. Gimnasia. El futuro anterior ( De rechazos, retornos y renovaciones). Stadium, Buenos Aires, 2001.

Goffman. E., La Presentación de la Persona en la vida Cotidiana. Amorroutu editores. Buenos Aires. 1959.

Guber, R., Etnografía. Método, campo y reflexividad, Buenos Aires, Norma, 2001.

Habermas, J., La inclusión del otro. Paidós. Barcelona.1999.

Huergo, J., "El reconocimiento del 'universo vocabular' y la prealimentación de las acciones estratégicas". Centro de Comunicación / Educación. La Plata. 2003.

Kaplún, G., "Materiales 'educativos' que no educan, materiales 'no educativos' que educan". La Piragua Nº 12-13. CEAAL. Santiago de Chile. 1997.

Mata, M., "Nociones para pensar la comunicación y la cultura masivas". Segundo curso de especialización con modalidad presencial a distancia. Centro de Comunicación Educativo La Crujía. Año 1996.

Meinel K., Schnabel G. Teoría del movimiento motricidad deportiva, Stadium, 1987

Munné, F., Psicología del tiempo libre. Un enfoque critico. Editorial Trillaso. México. 1980.

Pavia V., Investigación y juego, reflexiones desde una práctica. En Revista Brasileira de Ciencia y Deporte. Vol. 22. 2000.

Saintout, F., "Comunicación y frontera: ¿un relato posible?", Revista Oficios Terrestres Nº 17, FPyCS. La Plata. 2005.

Salman, T., "Organizaciones sociales, cambios y cultura". INCUPO. Centro de Capacitación VVAA. Técnicas Participativas para la Educación Popular. Alforja. Lumen-Humanitas-CEDEPO.

Villamayor, Claudia. Gestión de la Comunicación. Centro de Comunicación La Crujía. 2002- 1

## 17. FINANCIAMIENTO Y PRESUPUESTO

La Prosecretaría de Políticas Sociales de la UNLP **garantizará** con fondos propios los **gastos relacionados a transporte, seguros, impresiones, alimentos y material de librería justificados y necesarios para el desarrollo del plan de trabajo propuesto**. Asimismo pondrá a disposición una oficina con dos computadoras, teléfono, lugar de reuniones, equipamiento multimedia para ser utilizado en forma compartida por los diferentes equipos y los espacios físicos y equipamientos de los CCEU y/o organizaciones sociales contraparte de los que se encuentran en proceso de conformación.

Además de los gastos que asumirá la PPS ya mencionados, el presupuesto podrá contemplar bienes de consumo y/o de uso de carácter específico necesario para el desarrollo del plan de trabajo presentado **por un monto máximo de hasta \$ 5000** el que será otorgado por única vez en el marco de las normativas vigentes de la UNLP .

En relación a los Bienes Inventariables los mismos podrán quedar en comodato en la Organización del CCEU que se requiera, en la Facultad que corresponda, o en la Prosecretaría de Políticas Sociales a disposición del CCEU. En cualquiera de los casos se requerirá Informe Técnico que involucre a la Prosecretaría de Políticas Sociales, al Director del Proyecto y a la Secretaría de Extensión de la UNLP.

GARANTIZADO POR PPS		
Lo solicitado deberá adecuarse al equipo de trabajo y las actividades propuestas.		
Rubro	DESCRIPCIÓN	CANTIDAD
Transporte	1.Carga Tarjeta Sube	1.Cargas mensuales por 7 (siete) extensionistas, dos veces por semana.

	<p>2.Carga de Combustible</p> <p>3. Remisse (unicamente en caso de traslado de materiales o equipamiento)</p> <p>4.Traslado para Visitas Grupales.</p>	<p>2. cargas mensuales a la localidad de Punta Lara, Ensenada, dos veces por semana.</p> <p>3. a especificar</p> <p>4. A especificar</p>
<b>Seguros</b>		Siete extensionistas a asegurar
<b>Material de Librería</b>	1.Lapiceras azules tipo Bic (Articulo y Especificación de marca o alguna característica distintiva)	A especificar
<b>Impresiones</b>	1.Fotocopias 2.Ploteos 3.Mapas	A especificar
<p><b>SUBSIDIO HASTA 5000 \$</b></p> <p><i>*Si el Proyecto resulta aprobado, tener en cuenta: Al momento de presentación del listado de materiales específicos, se solicitará acompañar un presupuesto estimativo y lugar sugerido para la compra de los mismos.</i></p> <p><i>** No contempla inscripciones ni viáticos a Eventos Científicos.</i></p> <p><i>*** No contempla honorarios ni becas para integrantes de proyecto.</i></p>		
Materiales Específicos para llevar adelante las actividades del Proyecto.	1.Material de gimnasia	1. Cuatro colchonetas 2.Elementos de gimnasia (a especificar)

#### 18. SOSTENIBILIDAD / REPLICABILIDAD DEL PROYECTO (si corresponde):

Como se mencionó párrafos atrás, el proyecto se origina a partir de la demanda institucional por parte del CAPS de “El Molino” acerca de la falta de actividad física en mujeres (alguna de ellas puérperas). A partir de un primer acercamiento al barrio que realizó el equipo el año pasado, se registró efectivamente la falta de actividades físicas y de oferta de espacios de recreación de fácil acceso para las mujeres del barrio. Es así que la formulación del proyecto se ancla en una demanda territorial/institucional y busca abordar un área actual de vacancia registrado en el Plan de Anual Intervención 2015 para el CCEU N° 8 “El Molino”.

Se considera, asimismo, que la consolidación de un espacio de encuentro y recreación posibilitará enmarcar las actividades físicas -orientadas a la disminución del riesgo de salud de las mujeres destinatarias- en un plano más amplio de construcción y fortalecimiento de los lazos comunitarios e institucionales del barrio “El Molino”

#### 19 . AUTOEVALUACIÓN. Los méritos principales de este proyecto radican en...

(Identificar **DOS** aspectos y explicar en un máximo de 50 palabras)

Los principales méritos del proyectos consisten en que, si por un lado responde al diagnóstico

del PAI 2015 y a la demanda institucional de referentes del CAPS, la propuesta no se limita a la oferta de actividades físicas con el sólo objetivo de reducir los factores de riesgo vinculados al sedentarismo. Es decir que, si bien se reconoce la importancia de atender a cuestiones vinculadas a la salud de la población destinataria (problemas asociados al sedentarismo y la obesidad), el énfasis está puesto en la construcción de manera colectiva de saberes en relación al cuerpo, la salud y el ocio. En esta construcción de saberes, resulta fundamental no restringir la mirada a una visión médico-instrumental, sino incorporar una mirada social de reforzamiento de lazos comunitarios en torno a la generación de una identidad barrial.

En síntesis, los méritos consisten en por un lado, en la atención a la problemática de salud de la población destinataria, y por otro, en el afianzamiento de lazos existentes en el barrio.

**Se adjunta CV del director, co-director y coordinador/es (según corresponda).  
Se adjunta página/s de firma de Instituciones interesadas en el proyecto.**

**Firma y aclaración del director del proyecto**