ICUFOR
Cursos de Formación Permanente Universitaria

Curso de Formación Permanente

Recreos Activos contra el Sedentarismo Escolar: Organización del Patio y Juegos Motores en el Centro Educativo

6 ECTS | 150 horas | Online, a tu ritmo

Formación acreditada por
Universidad de Vitoria-Gasteiz EUNEIZ



Acerca de ICUFOR

ICUFOR es un centro privado de formación online, Centro Acreditado y Autorizado por la Universidad EUNEIZ de Vitoria-Gasteiz. Diseñamos e impartimos Cursos de Formación Permanente universitarios, pensados para la actualización y la especialización de profesionales en activo.

Nuestros cursos se estudian a tu ritmo en un campus virtual propio y terminan con el diploma de la Universidad EUNEIZ y con certificados de ICUFOR verificables.

Centro acreditado
Universidad EUNEIZ

100 % online
Campus virtual propio

Equipo docente
Disponible todo el curso



Metodología de estudio

Campus virtual propio
Estudias desde cualquier lugar y dispositivo, sin horarios.

Aprendizaje autónomo, pero acompañado
Tú marcas el ritmo y nuestro equipo de docentes resuelve tus dudas y orienta tu estudio.

Contenido del curso en PDF
El material principal, para estudiarlo a fondo, tema a tema.

Abstract de cada tema
Su síntesis, para situarte al empezar y repasar al final.

Presentación con los aspectos clave
Lo esencial de cada bloque, para jerarquizar y fijar.

Cuestionarios de evaluación
De respuesta múltiple, uno por tema.



Campus virtual

Mis cursos
Tu progreso y el siguiente tema por estudiar

Materiales
Contenido en PDF, Abstract y presentación con los aspectos clave

Cuestionarios de evaluación
Tu nota y la revisión de tus respuestas

Equipo docente
Consulta por escrito, chat y asesor de IA a cualquier hora

Secretaría
Certificados en PDF con código de verificación

Pagos y facturas
Descarga de facturas en PDF



Presentación del programa



Amplía tu formación con el Curso de Formación Permanente en Recreos Activos contra el Sedentarismo Escolar: Organización del Patio y Juegos Motores en el Centro Educativo, un programa diseñado para profesionales que buscan transformar los espacios de recreo en entornos promotores de salud y bienestar infantil. En ICUFOR apostamos por una formación que responda a las necesidades actuales de la comunidad educativa, donde el sedentarismo infantojuvenil se ha convertido en un problema de salud pública que requiere intervenciones efectivas desde el ámbito escolar.

Duración
150 horas

Créditos
6 Créditos ECTS

Metodología
Online

Matriculación
Permanente

Objetivos del curso

Comprender la magnitud del sedentarismo infantojuvenil y sus consecuencias, identificando el centro educativo como espacio estratégico para la promoción de la actividad física.

Conocer las características del desarrollo motor en cada etapa educativa, relacionando las necesidades de movimiento del alumnado con las recomendaciones de actividad física aplicables al tiempo de recreo.

Diseñar la transformación del espacio de patio, incorporando criterios de zonificación funcional, accesibilidad universal, señalización y gestión de materiales que favorezcan la actividad física de todo el alumnado.

Desarrollar estrategias metodológicas y organizativas inclusivas y coeducativas para la dinamización del recreo, implicando al alumnado como líder y dinamizador y coordinando la participación del profesorado, las familias y otros agentes de la comunidad educativa.

Fundamentar teórica y científicamente la intervención en el recreo escolar, diferenciando el recreo activo del recreo convencional y analizando la evidencia sobre sus beneficios.

Aplicar instrumentos de diagnóstico y observación sistemática del patio escolar, elaborando un informe que integre las necesidades detectadas como base para la intervención.

Dominar un repertorio amplio y clasificado de juegos motores para el recreo activo, seleccionando propuestas cooperativas, tradicionales, rítmicas y con material alternativo adaptadas a cada etapa educativa.

Elaborar, implementar y evaluar un proyecto integral de recreos activos en el propio centro educativo, utilizando indicadores de proceso, resultado e impacto que garanticen su mejora continua y sostenibilidad a largo plazo.

Temario

01 Sedentarismo infantil y juvenil: magnitud del problema, factores determinantes y papel del contexto escolar

1.1. Conceptualización del sedentarismo y la inactividad física en la población infantojuvenil
1.2. Datos epidemiológicos y tendencias actuales del sedentarismo en niños y adolescentes
1.3. Consecuencias del sedentarismo en la salud física, psicológica y social del alumnado
1.4. Factores determinantes del sedentarismo en la infancia y la adolescencia
1.5. El centro educativo como espacio estratégico para la promoción de la actividad física

02 Fundamentos teóricos y científicos de los recreos activos como estrategia de intervención escolar

2.1. Conceptualización y delimitación del recreo activo frente al recreo convencional
2.2. Bases teóricas que sustentan la intervención en el recreo escolar
2.3. Evidencia científica sobre los efectos de los programas de recreos activos
2.4. Revisión de modelos y programas internacionales de referencia, limitaciones y retos de la investigación

Temario

03 Desarrollo motor y necesidades de actividad física según las etapas evolutivas del alumnado escolar

3.1. Fundamentos del desarrollo motor en la infancia y la adolescencia
3.2. Necesidades de movimiento y actividad física en Educación Infantil
3.3. Necesidades de movimiento y actividad física en Educación Primaria
3.4. Necesidades de movimiento y actividad física en Educación Secundaria
3.5. Recomendaciones de actividad física diaria según la edad y su aplicación al tiempo de recreo
3.6. Alfabetización física y desarrollo de la competencia motriz a través del juego en el patio

04 Diagnóstico y análisis del recreo escolar: evaluación del contexto previo a la intervención

4.1. Importancia del diagnóstico inicial antes de implementar un programa de recreos activos
4.2. Análisis del espacio físico del patio escolar
4.3. Observación y registro de la dinámica actual del recreo
4.4. Instrumentos y herramientas para la recogida de información
4.5. Elaboración del informe diagnóstico y análisis de las percepciones de la comunidad educativa

Temario

05 Diseño, organización y transformación del espacio de patio escolar para la promoción de la actividad física

5.1. El patio como entorno de aprendizaje, socialización y actividad física
5.2. Principios de diseño espacial para la promoción de recreos activos
5.3. Señalización, marcaje y pintura del suelo como recurso para la actividad física
5.4. Selección, gestión y rotación de materiales y equipamientos para el recreo activo
5.5. Redistribución equitativa del espacio: superación de la hegemonía del campo deportivo central
5.6. Estructuras de juego, elementos fijos y mobiliario exterior para el patio activo
5.7. Proyectos de transformación del patio escolar: fases, agentes implicados y financiación

Temario

06 Repertorio y clasificación de juegos motores para el recreo activo en el centro educativo

6.1. Criterios de selección y clasificación de juegos motores para el contexto del recreo
6.2. Juegos de persecución, captura y evasión adaptados al espacio de patio
6.3. Juegos de saltos, desplazamientos y circuitos de habilidades motrices
6.4. Juegos cooperativos y de trabajo en equipo para el fomento de la inclusión y la convivencia
6.5. Juegos con material alternativo y autoconstruido
6.6. Juegos populares, tradicionales y autóctonos como recurso para el recreo activo
6.7. Juegos rítmicos, expresivos y de actividad física vinculada a la música y la danza
6.8. Banco de recursos y fichas de juegos: elaboración, organización y actualización del repertorio

Temario

07 Estrategias metodológicas y modelos organizativos para la dinamización del recreo activo

7.1. Modelos organizativos de recreo activo según el grado de estructuración
7.2. Planificación temporal de las actividades: programación semanal, mensual y anual del recreo activo
7.3. Estrategias de motivación y captación del alumnado para la participación voluntaria
7.4. Formación y participación del alumnado como líder, dinamizador y mediador del recreo
7.5. Gestión de la convivencia, resolución de conflictos y normas de juego durante el recreo
7.6. Coordinación con el área de Educación Física y con el plan de actividades complementarias del centro
7.7. Adaptaciones organizativas según las condiciones climatológicas y los espacios interiores disponibles

Temario

08 Recreos activos inclusivos: atención a la diversidad, perspectiva de género y coeducación en el patio escolar

8.1. Principios de inclusión y equidad aplicados al diseño de recreos activos
8.2. Análisis de la ocupación del patio desde la perspectiva de género
8.3. Estrategias coeducativas para la transformación del recreo escolar
8.4. Inclusión del alumnado con necesidades educativas especiales y diversidad funcional
8.5. Atención al alumnado en situación de aislamiento social o con dificultades de relación
8.6. Interculturalidad y diversidad cultural como oportunidad para enriquecer el recreo activo

Temario

09 Papel del profesorado, la comunidad educativa y la coordinación institucional en los programas de recreos activos

9.1. Funciones y responsabilidades del profesorado en la dinamización del recreo activo
9.2. Formación del profesorado para la implementación de programas de recreos activos
9.3. El equipo de coordinación del recreo activo: composición, funciones y liderazgo del proyecto
9.4. Participación de las familias y de otros agentes de la comunidad educativa
9.5. Trabajo en red con otros centros educativos: intercambio de experiencias y buenas prácticas

Temario

10 Evaluación, seguimiento y mejora continua de los programas de recreos activos

10.1. Importancia de la evaluación como herramienta de mejora del programa de recreos activos
10.2. Diseño del plan de evaluación: dimensiones, indicadores y momentos evaluativos
10.3. Instrumentos de evaluación de los niveles de actividad física durante el recreo
10.4. Evaluación de la satisfacción, la motivación y la percepción de la comunidad educativa
10.5. Evaluación del impacto en la convivencia, la inclusión y el clima escolar
10.6. Análisis de resultados, toma de decisiones y ciclos de mejora continua

11 Diseño, implementación y sostenibilidad de un proyecto integral de recreos activos en el centro educativo

11.1. Fases del diseño de un proyecto de recreos activos: de la idea a la planificación operativa
11.2. Estrategias para la puesta en marcha, la fase piloto y la gestión del cambio
11.3. Consolidación y sostenibilidad del programa a medio y largo plazo
11.4. Estudio de casos y elaboración del proyecto final aplicado al propio centro educativo

Titulación y certificados

Diploma de la Universidad EUNEIZ

Al aprobar todos los cuestionarios de evaluación recibes el **diploma en formato digital** de Curso de Formación Permanente, con sus 6 créditos ECTS y 150 horas.

Certificados de ICUFOR

Se descargan en PDF desde la Secretaría del campus, con un código único y QR para verificarlos.



Universidad de Vitoria-Gasteiz EUNEIZ

Proceso de matriculación

1 **Pulsa «Matricularme» en la ficha del curso**
Completa tus datos personales y de facturación.

2 **Elige la forma de pago**
Tarjeta, PayPal o transferencia bancaria.

3 **Entra en el campus y empieza**
Recibes por correo tus datos de acceso y, en cuanto se confirma el pago, tienes el temario completo. La matrícula está abierta todo el año.

Matricúlate | Más información



Métodos de pago

Pago único
El precio se abona una sola vez, sin cuotas ni renovaciones.

Seguridad
Pago online en la pasarela de Stripe o de PayPal.

Flexibilidad
Tarjeta de crédito o débito, PayPal o transferencia.

Acceso inmediato
Con tarjeta o PayPal, el campus se activa al momento.

Simplicidad
Matrícula y pago en dos pasos.

Facturación
Facturas en «Pagos y facturas» del campus.



¿Por qué elegir ICUFOR?

01

Formación accesible

Formación universitaria rigurosa y acreditada, íntegramente online y compatible con tu trabajo.

02

Calidad universitaria

Cada curso está acreditado por la Universidad EUNEIZ, con su memoria académica y sus créditos ECTS.

03

Impulso a tu carrera

Contenidos de utilidad práctica y una titulación que suma en méritos, concursos y bolsas de empleo.

04

Especialización

Cada curso trata una única temática a fondo: combínalos y construye tu propio itinerario.

05

Atención de calidad

Consultas al equipo docente por escrito o por chat, y un asesor de IA a cualquier hora.

¿Por qué elegir ICUFOR?

06
Contenidos actualizados
Los cursos se revisan periódicamente para incorporar las novedades de cada ámbito.

07
El curso, por escrito
Cada tema en tres formatos: contenido en PDF, Abstract y presentación con los aspectos clave.

08
Autónomo, pero acompañado
Tú decides tu ritmo y nuestro equipo de docentes resuelve tus dudas y orienta tu estudio.

09
Enseñanza adaptada
Sin horarios ni conexiones obligatorias: seis meses para terminar, ampliables si lo necesitas.

10
Estudio sencillo e intuitivo
Un campus virtual propio, sin instalar nada y accesible desde cualquier dispositivo.

¿Necesitas más información?

Te contamos cómo funciona el curso, los plazos y la titulación, sin compromiso.

www.icufor.com

info@icufor.com

+34 858 895 080

+34 746 044 519

Formación acreditada por Universidad de Vitoria-Gasteiz EUNEIZ

