



DATOS IDENTIFICATIVOS

Investigación en Programas de Actividade Física e Saúde para Persoas Maiores

Materia	Investigación en Programas de Actividade Física e Saúde para Persoas Maiores			
Código	P02M052V01210			
Titulación	Máster Universitario en Investigación en Actividade Física, Deporte e Saúde			
Descritores	Creditos ECTS	Sinale	Curso	Cuadrimestre
	3	OP	1	2c
Lingua de impartición	Castelán Galego			
Departamento				
Coordinador/a	García Núñez, Francisco Javier			
Profesorado	Cancela Carral, José María García Núñez, Francisco Javier Romo Pérez, Vicente			
Correo-e	fjavier@uvigo.es			
Web				
Descrición xeral	Esta materia contribuye a la consecución de objetivos del master que se refieren fundamentalmente a los ámbitos de la Actividad Física y sus repercusiones en la Salud de los mayores así como en sus posibilidades de aplicación mediante Programas			

Competencias de titulación

Código	
A1	Capacidad para diferenciar y seleccionar los paradigmas, marco epistemológico y metodología científica de referencia en el diseño de los estudios en el ámbito de la actividad física, salud y deporte
A2	Desarrollo de la capacidad de pensamiento científico a la hora de abordar la investigación en el ámbito de la actividad física, salud y deporte
A3	Capacidad para analizar y comprender las diversas teorías y estado de la cuestión en el ámbito de la actividad física, salud y deporte
A4	Hábitos de excelencia, compromiso ético y calidad en el ejercicio investigador en el en el ámbito de la actividad física, salud y deporte. Siguiendo las recomendaciones de la Declaración del Helsinki y la Ley 14/2007 de Investigación Biomédica
A7	Capacidad para apreciar, manejar y combinar las diferentes técnicas de investigación en las Ciencias de la Actividad Física, deporte y salud
A8	Dominio del análisis y crítica de las opciones metodológicas que se presentan en el ámbito de la actividad física, salud y deporte, así como fundamentar las propias decisiones
A9	Diseño y capacidad para proyectar un trabajo de investigación en las Ciencias de la Actividad Física y el Deporte
A17	Capacidad para intercambiar conocimientos y liderar proyectos de investigación y desarrollo con el resto de la comunidad científica de forma cooperativa y multidisciplinar en el ámbito de la actividad física, salud y deporte
A18	Diseño, implementación y evaluación de procesos de investigación científica en el ámbito en el ámbito de la actividad física, salud y deporte
B1	Que los estudiantes hayan demostrado una comprensión sistemática del campo de estudio de la actividad física, salud y deporte, y el dominio de la habilidades y métodos de investigación de dicho campo
B2	Que los estudiantes hayan demostrado la capacidad de concebir, diseñar, poner en práctica y adoptar un proceso sustancial de investigación con seriedad académica en el ámbito de estudio de la actividad física, salud y deporte
B4	Que los estudiantes sean capaces de realizar un análisis crítico evaluación y síntesis de ideas nuevas y complejas en el ámbito de estudio de la actividad física, salud y deporte
B5	Que los estudiantes sepan comunicarse con sus colegas, con la comunidad académica en su conjunto, y con la sociedad en general, en relación al ámbito de estudio de la actividad física, salud y deporte

B6 Que se le suponga, al estudiante, capaz de fomentar en contextos académicos y profesionales el avance tecnológico, social o cultural, en el ámbito de las ciencias de la actividad física, salud y deporte, dentro de una sociedad basada en el conocimiento

Competencias de materia		
Resultados previstos na materia	Tipoloxía	Resultados de Formación e Aprendizaxe
Hábitos de excelencia, compromiso ético e calidade no exercicio investigador no no ámbito da actividade física, saúde e deporte. Seguindo as recomendacións da Declaración do Helsinqui e a Lei 14/2007 de Investigación Biomédica	saber saber facer Saber estar / ser	A1 A2 A4 A8 A17 B4 B5
Capacidade para apreciar, manexar e combinar as diferentes técnicas de investigación nas Ciencias da Actividade Física, deporte e saúde	saber saber facer	A1 A3 A7 A8 A17 A18 B1 B2 B5 B6
Domínio da análise e crítica das opcións metodolóxicas que se presentan no ámbito da actividade física, saúde e deporte, así como fundamentar as propias decisións	saber saber facer Saber estar / ser	A8
Deseño e capacidade para proxectar un traballo de investigación nas Ciencias da Actividade Física e o Deporte	saber saber facer	A9
Deseño, implementación e avaliación de procesos de investigación científica no ámbito no ámbito da actividade física, saúde e deporte	saber saber facer	A18

Contidos

Tema	
Análise dos programas de actividade física	Modelos, características, adecuacións, obxectivos diferentes metodoloxías, profesorado e formas de avaliación do alumno e do proceso
Avaliación da adaptación ao adestramento nas persoas maiores	O adestramento en maiores, características xerais e específicas. Adaptación das maiores, características específicas. Modelos de avaliación nos maiores
Análise e avaliación das distintas dimensións do ancián e a súa relación coa saúde	Dimensións do maior. A saúde no maior. Saúde e actividade física.

Planificación

	Horas na aula	Horas fóra da aula	Horas totais
Sesión maxistral	8	16	24
Titoría en grupo	4	0	4
Resolución de problemas e/ou exercicios	8	16	24
Traballos tutelados	4	18	22
Outras	1	0	1

*Os datos que aparecen na táboa de planificación son de carácter orientador, considerando a heteroxeneidade do alumnado.

Metodoloxía docente

	Descrición
Sesión maxistral	Exposición por parte do profesor dos contidos sobre a materia obxecto de estudo, bases teóricas e/ou directrices dun traballo, exercicio ou proxecto a desenvolver polo estudante.
Titoría en grupo	Entrevistas que o alumno mantén co profesorado da materia para asesoramento/desenvolvemento de actividades da materia e do proceso de aprendizaxe.
Resolución de problemas e/ou exercicios	Actividade na que se formulan problema e/ou exercicios relacionados coa materia. O alumno debe desenvolver as solucións adecuadas ou correctas mediante a exercitación de rutinas, a aplicación de fórmulas ou algoritmos, a aplicación de procedementos de transformación da información dispoñible e a interpretación dos resultados. Adóitase utilizar como complemento da lección maxistral.

Traballos tutelados	O estudante, de xeito individual ou en grupo, elabora un documento sobre a temática da materia ou prepara seminarios, investigacións, memorias, ensaios, resumos de lecturas, conferencias, etc. Xeralmente trátase dunha actividade autónoma de/dos estudante/s que inclúe a procura e recollida de información, lectura e manexo de bibliografía, redacción...
---------------------	--

Atención personalizada

Metodoloxías	Descrición
Traballos tutelados	A atención ao alumnado realizarase a través de diferentes vías: plataforma tutelada do Máster, correo electrónico, na aula e tamén nas horas de tutoría dos profesores no seu despacho.
Titoría en grupo	A atención ao alumnado realizarase a través de diferentes vías: plataforma tutelada do Máster, correo electrónico, na aula e tamén nas horas de tutoría dos profesores no seu despacho.

Avaliación

	Descrición	Cualificación
Resolución de problemas e/ou exercicios	Valoración das Probas prácticas, de execución de tarefas reais e/ou simuladas propostas.	30
Traballos tutelados	Valoración dun Traballo en profundidade dos temas propostos	40
Outras	Asistencia a módulo teórico	30

Outros comentarios sobre a Avaliación

As actividades non superadas na 1ª convocatoria, poderán se recuperadas na convocatoria de xullo.

O alumnado que por motivo xustifico non poida asistir a todas as sesións presenciais contará con actividades alternativas.

Bibliografía. Fontes de información

- Abellán, A. (2002). Indicadores demográficos. En Sánchez, M. (coord.): Las personas mayores en España. Informe 2002, (pp. 28-61). Madrid. IMSERSO, Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales.
- Actividad física y salud en la tercera edad, III Conferencia internacional EGREPA. 6-10 de septiembre de 1995. Madrid. Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales, Instituto Nacional de Servicios Sociales.
- Camiña, F.; Cancela, J. M. & Romo, V. (2000a). Actividad física y satisfacción de vida en ancianos programa de intervención en el medio acuático. *Geriatría*, 16(6), 198-201.
- Camiña, F.; Cancela, J.M. & Romo, V. (2000b). Pruebas para evaluar la condición física en ancianos (batería ACFA): su fiabilidad. *Revista Española de Geriatría y Gerontología*, 35(4), 17-23.
- Chodzko-Zajko, W. J. (1998b). Physiology of aging and exercise. En R.T. Cotton (ed.): *Exercise for older adults. ACE's guide for fitness professionals*, (pp.1-23). Champaign, IL. Human Kinetic.
- De Gracia, M. & Marcó, M. (2000). Efectos psicológicos de la actividad física en personas mayores. *Psicothema*, 12 (2), 285-292.
- Delgado, M. (2002). Las concepciones previas de las personas mayores acerca de la actividad física como base para la intervención didáctica. En Merino, A.; Cruz, J. de la Diputación de Málaga.
- Fontecha, C. (1996). Los programas de especialización en actividad física de personas mayores. En *Actividad física y salud en la tercera edad, III Conferencia internacional EGREPA*, (pp.145-151). 6-10 de septiembre de 1995. Madrid. Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales, Instituto Nacional de Servicios Sociales.
- Fontecha, C. (ed.) (1992). *La actividad física de las personas mayores*. Madrid. Instituto Nacional de Educación Física.
- Gonzalo, L. M. (2002). *Tercera edad y calidad de vida. Aprender a envejecer*. Barcelona. Ariel.
- Graupera, J. L.; Martínez del Castillo, J. & Martín, B. (2002). Factores motivacionales, actitudes y hábitos de práctica de actividad física en las mujeres mayores. *Serie ICD de Investigación en Ciencias del Deporte*, 36, 2-41.
- Hayflick, L. (1989). Biología celular y bases teóricas del envejecimiento humano. En Cartensen & Edelman (eds.): *El envejecimiento y sus trastornos*, (pp.15-29). Barcelona. Martínez Roca.

Hayflick, L.; Barcia, D. & Miquel, J. (1990). Aspectos actuales del envejecimiento normal y patológico. Madrid. Ed. ELA.

Hernández, A. & Anguera, M.T. (2001). Análisis psicosocial de los programas de actividad física: evaluación de Hernández, A. (2001). Un cuestionario para evaluar la calidad en programas de actividad física. *Revista de Psicología del Deporte*, 10 (2), 179-196.

Hernández, M. T. (1995). Actividades físico deportivas para la Tercera Edad. Madrid. IMSERSO.

J. Mota & J. Carvalho (eds.): Actas do seminário A qualidade de vida no idoso: o papel da actividade física, (pp.36-45). Porto. Universidad de Porto.

J.M. Mayán & J.C. Millán (eds.) (1996): Tratado de Actividad física y ocio para la tercera edad, Santiago de Compostela. Instituto Gerontológico Gallego.

Marcos Becerro, J.F. & Miquel, J. (2002) Mitocondrias, envejecimiento, músculo y ejercicio. *Archivos de Medicina del Deporte*, 19, 231-245.

Marcos Becerro, J.F. (1992). La actividad física en los ancianos. Orientaciones para su planificación. En C. Fontecha (ed.): *La actividad física de las personas mayores*, (pp.27-43). Madrid. Instituto Nacional de Educación Física.

Marcos Becerro, J.F. (2000). El entrenamiento de fuerza en las personas mayores. En Marcos Becerro, J.F. (Ed): *Entrenamiento de fuerza para todos*, (pp. 305-349). Madrid. IWF.

Marcos Becerro, J.F. (2002). Hechos científicos que demuestran la acción favorable del ejercicio sobre el envejecimiento y las enfermedades que le acompañan. En Merino, A. Cruz, J de la Diputación de Málaga.

Marques, A. (1998). A actividade física na 3ª idade. En J. Mota & J. Carvalho (eds.): Actas do seminário A qualidade de vida no idoso: o papel da actividade física, (pp. 11-19). Porto. Universidad de Porto.

Marques, A.; Gaya, A. & Constantino, J. (eds.): *Physical activity and health in the elderly*, First conference EGREPA. Portugal, University of Porto.

Martínez del Castillo, J. (2002). Planificación de servicios de actividad física para las personas mayores. En Merino, A. Cruz, J. de la Diputación de Málaga.

Mayán, J.M. & Núñez, M. J. (1996). Actividad física y tercera edad. En J.M. Mayán, & J.C. Millán (eds.): *Tratado de Actividad física y ocio para la tercera edad*, (pp.9-10). Santiago de Compostela. Instituto Gerontológico Gallego.

Meléndez, A. (2000b). *Actividades físicas para mayores*. Madrid. Gymnos.

Montorio, I. & Izal, M. (Eds.) (2000). *Intervención psicológica en la salud*. Madrid. Síntesis

Pérez Díaz, J. (2005). Consecuencias sociales del envejecimiento demográfico. *Papeles de economía española*, Nº 104, pags. 210-226

Pérez Díaz, J. (2006). *Demografía y envejecimiento*. Madrid, Portal Mayores, Informes Portal Mayores, nº 51. *Lecciones de Gerontología*, I [Fecha de publicación: 09/06/2006].

Shephard, R.J. (1997b). Aging, physical activity, and health. Champaign, IL. Human Kinetics.

Spiriduso, W.W. & H.M. Eckert (eds.) (1989): *The academy papers: Physical activity and aging*. Champaign, IL. Human Kinetics.

Spiriduso, W.W. (1995). *Physical Dimensions of Aging*, Champaign, IL. Human Kinetics.

Recomendacións

Outros comentarios

A asistencia as clases e as titorías é de suma importancia para o bon resultado da aprendizaxe
