



Universitat de Lleida

GUIA DOCENT
**ACTIVIDAD FÍSICA,
OCUPACIÓN Y SALUD**

Coordinació: Esther Mur Gimeno (esther.mur@uvic.cat)

Any acadèmic 2015-16

Informació general de l'assignatura

Denominació	Actividad Física, ocupación y salud
Codi	14070
Semestre d'impartició	2º
Caràcter	Optativo
Nombre de crèdits ECTS	18
Grups	Único
Crèdits teòrics	0
Crèdits pràctics	0
Coordinació	Esther Mur Gimeno (esther.mur@uvic.cat)
Horari de tutoria/lloc	A convenir.
Modalitat	Semipresencial
Informació important sobre tractament de dades	Consulteu aquest enllaç per a més informació.
Idioma/es d'impartició	Español e inglés
Grau/Màster	Máster
Horari de tutoria/lloc	A convenir.

Alba Pardo Fernández
David Pérez Cruzado
Pedrona Serra Payeras

Objectius acadèmics de l'assignatura

- Ser capaces de predecir y controlar la evolución de situaciones complejas mediante el desarrollo de nuevas e innovadoras metodologías de trabajo adaptadas al ámbito científico/investigador, tecnológico o profesional concreto, en general multidisciplinar, en el que se desarrolle su actividad.
- Evaluar los resultados de las intervenciones sanitarias a través de los diseños de estudios sanitarios adecuados.

Competències

Básicas:

- CB2 Saber aplicar los conocimientos adquiridos y tener capacidad de resolución de problemas en entornos nuevos o poco conocidos dentro de contextos más amplios (o multidisciplinares) relacionadas con su área de estudio.
- CB5 Poseer las habilidades de aprendizaje que les permitan seguir estudiando de un modo que habrá de ser en gran medida auto dirigido o autónomo.

Generales:

- CG3 La persona titulada con el Máster de investigación en Salud tiene que reconocer las estrategias de investigación adecuadas para realizar estudios específicos y diseños de investigación.
- CG5 La persona titulada con el Máster de investigación en Salud tiene que poseer y comprender conocimientos que aporten una base u oportunidad de ser originales en el desarrollo y/o aplicación de ideas, a menudo en un contexto de investigación.

Específicas:

- CE8 La persona titulada con el Máster de investigación en Salud tiene que ser capaz de diseñar un proyecto de investigación en el ámbito de la salud dentro de un contexto específico.
- CE9 La persona titulada con el Máster de investigación en Salud tiene que formular e identificar problemas de salud y aplicar las teorías y técnicas concretas para su análisis.

Continguts fonamentals de l'assignatura

- La Salud desde un planteamiento recreativo.
- Las habilidades desde una perspectiva lúdica.
- El medio natural, un espacio para la aventura.
- El deporte recreativo: deportes colectivos e individuales recreativos.
- Los juegos y deportes alternativos.
- Las actividades expresivas recreativas.
- Actualización en evidencia.
- Principales grupos de investigación y fuentes de financiación relacionadas.
- Nuevas tendencias internacionales en investigación ejercicio físico y terapia ocupacional.

Eixos metodològics de l'assignatura

- Clase magistral: videoconferencias y presentaciones online
- Trabajo individual del alumno (lecturas, búsqueda de información, preparación de trabajos, preparación de

- actividades de evaluación continuada): visualizar videos, realizar búsquedas en la red, etiquetar
- Trabajo en grupo: participar en procesos de lluvia de ideas
- Seminarios (aprendizaje cooperativo): participar en juegos de rol y simulaciones de realidad virtual (casos clínicos por ordenador)
- Tutoría (individual y en grupo): realización y mantenimiento del portafolio virtual.

Pla de desenvolupament de l'assignatura

- Bloque 1: generalidades (salud y recreación, actividades expresivas, deportes individuales, colectivos y alternativos, el medio natural). Se abre el 1 de marzo y se cierra el 14 de marzo. Contiene 1 actividad de evaluación (Análisis de una noticia).
- Bloque 2: promoción de la Actividad Física y estilo de vida saludable. Se abre el 15 de marzo y se cierra el 11 de abril. Contiene 3 actividades de evaluación (Diseño de recomendaciones; visualización y opinión de un video; diseño de una estrategia de promoción).
- Bloque 3: evaluación y diseño de programas. Se abre el 12 de abril y se cierra el 2 de mayo. Contiene 2 actividades de evaluación (entrevista y evaluación a una persona; diseño de un programa).
- Bloque 4: investigación y evidencia científica. Se abre el 3 de mayo y se cierra el 16 de mayo. Contiene 1 actividad de evaluación (búsqueda bibliográfica).
- Bloque 5: nuevas tendencias en ejercicio físico y terapia ocupacional. Se abre el 17 de mayo y se cierra el 30 de mayo. Contiene 1 actividad de evaluación (cuestionario).

Sistema d'avaluació

Actividad	% Evaluación
Bloque 1:	
<ul style="list-style-type: none"> • Análisis de una noticia vinculada a la salud, recreación y actividad física 	10%
Bloque 2:	
<ul style="list-style-type: none"> • Diseño de unas recomendaciones a un grupo de población determinado 	10%
<ul style="list-style-type: none"> • Visualización y opinión sobre un video sobre la actividad física y la salud 	10%
<ul style="list-style-type: none"> • Diseño de una estrategia de promoción de la salud mediante la actividad física 	15%
Bloque 3:	
<ul style="list-style-type: none"> • Realización de una entrevista y evaluación de una persona real 	15%
<ul style="list-style-type: none"> • Diseño de un programa de actividad física a un caso real 	15%
Bloque 4:	
<ul style="list-style-type: none"> • Realización de una búsqueda bibliográfica sobre un tema de investigación en salud y actividad física 	10%
Bloque 5:	
<ul style="list-style-type: none"> • Resolución de un cuestionario 	15%

Bibliografia i recursos d'informació

- American College of Sports Medicine. ACSM's Health and Fitness Journal. Bringing the gap between

science and practice. www.acsm-healthfitness.org

- Haskell, W. L., Lee, I-M., Pate, R. R., Powell, K. E., Blair, S. N., Franklin, B. A., ... Bauman, A. (2007). Physical activity and public health: Updated recommendation for adults from the American College of Sports Medicine and the American Heart Association. *Circulation*, 116(9), 1081-1093.
- ACSM (2006). ACSM's guidelines for exercise testing and prescription. Baltimore: Lippincott William & Wilkins.
- ACSM (2006). ACSM's resource manual for guidelines for exercise testing and prescription. Baltimore: William & Wilkins.
- López Miñarro, P.A. (2000). Ejercicios desaconsejados en la actividad física: detección y alternativas. Madrid: Inde
- Guillén del Castillo, M. (2005). El ejercicio físico como alternativa terapéutica para la salud. Madrid: Inde
- McKenna, J.; Riddoch C. (2003). Perspectives on health and exercise. Hampshire: Palgrave Macmillan
- ACSM (2008): Exercise management for persons with chronic diseases and disabilities. Champaign (IL): Human Kinetics.