UNIVERSIDAD DE GRANADA

Máster Universitario en Investigación sobre Estilos de Vida Activos y Saludables

## Plan de estudios

El plan de estudios del Máster Oficial Universitario en Investigación sobre Estilos de Vida Activos y Saludables se estructura en 60 créditos ECTS, organizados en formación obligatoria, formación optativa y Trabajo Fin de Máster. Esta organización permite al estudiantado adquirir primero una base metodológica sólida y, posteriormente, profundizar en ámbitos específicos de investigación e intervención relacionados con la actividad física, los estilos de vida activos y el bienestar.

### Módulo I. Metodología de Investigación y Análisis de Datos

Este módulo tiene carácter obligatorio y está compuesto por 15 créditos ECTS. Su finalidad es proporcionar las herramientas necesarias para diseñar investigaciones, analizar datos y abordar con rigor científico problemas vinculados a los estilos de vida activos y saludables.

Materias del módulo:

| MATERIA | CRÉDITOS | TIPO | GUÍA DOCENTE |
|---|---|---|---|
| Estadística Aplicada a la Investigación en Ciencias de la Actividad Física | 5 | OBLIGATORIA | Ver guía |
| Metodología Cualitativa y Observacional | 5 | OBLIGATORIA | Ver guía |
| Metodología de Investigación Experimental. Elaboración de Proyectos de Investigación | 5 | OBLIGATORIA | Ver guía |


Copyright© 2026 Universidad de Granada

**Módulo II. Estilos de Vida Activos e Intervención en Contextos Formales y No Formales**

Este módulo tiene carácter optativo. El estudiantado debe cursar 35 créditos ECTS de una oferta total de 45 créditos ECTS. Las materias permiten profundizar en el estudio, la evaluación y la intervención sobre estilos de vida activos en diferentes contextos y colectivos.

Materias del módulo:

| MATERIA | CRÉDITOS | TIPO | GUÍA DOCENTE |
|---|---|---|---|
| Actividad Física y Estilos de Vida Activos en Adultos | 5 | OPTATIVA | Ver guía |
| Actividad Física y Promoción de Estilos de Vida Activos en Colectivos con Vulnerabilidad Social | 5 | OPTATIVA | Ver guía |
| Alimentación, Salud y Práctica Deportiva | 5 | OPTATIVA | Ver guía |
| Envejecimiento Activo, Ejercicio Físico y Calidad de Vida | 5 | OPTATIVA | Ver guía |
| Evaluación Nutricional y Promoción de Alimentación Saludable | 5 | OPTATIVA | Ver guía |
| Procesos Motivacionales y Actitudinales y Adopción de Estilos de Vida Activos | 5 | OPTATIVA | Ver guía |
| Programas de Actividad Física para la Promoción de Estilos de Vida Activos en el Ámbito Escolar | 5 | OPTATIVA | Ver guía |
| Psicología de la Actividad Física para Estilos de Vida Saludables | 5 | OPTATIVA | Ver guía |


Copyright© 2026 Universidad de Granada

| | | | |
|---|---|---|---|
| Tecnologías para la Valoración y Control de Programas de Actividad Físico-Deportiva | 5 | OPTATIVA | Ver guía |

**Módulo III. Trabajo Fin de Máster**

El Trabajo Fin de Máster tiene una carga de 10 créditos ECTS y constituye la culminación del proceso formativo. A través de este trabajo, el estudiantado integra las competencias adquiridas durante el máster mediante la elaboración de una investigación original, aplicada y vinculada a los ámbitos propios del título.

En conjunto, el plan de estudios ofrece una formación progresiva, orientada a la investigación y a la transferencia de conocimiento, con capacidad para responder a necesidades actuales en contextos educativos, comunitarios, sociales y profesionales vinculados a la actividad física, el bienestar y los estilos de vida activos y saludables.

| MATERIA | CRÉDITOS | TIPO | GUÍA DOCENTE |
|---|---|---|---|
| Trabajo Fin de Máster | 10 | OBLIGATORIA | Ver guía |


Copyright© 2026 Universidad de Granada