Guía docente de la asignatura

Avances en Promoción de Actividad Física (M57/56/1/15)

Fecha de aprobación por la Comisión Académica: 27/06/2025

Máster	Máster Universitario en Investigación en Actividad Física y Deporte
MÓDULO	Itinerario A: Actividad Física y Calidad de Vida
RAMA	Ciencias Sociales y Jurídicas
CENTRO RESPONSABLE DEL TÍTULO	Escuela Internacional de Posgrado

Semestre	Segundo	**Créditos**	3	**Tipo**	Optativa	**Tipo de enseñanza**	Presencial

PRERREQUISITOS Y/O RECOMENDACIONES

Dado el carácter multidisciplinar de esta asignatura se recomienda tener aprobadas todas las asignaturas del apartado de "Fundamentos de la investigación".

BREVE DESCRIPCIÓN DE CONTENIDOS (Según memoria de verificación del Máster)

En esta materia el alumnado se introducirá y profundizará en los:

- Paradigmas de investigación científica en promoción de actividad física para la calidad de vida: prescriptivos vs psicosociales.
- Modelos de intervención eficaz en promoción de actividad física para la calidad de vida: biomédicos, informativos, comportamentales-sociales y ambientales-políticos.

COMPETENCIAS

COMPETENCIAS BÁSICAS

- CB6 - Poseer y comprender conocimientos que aporten una base u oportunidad de ser

Firma (1): Universidad de Granada
CIF: Q1818002F

Firmado electrónicamente según arts. 15, 17 y 41.1 del Reglamento de Adm. Electrónica de la Universidad de Granada (BOJA nº 85 de 6 de mayo de 2021)
Este documento firmado digitalmente puede verificarse en https://sede.ugr.es/verifirma/
Código seguro de verificación (CSV): C93C939AC8F4735092971BE7DD04C687
06/05/2026 - 10:38
Pág. 1 de 7

originales en desarrollo y/o aplicación de ideas, a menudo en un contexto de investigación.
- CB7 - Que los estudiantes sepan aplicar los conocimientos adquiridos y su capacidad de resolución de problemas en entornos nuevos o poco conocidos dentro de contextos más amplios (o multidisciplinares) relacionados con su área de estudio.
- CB8 - Que los estudiantes sean capaces de integrar conocimientos y enfrentarse a la complejidad de formular juicios a partir de una información que, siendo incompleta o limitada, incluya reflexiones sobre las responsabilidades sociales y éticas vinculadas a la aplicación de sus conocimientos y juicios.
- CB9 - Que los estudiantes sepan comunicar sus conclusiones y los conocimientos y razones últimas que las sustentan a públicos especializados y no especializados de un modo claro y sin ambigüedades.
- CB10 - Que los estudiantes posean las habilidades de aprendizaje que les permitan continuar estudiando de un modo que habrá de ser en gran medida autodirigido o autónomo.

COMPETENCIAS GENERALES

- CG01 - Que los estudiantes sepan aplicar los conocimientos adquiridos (conceptos, principios, teorías) y su capacidad de resolución de problemas en entornos nuevos o poco conocidos dentro de contextos más amplios (o multidisciplinares) relacionados con su área de estudio, de una manera autónoma o autodirigida y formular con cierta originalidad hipótesis razonables.
- CG02 - Que los estudiantes sean capaces de integrar conocimientos y emitir juicios en función de criterios, de normas externas o de reflexiones personales, demostrando una comprensión sistemática de un campo de estudio y el dominio de las habilidades y métodos de investigación relacionados con dicho campo.
- CG03 - Que los estudiantes sepan elaborar adecuadamente y con cierta originalidad aportaciones científicas cumpliendo los requisitos actuales de comunicación en este ámbito, contribuyendo a través de una investigación original que amplíe las fronteras del conocimiento mediante publicaciones referenciadas a nivel nacional o internacional.
- CG05 - Fomentar y transferir, en contextos académicos y profesionales, el conocimiento científico y el avance tecnológico a la sociedad.
- CG06 - Trabajar eficazmente en equipo, de forma organizada y planificada, demostrando motivación por la calidad y tener creatividad.
- CG08 - Capacidad de integrar conocimientos y de formular inferencias a partir de información incompleta.
- CG09 - Fomentar el aprendizaje reflexivo crítico y autocrítico.
- CG10 - Desarrollar la capacidad de innovación y originalidad en la investigación.

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS

- CE01 - Aplicar el conocimiento científico y metodológico a la investigación en la actividad física relacionada con la salud, calidad de vida o rendimiento deportivo.
- CE05 - Manejar instrumental científico propio del campo de estudio.
- CE13 - Aplicar protocolos, para la medición de determinadas variables fisiológicas, relacionadas con la actividad física y el deporte.
- CE15 - Diseñar programas de promoción de actividad física orientados a la salud, basados en criterios de evidencia científica.
- CE16 - Ser capaz de valorar la calidad y aplicabilidad de los estudios relacionados con la promoción de la actividad física saludable.
- CE21 - Aplicar los conocimientos adquiridos al diseño, ejecución y defensa de un proyecto de investigación dentro de alguna de las líneas ofertadas en el Master.

Firma (1): Universidad de Granada
CIF: Q1818002F

Firmado electrónicamente según arts. 15, 17 y 41.1 del Reglamento de Adm. Electrónica de la Universidad de Granada (BOJA nº 85 de 6 de mayo de 2021)
Este documento firmado digitalmente puede verificarse en https://sede.ugr.es/verifirma/ 06/05/2026 - 10:38
Código seguro de verificación (CSV): C93C939AC8F4735092971BE7DD04C687 Pág. 2 de 7

COMPETENCIAS

COMPETENCIAS BÁSICAS

- CB6 - Poseer y comprender conocimientos que aporten una base u oportunidad de ser originales en desarrollo y/o aplicación de ideas, a menudo en un contexto de investigación.
- CB7 - Que los estudiantes sepan aplicar los conocimientos adquiridos y su capacidad de resolución de problemas en entornos nuevos o poco conocidos dentro de contextos más amplios (o multidisciplinares) relacionados con su área de estudio.
- CB8 - Que los estudiantes sean capaces de integrar conocimientos y enfrentarse a la complejidad de formular juicios a partir de una información que, siendo incompleta o limitada, incluya reflexiones sobre las responsabilidades sociales y éticas vinculadas a la aplicación de sus conocimientos y juicios.
- CB9 - Que los estudiantes sepan comunicar sus conclusiones y los conocimientos y razones últimas que las sustentan a públicos especializados y no especializados de un modo claro y sin ambigüedades.
- CB10 - Que los estudiantes posean las habilidades de aprendizaje que les permitan continuar estudiando de un modo que habrá de ser en gran medida autodirigido o autónomo.

COMPETENCIAS GENERALES

- CG01 - Que los estudiantes sepan aplicar los conocimientos adquiridos (conceptos, principios, teorías) y su capacidad de resolución de problemas en entornos nuevos o poco conocidos dentro de contextos más amplios (o multidisciplinares) relacionados con su área de estudio, de una manera autónoma o autodirigida y formular con cierta originalidad hipótesis razonables.
- CG02 - Que los estudiantes sean capaces de integrar conocimientos y emitir juicios en función de criterios, de normas externas o de reflexiones personales, demostrando una comprensión sistemática de un campo de estudio y el dominio de las habilidades y métodos de investigación relacionados con dicho campo.
- CG03 - Que los estudiantes sepan elaborar adecuadamente y con cierta originalidad aportaciones científicas cumpliendo los requisitos actuales de comunicación en este ámbito, contribuyendo a través de una investigación original que amplíe las fronteras del conocimiento mediante publicaciones referenciadas a nivel nacional o internacional.
- CG05 - Fomentar y transferir, en contextos académicos y profesionales, el conocimiento científico y el avance tecnológico a la sociedad.
- CG06 - Trabajar eficazmente en equipo, de forma organizada y planificada, demostrando motivación por la calidad y tener creatividad.
- CG08 - Capacidad de integrar conocimientos y de formular inferencias a partir de información incompleta.
- CG09 - Fomentar el aprendizaje reflexivo crítico y autocrítico.
- CG10 - Desarrollar la capacidad de innovación y originalidad en la investigación.

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS

- CE01 - Aplicar el conocimiento científico y metodológico a la investigación en la actividad física relacionada con la salud, calidad de vida o rendimiento deportivo.
- CE05 - Manejar instrumental científico propio del campo de estudio.
- CE13 - Aplicar protocolos, para la medición de determinadas variables fisiológicas, relacionadas con la actividad física y el deporte.

Firma (1): Universidad de Granada
CIF: Q1818002F

Firmado electrónicamente según arts. 15, 17 y 41.1 del Reglamento de Adm. Electrónica de la Universidad de Granada (BOJA nº 85 de 6 de mayo de 2021)
Este documento firmado digitalmente puede verificarse en https://sede.ugr.es/verifirma/
Código seguro de verificación (CSV): C93C939AC8F4735092971BE7DD04C687
06/05/2026 - 10:38
Pág. 3 de 7

- CE15 - Diseñar programas de promoción de actividad física orientados a la salud, basados en criterios de evidencia científica.
- CE16 - Ser capaz de valorar la calidad y aplicabilidad de los estudios relacionados con la promoción de la actividad física saludable.
- CE21 - Aplicar los conocimientos adquiridos al diseño, ejecución y defensa de un proyecto de investigación dentro de alguna de las líneas ofertadas en el Master.

RESULTADOS DE APRENDIZAJE (Objetivos)

El alumno sabrá/comprenderá:

- Definir y analizar los paradigmas de investigación científica en promoción de actividad física para la calidad de vida relacionada con la salud.

El alumno será capaz:

- Diseñar y evaluar estudios de intervención eficaz en modelos informativos para la promoción de actividad física orientada a la salud.
- Diseñar y evaluar estudios de intervención eficaz en modelos comportamentales y sociales para la promoción de actividad física orientada a la salud.
- Diseñar y evaluar estudios de intervención eficaz modelos ambientales y políticos para la promoción de actividad física orientada a la salud.
- Diseñar y evaluar estudios de intervención eficaz mediante modelos holísticos para la promoción de actividad física orientada a la salud.

PROGRAMA DE CONTENIDOS TEÓRICOS Y PRÁCTICOS

TEÓRICO

Tema 1. Promoción de actividad física y mejora de calidad de vida relacionada con la salud.

Tema 2. Paradigmas de investigación en la promoción de actividad física: definición, tipos y características

Tema 3. Modelos teóricos de promoción de actividad física: definición, tipos y características

Tema 4. Modelos de intervención en promoción de actividad física: definición, tipos y características

PRÁCTICO

- Propuestas y análisis de intervención en promoción de la salud desde la escuela y el área de Educación Física.
- Propuestas y análisis de intervención en promoción de la salud no escolares.

Firma (1): Universidad de Granada
CIF: Q1818002F

Firmado electrónicamente según arts. 15, 17 y 41.1 del Reglamento de Adm. Electrónica de la Universidad de Granada (BOJA nº 85 de 6 de mayo de 2021)
Este documento firmado digitalmente puede verificarse en https://sede.ugr.es/verifirma/
Código seguro de verificación (CSV): C93C939AC8F4735092971BE7DD04C687
06/05/2026 - 10:38
Pág. 4 de 7

- Diseño de modelos de intervención en promoción de la actividad física: prescriptivos, psicosociales y holísticos.
- Análisis y lectura crítica de fuentes documentales primarias sobre promoción de actividad física.

BIBLIOGRAFÍA

BIBLIOGRAFÍA FUNDAMENTAL

- Physical activity guidelines Advisory Committee (2018). Physical Activity Guidelines Advisory Committee Scientific Report. U.S. Department of Health and Human Services. https://health.gov/paguidelines/second-edition/report.aspx
- ACSM´s Guidelines for exercise testing and prescription (10ª edición). (2017). Baltimore, MD, USA.
- World Health Organization. (2020). WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour. In WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour.

BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA

- Bouchard, C.; Blair, S.N.; Haskell, W. (2012). Physical activity and health. Second Edition. Champaign, IL : Human Kinetics.
- Delgado-Fernández, M., Chillón P., Carbonell A., Aparicio, V.A. (2009). Mejora de la salud a través de la actividad física. En: JA Moreno y D González-Cutre (dir.) Deporte, Intervención y transformación social. Rio de Janeiro, Brasil. Rede Euro-Americana de Motricidade Humana.
- Delgado, M., Tercedor, P. 2002. Estrategias de intervención en Educación para la salud desde la Educación Física. Barcelona: INDE. 387 pg.
- Dobbins M, Husson H, DeCorby K, LaRocca RL. (2013). School-based physical activity programs for promoting physical activity and fitness in children and adolescents aged 6 to 18. Cochrane Database Syst Rev. 2013 Feb 28;2.
- Kahn, E. B.; Ramsey, L.T.; Brownson, R.C.; Heath, G.W.; Howze, E.H.; Powell, K.E.; Stone, E.J.; Rajab, M.W.; Corso, P. y Task Force on Community Preventive Services (2002). The effectiveness of interventions to increase physical activity. A systematic review. American Journal of Preventive Medicine, 22(4S): 73-107.
- Lonsdale C, Rosenkranz RR, Peralta LR, Bennie A, Fahey P, Lubans DR. (2013). A systematic review and meta-analysis of interventions designed to increase moderate-to-vigorous physical activity in school physical education lessons. Prev Med. 2013 Feb;56(2):152-61.
- Muñoz J, Delgado Fernández M. (coord.). Carbonell-Baeza A, Aparicio VA, Ruiz JR, Ortega FB, Delgado-Fernández M. 2010. Guía de recomendaciones para la promoción de actividad física. Consejería de Salud, Junta de Andalucía.

Firma (1): Universidad de Granada
CIF: Q1818002F

Firmado electrónicamente según arts. 15, 17 y 41.1 del Reglamento de Adm. Electrónica de la Universidad de Granada (BOJA nº 85 de 6 de mayo de 2021)
Este documento firmado digitalmente puede verificarse en https://sede.ugr.es/verifirma/ 06/05/2026 - 10:38
Código seguro de verificación (CSV): C93C939AC8F4735092971BE7DD04C687 Pág. 5 de 7

- Murillo Pardo B, García Bengoechea E, Generelo Lanaspa E, Bush PL, Zaragoza Casterad J, Julián Clemente JA, García González L. (2013). Promising school-based strategies and intervention guidelines to increase physical activity of adolescents. Health Educ Res. 2013 Jun;28(3):523-38.
- Van Sluijs, E.F., McMinn, A.M., Griffin, S.j. (2007). Effectiveness of interventions to promote physical activity in children and adolescents: systematic review of controlled trials, 6; 335 (7622): 703.
- Ward,D.S.; Saunders,R.P.; Pate,R.R. (2007). Physical activity interventions in children and adolescents. Champaign, IL : Human Kinetics.

ENLACES RECOMENDADOS

- Physical activity guidelines: 2018 Report: https://health.gov/paguidelines/second-edition/report.aspx
- Web of Science: https://webofknowledge.com/
- Pubmed: https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/
- American College of Sport Medicine: http://www.acsm.org/ De especial interés los "Position Stands"
- Organización Mundial de la Salud: http://www.who.int/en/
- European Association for the Study of Obesity: http://easo.org/
- Sport Medicine and Exercise Science in video: http://sl.ugr.es/0a3V

METODOLOGÍA DOCENTE

- MD01 Clases magistrales
- MD03 Clases expositivas (por alumnado)
- MD05 Debate dirigido
- MD07 Seminario
- MD09 Trabajo en grupo
- MD10 Trabajo escrito
- MD13 Resolución de problemas
- MD14 Realización carpeta aprendizaje
- MD16 Ejercicios prácticos
- MD17 Búsqueda de información
- MD24 Prácticas
- MD25 Estudio de materia

EVALUACIÓN (instrumentos de evaluación, criterios de evaluación y porcentaje sobre la calificación final)

EVALUACIÓN ORDINARIA

Firma (1): Universidad de Granada
CIF: Q1818002F

Firmado electrónicamente según arts. 15, 17 y 41.1 del Reglamento de Adm. Electrónica de la Universidad de Granada (BOJA nº 85 de 6 de mayo de 2021)
Este documento firmado digitalmente puede verificarse en https://sede.ugr.es/verifirma/ 06/05/2026 - 10:38
Código seguro de verificación (CSV): C93C939AC8F4735092971BE7DD04C687 Pág. 6 de 7

El artículo 17 de la Normativa de Evaluación y Calificación de los Estudiantes de la Universidad de Granada establece que la convocatoria ordinaria estará basada preferentemente en la evaluación continua del estudiante, excepto para quienes se les haya reconocido el derecho a la evaluación única final:

- Diseño de un artículo de revisión sistemática y/o meta-análisis relacionado con programa eficaz de intervención en promoción de actividad física para la salud (50%).
- Defensa oral del trabajo realizado de artículo de revisión sistemática y/o meta-análisis (30%).
- Asistencia y participación activa en clase con entrega de fichas de trabajo realizadas en el aula (20%).

EVALUACIÓN EXTRAORDINARIA

El artículo 19 de la Normativa de Evaluación y Calificación de los Estudiantes de la Universidad de Granada establece que los estudiantes que no hayan superado la asignatura en la convocatoria ordinaria dispondrán de una convocatoria extraordinaria. A ella podrán concurrir todos los estudiantes, con independencia de haber seguido o no un proceso de evaluación continua. De esta forma, el estudiante que no haya realizado la evaluación continua tendrá la posibilidad de obtener el 100% de la calificación mediante la realización de una prueba y/o trabajo:

- Examen teórico sobre el temario de la asignatura, sobre un 100% de la calificación.

EVALUACIÓN ÚNICA FINAL

El artículo 8 de la Normativa de Evaluación y Calificación de los Estudiantes de la Universidad de Granada establece que podrán acogerse a la evaluación única final, el estudiante que no pueda cumplir con el método de evaluación continua por causas justificadas. Para acogerse a la evaluación única final, el estudiante, en las dos primeras semanas de impartición de la asignatura o en las dos semanas siguientes a su matriculación si ésta se ha producido con posterioridad al inicio de las clases o por causa sobrevenidas. Lo solicitará, a través del procedimiento electrónico, a la Coordinación del Máster, quien dará traslado al profesorado correspondiente, alegando y acreditando las razones que le asisten para no poder seguir el sistema de evaluación continua.

La evaluación en tal caso consistirá, tal y como se ha descrito en el apartado anterior, en:

- Un examen único final sobre el 100% la calificación posible. Dicho examen tendrá las mismas características que el de la convocatoria extraordinaria.

INFORMACIÓN ADICIONAL

-

Información de interés para estudiantado con discapacidad y/o Necesidades Específicas de Apoyo Educativo (NEAE): Gestión de servicios y apoyos (https://ve.ugr.es/servicios/atencion-social/estudiantes-con-discapacidad).

Firma (1): Universidad de Granada
CIF: Q1818002F

Firmado electrónicamente según arts. 15, 17 y 41.1 del Reglamento de Adm. Electrónica de la Universidad de Granada (BOJA nº 85 de 6 de mayo de 2021)
Este documento firmado digitalmente puede verificarse en https://sede.ugr.es/verifirma/
Código seguro de verificación (CSV): C93C939AC8F4735092971BE7DD04C687
06/05/2026 - 10:38
Pág. 7 de 7