



Año Académico 2026 - 1er. Cuatrimestre

1. Nombre del Curso

Artesanías en Crochet: De lo Básico al Amigurumi

2. Docente:

Gómez María Noelia

3. Objetivos:

- Introducir a los participantes en las técnicas del crochet, desde lo básico hasta el amigurumi.
- Brindar un espacio terapéutico, creativo y social para personas mayores de 50 años.
- Estimular la motricidad fina, la concentración, la paciencia y la autoestima.
- Promover la autogestión y el desarrollo de potenciales emprendimientos artesanales.

4. Fundamentación:

Marco de Referencia del Proyecto: El presente proyecto está dirigido a personas adultas mayores de 50 años

La propuesta abarca desde los fundamentos del crochet hasta la técnica del **amigurumi**, permitiendo que cada participante avance a su propio ritmo.

El crochet, además de ser una actividad creativa y manual, tiene múltiples beneficios. Se ha demostrado que tejer ayuda a reducir el estrés, disminuye la ansiedad y mejora la salud emocional. La repetición rítmica de los puntos tiene efectos terapéuticos y puede contribuir a mantener la agilidad mental.

Asimismo, este espacio fomenta la **interacción social**, generando vínculos significativos y sentido de pertenencia. Por otro lado, brinda una **oportunidad económica** para quienes deseen transformar este saber en un pequeño emprendimiento personal o familiar.

Desde una perspectiva inclusiva, se reconoce el valor del aprendizaje permanente en la vejez como forma de fortalecer la autonomía, la creatividad y el disfrute.

5. Contenidos

Unidad 1: Introducción al mundo del crochet

- Breve historia y usos del crochet.
- Herramientas básicas: tipos de agujas e hilos.
- Puntos básicos: cadeneta, punto bajo, punto alto, medio punto.
- Como hacer aumentos y disminuciones.
- Cómo comenzar y cerrar una pieza.

Unidad 2: Técnicas intermedias y prendas

- Puntos fantasía y combinaciones.
- Lectura e interpretación de patrones.
- Realización de objetos útiles y decorativos (tapetes, bolsos, accesorios).
- Cambios de color, ensamblajes, terminaciones.

Unidad 3: Técnica Amigurumi

- Introducción al arte japonés del amigurumi.
- Tejido en espiral.
- Aumento y disminución de puntos.
- Relleno, armado y costura.
- Realización de muñecos simples (animalitos, figuras decorativas).

6. Recursos Bibliográficos:

- Leinhauser, J. & Weiss, R. *El gran libro del crochet*.
- Cernadas de Bulnes, J. *Manualidades para la tercera edad*.
- Materiales visuales en fotocopias o virtuales.
- Tutoriales online y patrones gratuitos de páginas como Pinterest, Instagram y canales educativos de Youtube.

7. Duración del Curso:

- 1 vez por **semana**– de **2 horas cada una**, Total **16 clases**

8. Modalidad de Dictado

- **Presencial**, con metodología teórico-práctica, centrada en la demostración, repetición guiada, seguimiento personalizado y trabajo colaborativo.

9. Recursos:

- Aula con mesas, sillas y buena iluminación
- Pizarra o proyector (opcional).
- Materiales comprados por cada participante
- Grupo de WhatsApp (consultas y dudas)

Material Didáctico a utilizar:

- Agujas de crochet (N.º 2.5, 3, 4, 5 mm).
- Hilos de algodón, acrílicos y combinaciones.
- Relleno para amigurumis (vellón siliconado).
- Tijeras, marcadores de puntos, agujas laneras.
- Fichas impresas con patrones y esquemas gráficos.
- Videos tutoriales (opcional).

Muestras realizadas por la docente

10. Requisitos de inscripción:

No se requiere experiencia previa en crochet.

11. Número máximo de concurrentes:

15 participantes

12. Días y Horarios para el dictado del curso:

Lunes de 14:30 a 16:30 hs.

13. Evaluación:

- **Evaluación formativa** y acompañamiento continuo del proceso de aprendizaje.
- Presentación de un **proyecto final individual o grupal** (muñeco, prenda o accesorio).
- No se aplicarán evaluaciones escritas ni exámenes formales.