

GUÍA DOCENTE ABREVIADA DE LA ASIGNATURA

1290 - Escuela y Salud: Actividad Física, Deporte y Nutrición

Máster Universitario en Investigación e Innovación en Contextos Educativos

Curso Académico 2023-2024

1. DATOS IDENTIFICATIVOS					
Título/s	Máster Universitario en Investigación e Innovación en Contextos Educativos			Tipología v Curso	Optativa. Curso 1
Centro	Facultad de Educación				
Módulo / materia	DESARROLLO SOCIO-EMOCIONAL, BIENESTAR Y EDUCACIÓN MÓDULO FORMATIVO				
Código y denominación	1290 - Escuela y Salud: Actividad Física, Deporte y Nutrición				
Créditos ECTS	4	Cuatrimestre	Cuatrimestral (1)		
Web					
Idioma de impartición	Español	English friendly	No	Forma de impartición	Presencial

Departamento	DPTO. EDUCACION				
Profesor responsable	MIKEL PEREZ GUTIERREZ				
E-mail	mikel.perez@unican.es				
Número despacho	Edificio Interfacultativo. Planta: + 3. PROFESORES DE EDUCACION FISICA (307)				
Otros profesores	CARLOS COBO CORRALES				

3.1 RESULTADOS DE APRENDIZAJE	
-	Adquiere el conocimiento y las habilidades suficientes para la identificación y caracterización de problemas de investigación propios del ámbito de la materia.
-	Aplica los conocimientos adquiridos para desarrollar una investigación empírica sobre algún/algunos contenido/s de la materia.
-	Es capaz de impulsar y desarrollar proyectos educativos en este ámbito.
-	Conoce el estado de la cuestión actual en relación a los principales núcleos temáticos del módulo.
-	Diseña un proyecto de investigación o intervención aplicando los conocimientos adquiridos en este módulo que permita responder a demandas socio-educativas o interrogantes científicos emergentes.
-	Es capaz de identificar factores protectores y de riesgo que posibiliten elaborar programas de promoción y prevención.

4. OBJETIVOS

Esta asignatura pretende que el alumnado identifique y caracterice las principales líneas de investigaciones o trabajos vinculados a la actividad física, el deporte y la nutrición en el ámbito de la salud y la educación, determinando sus fortalezas y debilidades, así como aplicar los conocimientos adquiridos para planificar un trabajo de investigación relacionado con alguno de los contenidos de la asignatura.

6. ORGANIZACIÓN DOCENTE

CONTENIDOS

1	Identificación y caracterización de problemas de investigación propios a la temática abordada.
2	Promoción de la actividad física, estilos de vida y hábitos saludables. El papel de los hábitos de alimentación en la promoción de la salud.
3	Metodologías para el desarrollo de programas de actividad física y alimentación en el campo de la salud y la educación.
4	Conocimiento y propuesta de investigaciones sobre líneas de investigación asociadas a la temática.

7. MÉTODOS DE LA EVALUACIÓN

Descripción	Tipología	Eval. Final	Recuper.	%
Trabajo individual	Trabajo	No	Sí	50,00
Trabajo grupal	Trabajo	No	Sí	50,00
TOTAL				100,00

Observaciones

ORTOGRAFÍA:

Entendemos que el alumnado universitario tiene asumidas las capacidades lingüísticas en relación a la expresión oral y escrita. Por tanto, es primordial y obligatorio la corrección ortográfica (ortografía, acentuación y puntuación), gramatical y léxica en los trabajos y exámenes realizados como condición imprescindible para superar la asignatura.

PLAGIO

En lo relativo a la realización fraudulenta (plagio) de las pruebas de evaluación, la calificación se ajustará a lo establecido en el artículo 32 del Reglamento de los procesos de evaluación en la Universidad de Cantabria: "La realización fraudulenta de las pruebas o actividades de evaluación supondrá directamente la calificación de suspenso '0' en la asignatura en la convocatoria correspondiente, invalidando con ello cualquier calificación obtenida en todas las actividades de evaluación de cara a la convocatoria extraordinaria. Dicha circunstancia habrá de ser puesta en conocimiento del Centro'.

NORMAS DE CITACIÓN

Por último la Junta de Centro aprobó que la Facultad asume como criterio de citación las Normas APA para todos los trabajos académicos. Aunque dichas normas tienen diferentes ediciones, como referencia inicial os adjuntamos el link de la BUC esperando que ello sea de ayuda y referencia para su desarrollo:

<https://web.unican.es/buc/recursos/guias-y-tutoriales/guia?g=28>

Criterios de evaluación para estudiantes a tiempo parcial

ALUMNADO MATRÍCULA PARCIAL

El procedimiento de evaluación para el alumnado a tiempo parcial que no acude a clase con regularidad consistirá en la realización de un examen y/o en la entrega de trabajos que le indicará el profesor, en la fecha establecida por la Facultad para el examen de la asignatura. Aquellos que acuden a clase podrán acogerse a la misma evaluación que todos los estudiantes.

8. BIBLIOGRAFÍA Y MATERIALES DIDÁCTICOS

BÁSICA

- Abad Galzacorta, B., Cañada López, D., & Cañada López, M. (2010). ¡Dame 10! Descansos Activos Mediante Ejercicio Físico. Madrid: Ministerio de Educación, Cultura y Deporte.
- Aibar Solana, A., Pérez Ordás, R., & Estrada Tenorio, S. (2019). Promoción de la actividad física para la salud en la escuela: formación teórica y práctica. CAPAS, Universidad de Zaragoza.
- Calañas-Continente, A. J. (2005). Alimentación saludable basada en la evidencia. *Endocrinología y Nutrición*, 52(S2), 8-24. <https://www.elsevier.es/es-revista-endocrinologia-nutricion-12-articulo-alimentacion-saludable-basada-evidencia-13088200>
- Casimiro Andújar, A. J., Delgado Fernández, M., & Águila Soto, C. (2014). *Actividad física, educación y salud*. Universidad de Almería.
- Collier, L. S., da Cunha, J. P. F., Rohan, P. d. A., & Neto, R. C. (2020). *Health Literacy in Schools. Materials for teachers*. SHE (Schools for Health in Europe). <https://www.schoolsforhealth.org/sites/default/files/editor/teachers-resources/material-for-teachers-2020.pdf>
- Corbin, C. B., Castelli, D. M., Sibley, B. A., & Le Masurier, G. C. (2022). *Fitness for Life*. Human Kinetics.
- Generelo Lanaspa, E., Zaragoza Casterad, J., & Julián Clemente, J. A. (2014). *Promoción de la actividad física en la infancia y la adolescencia: en el camino de las soluciones reales*. Madrid: Consejo Superior de Deportes.
- Haerens, L., Kirk, D., Cardon, G. & De Bourdeaudhuij, I. (2011). Toward the development of a pedagogical model for health-based physical education. *Quest*, 63, 321-328.
- Harvard T.H. Chan. (2023). *El Plato para Comer Saludable*. Recuperado el 06/05/2023 de <https://www.hsph.harvard.edu/nutritionsource/healthy-eating-plate/translations/spanish/>
- Harvard T.H. Chan. (2023). *The Nutrition Source*. Recuperado el 06/05/2023 de <https://www.hsph.harvard.edu/nutritionsource/>
- Moral García, J. E., Martínez López, E. J., & Grao Cruces, A. (2013). *Sedentarismo, salud e imagen corporal en adolescentes*. Wanceulen.
- OMS (Organización Mundial de la Salud). (2018). *Alimentación sana*. Recuperado el 06/05/2023 de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/healthy-diet>
- OMS (Organización Mundial de la Salud). (2019). *Plan de acción mundial sobre actividad física 2018-2030: personas más activas para un mundo más sano*. Organización Mundial de la Salud. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/327897>
- OMS (Organización Mundial de la Salud). (2022). *Actividad física*. Recuperado el 06/05/2023 de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>
- Organización Panamericana de la Salud. (2019). *Directrices sobre la actividad física, el comportamiento sedentario y el sueño para menores de 5 años*. Organización Panamericana de la Salud. <https://iris.paho.org/handle/10665.2/51805>
- Ortega, P. (2013). *Educación Física para la Salud: bases teóricas y aplicación de un planteamiento integral y cualitativo del movimiento*. INDE Publicaciones.
- Paakkari, L., Simovska, V., Pedersen, U., & Schulz, A. (2019). *Aprender sobre salud y promoción de la salud en las escuelas. Conceptos clave y actividades*. SHE (Schools for Health in Europe). <https://www.schoolsforhealth.org/sites/default/files/materials-for-teachers-2019-spanish.pdf>
- Physical Literacy. (2023). *Home*. Recuperado el 06/05/2023 de <https://physicalliteracy.ca/>
- Programa PERSEO. (2008). *Guía para una escuela activa y saludable Orientación para los Centros de Educación Primaria*: Ministerio de Sanidad y Consumo.
- Ruiz Ruiz, J., España Romero, V., Castro-Piñero, J., Artero, E. G., Ortega Porcel, F. B., Cuenca-García, M., . . . Castillo Garzón, M. J. (2011). *Batería ALPHA-Fitness: Test de campo para la evaluación de la condición física relacionada con la salud en niños y adolescentes. Manual de instrucciones*. *Nutrición Hospitalaria*, 26(6), 1210-1214. doi: 10.3305/nh.2011.26.6.5270
- Sánchez López, M., & Ruiz de la Hermosa, A. (2022). *Descansos activos: estrategias y recursos para los diferentes niveles educativos*. *Tándem: Didáctica de la educación física* (75), 34-41.
- Sánchez López, M., Gutiérrez Díaz del Campo, D., Ruiz de la Hermosa Fernández Infante, A., López Vera, C., & Sánchez Brotons, M. I. (2017). *Proyectos Escolares Saludables. Descansos Activos. Guía para profesores*. Ciudad Real: Universidad de Castilla-La Mancha.
- Santos, A. P., Grebe, C., Morais, I., & Gomes, I. (2021). *Health Literacy in Schools. Materials for teachers*. SHE (Schools for Health in Europe). https://www.schoolsforhealth.org/sites/default/files/editor/material_for_teachers_2021_health_literacy_18dec.pdf
- SHAPE America. (2023). *Home*. Recuperado el 06/05/2023 de <https://www.shapeamerica.org/>
- SHE (Schools for Health in Europe). (2023). *Home*. Recuperado el 06/05/2023 de <https://www.schoolsforhealth.org/>
- SPARK. (2020). *SPARK family*. Recuperado el 08/05/2023, de <https://sparkpe.org/spark-family/>
- Tejada Mora, J., Nuviala Nuviala, A., & Díaz Trillo, M. (2001). *Actividad física y salud*. Universidad de Huelva.
- Vilaça, T., Darlington, E., Miranda-Velasco, M. J., Martinis, O., & Masson, J. (2020). *Una Guía Metodológica para*

transformarse en Escuela Promotora de Salud. SHE (Schools for Health in Europe).

<https://www.schoolsforhealth.org/sites/default/files/editor/health-promoting-school/spanish-she-school-manual-2-0.pdf>

Whitehead, M. E. (2010). *Physical Literacy: Throughout the Lifecourse*. Routledge.

Esta es la Guía Docente abreviada de la asignatura. Tienes también publicada en la Web la información más detallada de la asignatura en la Guía Docente Completa.