



## Teaching Guide

Identifying Data					2024/25
Subject (*)	Physical Education, Health Education and Welfare		Code	652439020	
Study programme	Mestrado Universitario en Innovación, Orientación e Avaliación Educativa				
Descriptors					
Cycle	Period	Year	Type	Credits	
Official Master's Degree	2nd four-month period	First	Optional	3	
Language	Spanish				
Teaching method	Face-to-face				
Prerequisites					
Department	Didácticas Específicas e Métodos de Investigación e Diagnóstico en Educación				
Coordinador		E-mail			
Lecturers		E-mail			
Web					
General description	<p>La educación física y el deporte constituyen un medio con gran potencial en la promoción de la salud, entendida ésta, como un estado de bienestar a nivel físico, psíquico y social, estrechamente vinculada al concepto de calidad de vida. No sólo se trata de adquirir conocimientos básicos que ayuden al individuo a conocer su cuerpo y los efectos saludables que para él tienen las buenas prácticas, o la prevención de determinadas enfermedades, sino de que adquiera hábitos de vida que contribuyan a mantener y mejorar su salud, entre los que ocupan un lugar relevante la adquisición de conocimientos prácticos para su puesta en práctica.</p> <p>La generación de hábitos de vida saludables tiene que ir acompañada con prácticas satisfactorias y vivencias agradables, tanto en escolares como en adultos. No se pueden generar hábitos a través de modelos que generen presión, ansiedad y estrés. Se considera muy importante que la población en general tenga buenas sensaciones y se divierta en el transcurso de sus prácticas deportivas, para generar la necesidad de incorporarlas como hábitos para toda la vida. Si las experiencias son frustrantes o muy exigentes, es probable que las personas prefieran realizar otras actividades.</p> <p>Consideramos necesario la aplicación de programas a gran escala que fomenten la práctica deportiva, para todas la población en general. Es indispensable adaptarse a la diversidad de gustos y necesidades de las personas, para lo que se requiere una mayor flexibilidad de las actuales estructuras, que permita ampliar la cobertura de los programas.</p>				

## Study programme competences / results

Code	Study programme competences / results
A1	Ser capaz de aplicar os coñecementos adquiridos e resolver problemas en contornos novos ou pouco coñecidos dentro de contextos máis amplos (ou multidisciplinares) relacionados coa Innovación, orientación e avaliación educativa.
A18	Desenvolver temáticas propias da Sociedade da Información aplicadas á educación para promover a igualdade social e rexional, e a mellora do benestar e a calidade de vida dos cidadáns e das cidadás.
A25	Ser capaz de desenvolver a innovación educativa e metodoloxía de investigación nos ámbitos da educación física e da dramatización e a expresión corporal a través da investigación e a avaliación.
A29	Elaborar e desenvolver modelos teóricos e estratexias pedagóxicas que sustenten procesos innovadores de dinamización educativa.
A30	Adquirir e saber aplicar os coñecementos teóricos e metodolóxicos que capaciten ó alumnado para promover procesos de acción socioeducativa no contexto institucional e xeográfico da Administración Local.
A31	Ser capaz de identificar as principais liñas de investigación en orientación e de analizar e valorar os métodos e técnicas de investigación utilizados.
B2	Capacidade de adaptación a situacións novas.
B3	Traballar de forma autónoma e con iniciativa.
B6	Capacidade de innovar (creatividade) dentro de contextos educativos formais e non formais.
B8	Ser capaz de comunicarse cos seus compañeiros, coa comunidade educativa e coa sociedade en xeral no ámbito das súas áreas de coñecemento.
C1	Expresarse correctamente, tanto de forma oral coma escrita, nas linguas oficiais da comunidade autónoma.
C3	Utilizar as ferramentas básicas das tecnoloxías da información e as comunicacións (TIC) necesarias para o exercicio da súa profesión e para a aprendizaxe ao longo da súa vida.



C8	Valorar a importancia que ten a investigación, a innovación e o desenvolvemento tecnolóxico no avance socioeconómico e cultural da sociedade.
----	---

Learning outcomes			
Learning outcomes	Study programme competences / results		
Capacidade para relacionar la educación física con la salud y la calidad de vida y transmitir dichas relaciones	AR30	BR8	CC1 CC8
Valorar criticamente la posibilidad de generar hábitos saludables a través del trabajo del currículum de educación física			CC1
Capacidade para generar propuestas de innovación educativa para la promoción de estilos de vida activos a través de los contenidos de educación física	AR24 AR28	BR2	
Valorar la importancia que tienen la realización de trabajos de investigación relacionados con la evaluación de programas de educación física	AR17		CC8
Capacidade para diseñar, justificar, aplicar y evaluar propuestas de intervención para trabajar la salud a través de la educación física.	AR1 AR29	BR3 BR6 BR8	CC3
Capacidade para realizar un análisis crítico de fuentes documentales relacionadas con la materia.	AR30		CC8
Capacidade para resolver tareas de forma colaborativa relacionadas con la materia.	AR28	BR3	CC1

Contents	
Topic	Sub-topic
1. Educación física, salud y calidad de vida	Marco conceptual. Estilos de vida y salud. Educación física y promoción de la salud.
2. Hacia una educación física para la salud	Los contenidos de la educación física La salud en el currículum de educación física. Promoción de hábitos saludables desde la educación física. - Hábitos de práctica físico-deportiva - Hábitos higiénicos - Hábitos posturales - Hábitos alimenticios: imagen corporal y problemas asociados - Mitos y falsas creencias sobre la educación física
3. Innovación en educación física	Propuestas educativas para la promoción de estilos de vida activos.
4. Investigación en educación física	Los programas de educación física y deporte: problemas para su evaluación. Pautas para la evaluación de programas físico-deportivos. Experiencias en evaluación de programas físico-deportivos.

Planning				
Methodologies / tests	Competencies / Results	Teaching hours (in-person & virtual)	Student?s personal work hours	Total hours
Introductory activities		1	1	2
Guest lecture / keynote speech		9	18	27
Document analysis		3	0	3
Supervised projects		3	21	24
Oral presentation		3	6	9
Collaborative learning		3	6	9
Personalized attention		1	0	1

(\* )The information in the planning table is for guidance only and does not take into account the heterogeneity of the students.



Methodologies	
Methodologies	Description
Introductory activities	Al comenzar el curso se llevan a cabo actividades iniciales para conocer las competencias, intereses y motivaciones del alumnado para el logro de los objetivos a alcanzar. Así podremos conocer información de interés (punto de partida) para articular mejor la docencia y optimizar los procesos de enseñanza-aprendizaje.
Guest lecture / keynote speech	Exposición oral complementada con el uso de medios audiovisuales y la introducción de algunas preguntas dirigidas a los estudiantes, con la finalidad de transmitir conocimientos y facilitar el aprendizaje. La clase magistral es también conocida como ?conferencia?, ?método expositivo? o ?lección magistral?. Esta última modalidad se suele reservar a un tipo especial de lección impartida por un profesor en ocasiones especiales, con un contenido que supone una elaboración original y basada en el uso casi exclusivo de la palabra como vía de transmisión de la información a la audiencia.
Document analysis	Técnica metodológica que supone la utilización de documentos audiovisuales y/o bibliográficos (fragmentos de reportajes documentales o películas, noticias de actualidad, paneles gráficos, fotografías, biografías, artículos, textos legislativos, etc.) relevantes para la temática de la materia con actividades específicamente diseñadas para el análisis de los mismos. Se puede emplear como introducción general a un tema, como instrumento de aplicación del estudio de casos, para la explicación de procesos que no se pueden observar directamente, para la presentación de situaciones complejas o como síntesis de contenidos de carácter teórico o práctico.
Supervised projects	Metodología diseñada para promover el aprendizaje autónomo de los estudiantes, bajo la tutela del profesor y en escenarios variados (académicos y profesionales). Está referida prioritariamente al aprendizaje del ?cómo hacer las cosas?. Constituye una opción basada en la asunción por los estudiantes de la responsabilidad por su propio aprendizaje. Este sistema de enseñanza se basa en dos elementos básicos: el aprendizaje independiente de los estudiantes y el seguimiento de ese aprendizaje por el profesor-tutor.
Oral presentation	Presentación oral por parte de los alumnos del proyecto de innovación y del trabajo de la investigación del día realizado.
Collaborative learning	Conjunto de procedimientos de enseñanza-aprendizaje guiados de forma presencial y/o apoyados con tecnologías de la información y las comunicaciones, que se basan en la organización de la clase en pequeños grupos en los que el alumnado trabaja conjuntamente en la resolución de tareas asignadas por el profesorado para optimizar su propio aprendizaje y la de los otros miembros del grupo.

Personalized attention	
Methodologies	Description
Supervised projects Collaborative learning	Trabajos tutelados y Aprendizaje colaborativo:  Se realizarán diversos trabajos en clase. En algunos casos es necesario que el profesorado guíe este trabajo para su ajuste de cara a la consecución de las competencias de la materia.

Assessment			
Methodologies	Competencies / Results	Description	Qualification
Oral presentation		Consiste en la exposición en clase (y posterior discusión) del análisis de fuentes documentales y de los trabajos tutelados.	30
Supervised projects		?Proyecto de Innovación?: Este trabajo consiste en el diseño de un proyecto de Innovación Educativa centrada en la promoción de la Educación Física, la Salud y/o la Calidad de Vida centrada en un ámbito concreto (Educación Infantil, Educación Primaria, Educación Secundaria, Bachillerato, Universidad, Adultos, Tercera Edad, Pedagogía Terapéutica, etc.).	40
Document analysis		Este trabajo tiene como denominación en la materia ?La investigación del día?: consiste en buscar y analizar un artículo de una revista científica centrada en alguna de las áreas de la materia siguiendo unos criterios indicados por la profesora.	30



Assessment comments

Sources of information
Basic
Complementary

Recommendations
Subjects that it is recommended to have taken before
Leisure and Sports: Socioeducative Action in Early Childhood/652439021
Subjects that are recommended to be taken simultaneously
Subjects that continue the syllabus
Other comments

(\*)The teaching guide is the document in which the URV publishes the information about all its courses. It is a public document and cannot be modified. Only in exceptional cases can it be revised by the competent agent or duly revised so that it is in line with current legislation.