

60851 - Bases para la promoción de la actividad física

Información del Plan Docente

Año académico: 2023/24

Asignatura: 60851 - Bases para la promoción de la actividad física

Centro académico: 229 - Facultad de Ciencias de la Salud y del Deporte

Titulación: 549 - Máster Universitario en Evaluación y Entrenamiento Físico para la Salud

Créditos: 3.0

Curso: 1

Periodo de impartición: Segundo semestre

Clase de asignatura: Optativa

Materia:

1. Información básica de la asignatura

La asignatura y sus resultados previstos responden a los siguientes planteamientos y objetivos:

Esta asignatura pretende dotar al alumnado de las bases fundamentales para el desarrollo de estrategias de intervención relacionadas con la promoción de la actividad física.

Estos planteamientos y objetivos están alineados con los siguientes Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) de la Agenda 2030 de Naciones Unidas (<https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/>), de tal manera que la adquisición de los resultados de aprendizaje de la asignatura proporciona capacitación y competencia para contribuir en cierta medida a su logro:

- Objetivo 3: Salud y bienestar
- Objetivo 4: Educación de calidad.

2. Resultados de aprendizaje

El estudiante, para superar esta asignatura, deberá demostrar los siguientes resultados:

- 1.- El alumnado identifica las distintas fases que componen una investigación sobre promoción de la actividad física y lo vincula con teorías, modelos y variables de influencia.
- 2.- El alumnado identifica cuáles son distintos factores que influyen en la práctica de actividad física y los comportamientos sedentarios en población adolescente.
- 3.- El alumnado valora de forma crítica distintas posibilidades de intervención para mejorar los niveles de actividad física habitual en población adolescente dentro de distintos contextos de intervención escolares y extraescolares.

3. Programa de la asignatura

CONTENIDOS

I.- GENERALIDADES. CONCEPTOS DE REFERENCIA

- La promoción de la actividad física y la educación para la salud. Teorías y modelos.
- Fases de la investigación para la promoción de la actividad física.

II.- ANÁLISIS DE LOS FACTORES QUE INFLUYEN EN LA PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA

- La medición de la actividad física y principales alternativas metodológicas.
- Niveles y patrones habituales de actividad física.
- Niveles y patrones de actividad sedentaria.
- Niveles de cumplimiento de las recomendaciones de práctica de actividad física.
- Influencias para la práctica de actividad física. Modelos de referencia.
- La perspectiva transcultural.

III.- INTERVENCIONES PARA LA PROMOCIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA.

- Revisión de proyectos de intervención para la promoción de la actividad física.
- La relevancia del centro escolar en la promoción de la actividad física.
- El modelo social-ecológico para la promoción de la actividad física.
- Pautas y estrategias de intervención eficaces basadas en el entorno escolar.
- Análisis de un programa de intervención eficaz: "Sigue la Huella"

4. Actividades académicas

AF1-Clase magistral: 15 horas presenciales

AF2 - Resolución de problemas y casos: 15 horas presenciales

AF6 – Estudio: 38 horas.

AF7 – Tutela personalizada profesor-alumno: 5 horas

AF8 - Pruebas de evaluación: 2 horas.

5. Sistema de evaluación

El estudiante deberá demostrar que ha alcanzado los resultados de aprendizaje previstos mediante las siguientes actividades de evaluación

EV1 – Prueba escrita: 30% (Pruebas objetivas (verdadero/falso o dicotómicas, elección múltiple, correspondencia o emparejamiento de elementos, etc.) o preguntas restringidas de respuesta corta o breve.)

EV4 - Técnicas basadas en la asistencia y participación activa del alumno en clase, seminarios y tutorías: 70% (Trabajos en grupos reducidos sobre supuestos prácticos propuestos. Los alumnos trabajarán sobre datos reales y supuestos prácticos reales de forma que acaben planteando un diseño de investigación en el que puedan incorporar de una forma justificada y fundamentada aquellas variables que más se ajusten al contexto concreto estudiado).

El fraude o plagio total o parcial en cualquiera de las pruebas de evaluación dará lugar al suspenso de la asignatura con la mínima nota, además de las sanciones disciplinarias que la comisión de garantía adopte para estos casos. Para un conocimiento más detallado sobre el plagio y sus consecuencias se solicita consultar: <https://biblioteca.unizar.es/propiedad-intelectual/propiedad-intelectual-plagio#Que>