

## 68857 - Bienestar Laboral y Organizaciones Saludables

### Información del Plan Docente

**Año académico:** 2024/25

**Asignatura:** 68857 - Bienestar Laboral y Organizaciones Saludables

**Centro académico:** 108 - Facultad de Ciencias Sociales y del Trabajo

**Titulación:** 632 - Máster Universitario en Gestión Estratégica de Recursos Humanos

**Créditos:** 6.0

**Curso:** 1

**Periodo de impartición:** Segundo semestre

**Clase de asignatura:** Obligatoria

**Materia:**

### 1. Información básica de la asignatura

En esta asignatura se propone que el alumnado conozca, comprenda y sea competente para valorar los riesgos emergentes e integrarlos en el sistema de gestión de la prevención de riesgos laborales. Se le capacitará para la gestión efectiva del estrés laboral y el fomento de hábitos saludables. Además, se enseñará a gestionar el envejecimiento activo de la plantilla de trabajadores, así como a aplicar políticas de conciliación en situaciones críticas y que inciden en el balance vida personal-vida laboral.

### 2. Resultados de aprendizaje

- Conocer, comprender y valorar el sistema de gestión de la prevención de riesgos laborales en la organización.
- Identificar e intervenir en los factores protectores y de riesgo para el bienestar psicológico de los trabajadores.
- Gestionar de manera efectiva el estrés laboral y prevenir su aparición.
- Fomentar hábitos saludables en los trabajadores.
- Gestionar el envejecimiento activo de la plantilla de los trabajadores.
- Gestionar situaciones críticas en la plantilla en situaciones de desequilibrio en el balance vida personal-vida laboral.

### 3. Programa de la asignatura

- Prevención de riesgos laborales.
- Bienestar psicológico y satisfacción laboral.
- Gestión del estrés. Fomento de hábitos saludables: deporte, nutrición, mindfulness.
- Gestión del envejecimiento.
- Conciliación. Acompañamiento del trabajador en situaciones críticas.

### 4. Actividades académicas

La asignatura tiene 6 créditos ECTS, lo que implica **150 horas de trabajo del estudiante** distribuidas en horas presenciales (40%) y horas no presenciales (60%). Incluye las siguientes actividades académicas:

- **Clases magistrales (T1):** 30 horas. Sesiones teórico-prácticas en las que se explicarán los contenidos de la asignatura, siendo 12 horas presenciales y 18 horas no presenciales.
- **Resolución de problemas y casos (T2):** 30 horas. Sesiones de resolución de casos prácticos, lecturas y ejercicios planteados por el profesorado, siendo 12 horas presenciales y 18 horas no presenciales. Incluye seminarios, talleres y/o conferencias de expertos/as externos/as.
- **Estudio y trabajo autónomo del estudiante (T7):** 87 horas. Lectura, comprensión y estudio de la materia impartida en clase y la incluida en ADD-Moodle (no presencial); elaboración y realización de trabajos individuales y/o en grupo donde el alumnado aplique las competencias adquiridas y se refleje en un documento o presentación dirigidos a los profesores del módulo correspondiente.
- **Pruebas de evaluación (T8):** 3 horas. Realización de exámenes y otras actividades de evaluación.

### 5. Sistema de evaluación

La asignatura se puede cursar en modalidad de **evaluación continua o única**.

En la **evaluación continua\*** se evaluará conforme a los siguientes criterios:

- **Teoría (50% nota final):** realización de una prueba objetiva (tipo test) de 30 preguntas con 3 alternativas de respuesta, de las cuales solamente una es correcta. Se aplicará la fórmula de corrección del azar (dos fallos restan un acierto). Se debe obtener una nota mínima de 4 puntos sobre 10 en esta prueba para mediar con el resto de calificaciones.
- **Práctica (40% nota final):** realización y entrega en las fechas indicadas del caso o casos prácticos establecidos por el profesorado responsable de los mismos. Se debe obtener una nota mínima de 4 puntos sobre 10 en cada uno de los casos para mediar con el resto de calificaciones.
- **Participación (10% nota final):** participación activa del estudiante en las actividades presenciales y no presenciales, incluyendo la conferencia final de la asignatura, mediante intervenciones, consultas, aportación de experiencias, etc.

**\*Para acogerse al sistema de evaluación continua, es condición necesaria que el estudiante acuda, al menos, al 80% de las sesiones presenciales y obligatoriamente a la conferencia final de la asignatura. En caso contrario, el estudiante pasará automáticamente al sistema de evaluación única.**

La **evaluación única** se evaluará conforme a los siguientes criterios:

- **Teoría (50% nota final):** realización de una prueba objetiva (tipo test) de 30 preguntas con 3 alternativas de respuesta, de las cuales solamente una es correcta. Se aplicará la fórmula de corrección del azar (dos fallos restan un acierto). Se debe obtener una nota mínima de 4 puntos sobre 10 en esta prueba para mediar con el resto de calificaciones.
- **Práctica (50% nota final):** realización de un examen con preguntas abiertas de carácter práctico o aplicado. Se debe obtener una nota mínima de 4 puntos sobre 10 en esta prueba para mediar con la parte teórica.

Las pruebas de evaluación, tanto continua como única, serán realizadas en las fechas oficiales aprobadas por la Comisión de Garantía de Calidad del Máster.

Los resultados obtenidos se calificarán de acuerdo a la normativa vigente de la Universidad de Zaragoza, con una escala numérica de 0 a 10, con expresión de un decimal, a la que se podrá añadir la correspondiente calificación cualitativa.

## 6. Objetivos de Desarrollo Sostenible

- 3 - Salud y Bienestar
- 5 - Igualdad de Género
- 8 - Trabajo Decente y Crecimiento Económico