



Universidad
de Alcalá

GUÍA DOCENTE

PROMOCIÓN DE LA SALUD Y HÁBITOS
SALUDABLES

**Grado en Magisterio de
Educación Infantil
Universidad de Alcalá**

Curso Académico 2021-2022

2º Curso – 1º Cuatrimestre

GUÍA DOCENTE

Nombre de la asignatura:	Promoción de la salud y hábitos saludables
Código:	420013
Titulación en la que se imparte:	Grado en Magisterio de Educación infantil
Departamento y Área de Conocimiento:	Dpto. de Cirugía y Ciencias Médico-Sociales Área de Medicina Preventiva y Salud Pública
Carácter:	Formación Básica
Créditos ECTS:	8
Curso y cuatrimestre:	2º Curso – 1er. Cuatrimestre
Profesorado:	María Sandín Vázquez (Coordinadora) María Urtasun Lanza Juan Cobos López
Horario de Tutoría:	Acordado mediante correo electrónico maria.sandin@uah.es
Idioma en el que se imparte:	Español

1. PRESENTACIÓN

La Promoción de la Salud es una disciplina que pretende capacitar a los individuos a ejercer control sobre los determinantes de la salud, mejorando así su salud. Los determinantes de salud se definen a su vez como el conjunto de factores personales, sociales, económicos y ambientales que determinan el estado de salud de los individuos o poblaciones. Y uno de los determinantes de salud clave es la Educación para la salud que se recibe a lo largo de la vida, así como el entorno donde nos desarrollamos.

Aplicado a la formación de los alumnos de grado de Magisterio Infantil, es interesante el adquirir conocimientos sobre **qué es una Escuela saludable**, para en su trabajo futuro poder diseñar, desarrollar y fortalecer dichas Escuelas Promotoras de Salud, mejorando la salud de su alumnado.

Los centros de enseñanza desempeñan un papel importante en la configuración de la conducta y los valores sociales de los jóvenes. La tarea esencial de los centros de enseñanza consiste en crear habilidades educativas, conocimientos y competencias, equipándolos para que vivan sus vidas de forma creativa en un mundo cambiante. El logro de resultados educativos positivos guarda estrecha relación con la consecución de una buena salud para los estudiantes de un centro de enseñanza. De acuerdo con esto, los centros de enseñanza tienen la obligación de abordar la salud como base que les permita alcanzar los objetivos educativos. Y para ello, el profesorado debe estar formado en Promoción de salud y Hábitos saludables.

2. COMPETENCIAS

Competencias genéricas:

1. Conocer los principios básicos de un desarrollo y un comportamiento saludables.
2. Reconocer la identidad de la etapa y sus características cognitivas, psicomotoras, comunicativas, sociales, afectivas.
3. Saber promover la adquisición de hábitos en torno a la autonomía, la libertad, la curiosidad, la observación, la experimentación, la imitación, la aceptación de normas y de límites, el juego simbólico y heurístico.
4. Conocer la dimensión pedagógica de la interacción con los iguales y los adultos y saber promover la participación en actividades colectivas, el trabajo cooperativo y el esfuerzo individual.

Competencias específicas:

1. Poseer y comprender conocimientos en Promoción de la Salud y Determinantes de la salud.
2. Capacidad de emitir juicios sobre la importancia de la realización de acciones de Educación para la salud en la escuela (a través de reunir e interpretar información relevante).
3. Conciencia de la importancia de la Educación para la salud en el entorno escolar.
4. Capacidad de desarrollar un proyecto de Escuela Promotora de Salud trabajando en grupo.
5. Establecer las bases de los hábitos saludables en Educación Infantil.

3. CONTENIDOS

Bloques de contenido	Total de clases, créditos u horas
<ul style="list-style-type: none"> Bloque 1. Promoción de salud y Escuelas Promotoras de Salud 	
1. Introducción a la Promoción de la Salud. Concepto de Salud. Determinantes de Salud. Bases de la Promoción de la Salud. Tipos de intervenciones en Promoción de la Salud.	<ul style="list-style-type: none"> • 1 ECTS
2. Introducción a la Educación para la salud. Objetivos de la educación para la Salud. Enfoques de la Educación para la Salud.	<ul style="list-style-type: none"> • 1 ECTS
3. La escuela como Promotora de Salud. Proyecto de la Red Europea de Escuelas Promotoras de Salud. Evidencia de la eficacia de programas de Salud en la escuela.	<ul style="list-style-type: none"> • 1 ECTS
4. Planificación de Programas de Promoción de la Salud en la Escuela. Análisis de la situación. Establecimiento de Prioridades. Formulación de Objetivos y Estrategias. Programación. Diseño de la Evaluación del programa.	<ul style="list-style-type: none"> • 1 ECTS
<ul style="list-style-type: none"> Bloque 2: Hábitos saludables 	
1. Hábitos de alimentación Saludable.	<ul style="list-style-type: none"> • 1 ECTS
2. Hábitos de actividad física.	<ul style="list-style-type: none"> • 1 ECTS
3. Hábitos de higiene.	<ul style="list-style-type: none"> • 1 ECTS
4. Bienestar y Salud emocional.	<ul style="list-style-type: none"> • 1 ECTS

5. METODOLOGÍAS DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE ACTIVIDADES FORMATIVAS

4.1. Distribución de créditos (especificar en horas)

Número de horas presenciales:	64
Número de horas del trabajo propio del estudiante:	<ul style="list-style-type: none">• Horas de estudio, elaboración de actividades, preparación exámenes: 108.• Horas para trabajo en grupo: 28
Total horas	200

4.2. Estrategias metodológicas, materiales y recursos didácticos

Respecto a las estrategias metodológicas, para lograr un aprendizaje significativo y relevante, se utilizarán diversas técnicas como estudios de caso, comentarios críticos de artículos relacionados con los diferentes contenidos, así como el diseño y elaboración de proyectos.

Respecto a los materiales y recursos didácticos, se pondrán a disposición de los alumnos todas las clases teóricas para refuerzo de los contenidos en forma de presentaciones PowerPoint, así como artículos, tareas y documentos necesarios para el proceso enseñanza aprendizaje. Además, se utilizarán videos para generar debate o fomentar la profundización en los diferentes temas.

Además, se podrá utilizar la plataforma Blackboard y el Entorno de Publicación Docente para proporcionar a los alumnos los materiales de manera telemática, así como para realizar foros, actividades y tutorías personalizadas de manera on-line, en el caso de que fueran necesarias.

5. EVALUACIÓN

El estudiante tiene derecho a disponer de dos convocatorias en el curso académico, una ordinaria y otra extraordinaria, de acuerdo con la Normativa reguladora de los procesos de evaluación de los aprendizajes, aprobada en Consejo de Gobierno de 24 de Marzo de 2011.

La convocatoria ordinaria estará basada en la evaluación continua, salvo en el caso de aquellos estudiantes a los que se haya reconocido el derecho a la evaluación final en los términos del artículo 10 de la Normativa Reguladora de los Procesos de Evaluación de los Aprendizajes.

1. Sistema de evaluación continua:

1. Será obligatoria, como mínimo, una presencia del alumnado en las clases del 80%.

2. Elaboración en grupo y presentación oral de **dos proyectos**, uno relativo al “Diseño de un proyecto de Promoción de la Salud en la Escuela” ((30%) y otro sobre “Hábitos saludables” (20% de la calificación final). Estos trabajos se realizarán en pequeños grupos. En la producción escrita se valorará que en la elaboración de cada proyecto se siga el formato indicado y puesto a disposición del alumnado.

En la presentación o exposición de los trabajos en grupo se valorará:

- Comprensión, relación, argumentación y fundamentación de las ideas, estilo, originalidad... .

- Claridad expositiva, habilidades de comunicación, estructura de la presentación, utilización de recursos.

- Sentido crítico, capacidad de reflexión y adecuado uso de las fuentes de información y documentación científica.

3. Elaboración y presentación, en los plazos señalados, de la **carpeta de aprendizaje**, que incluirá un análisis crítico y el comentario personal de documentos o materiales relativos a la asignatura, incorporar además la autoevaluación del proceso de aprendizaje realizado (10% de la calificación final).

- La carpeta de aprendizaje se realiza individualmente, versa sobre el análisis crítico de documentos y la resolución de casos relacionados con los contenidos teóricos del bloque 1 de la asignatura. Se completará con las reflexiones y comentarios de las tareas realizadas e incluirá una autoevaluación. En la carpeta de aprendizaje se valora la capacidad de argumentación en las ideas, el sentido crítico y la capacidad de reflexión.

4. Realización de un **prueba escrita** (40% de la calificación final).

En el examen escrito se valora el conocimiento y la comprensión de los contenidos propios de cada bloque; la integración y aplicación de los contenidos propios de cada bloque a situaciones diversas; y la resolución de los problemas de modo comprensivo.

5. El sistema de calificaciones será el previsto en la normativa vigente en la UAH atendiendo a las siguientes posibilidades:

- a. Suspenso
- b. Aprobado
- c. Notable
- d. Sobresaliente
- e. Matrícula de honor

Criterios de evaluación:

La evaluación se realizará teniendo en cuenta los siguientes criterios:

1. Asistencia y participación en las clases, seminarios y prácticas.
2. La calidad del material elaborado para los seminarios y las clases prácticas.

3. La capacidad de fundamentar, argumentar y relacionar ideas en torno a una determinada problemática. La claridad, estilo, originalidad y estructuración de las mismas
4. La capacidad expositiva, las habilidades de comunicación en la presentación de sus trabajos y actividades.
5. La elección y el dominio de los recursos necesarios para la elaboración de proyectos de promoción de la salud y en la aplicación de hábitos de vida saludables. La capacidad de juicio crítico, argumentación y reflexión en los análisis de situaciones, hipótesis y documentos sobre la promoción de la salud y hábitos saludables.
6. El dominio y la comprensión de los conocimientos adquiridos sobre los contenidos de la materia de promoción de la salud y hábitos saludables.
7. La integración de los contenidos teóricos prácticos y su aplicación a diferentes situaciones.
8. La resolución de diferentes problemáticas de forma comprensiva, tanto teóricas como en sus formas de aplicación práctica.
9. Los proyectos y trabajos a presentar por los/as alumnos/as, se desarrollarán y presentarán conforme a las directrices generales y concretas establecidas por el profesorado en cada caso, con especial énfasis en la sanción académica de suspenso para cualquier copia de texto sin cita de su procedencia que se presente como propia.

2. Sistema de evaluación final:

Para acogerse a la evaluación final, el estudiante tendrá que solicitarlo por escrito al decano o director de centro en las dos primeras semanas de impartición de la asignatura, explicando las razones que le impiden seguir el sistema de evaluación continua. En el caso de aquellos estudiantes que por razones justificadas no tengan formalizada su matrícula en la fecha de inicio del curso o del periodo de impartición de la asignatura, el plazo indicado comenzará a computar desde su incorporación a la titulación. También, será necesario que el estudiante se ponga en contacto con los profesores de la asignatura para que le orienten en la realización de los proyectos y en la realización del examen final.

Para aquellos alumnos que se acojan a la evaluación final, la calificación final será el resultado de las siguientes valoraciones:

- a. **Realización de un examen teórico- práctico** que versará sobre los contenidos teóricos así como a los relativos a los proyectos, trabajos y/o sesiones prácticas e intervenciones didácticas del programa.

3. Convocatoria extraordinaria: para los alumnos que se opten por la convocatoria extraordinaria será de aplicación el procedimiento de evaluación indicado en el sistema de evaluación final.

6. BIBLIOGRAFÍA

Bibliografía Básica:

Ania Palacio, JM (2007). Guía para el diseño y la mejora de proyectos pedagógicos de Educación y Promoción de la salud. Madrid: Secretaría General Técnica del Ministerio de Educación y Ciencia.

Aznar, S. y Webster, T. (2006). *Actividad física y salud en la infancia y adolescencia: guía para todas las personas que participan en su educación*. Ministerio de Educación y Ciencia, Ministerio de Sanidad y Consumo.

Colomer Revuelta C, Álvarez Dardet C (2000). Promoción de la salud y cambio social. Barcelona: Elsevier-Masson.

IUHPE. (1999). La Evidencia de la eficacia en promoción de la Salud. A report for the European Commission by the International Union for Health Promotion and Education. Ed. Ministerio de Sanidad y Consumo.

OMS. (1998). Promoción de la Salud, Glosario. Ed. Subdirección General de Epidemiología, Promoción y Educación para la Salud (MSC).

Salvador Llivina, T. (2009). Ganar salud en la escuela. Guía para conseguirlo. Ed. Ministerio de Educación y el Ministerio de Sanidad y Política Social para la Promoción y Educación para la Salud en la Escuela (PES).

Sarría Santamera, A. (2001). Promoción de la Salud en la comunidad. Ed. UNED.

Bibliografía Complementaria:

Castillo Lizardo, JM. Martha Rodríguez-Morán, M. y Guerrero-Romero, F. (2001). El juego como alternativa para la enseñanza de conceptos básicos de salud. Revista Panamericana de Salud Pública v. 9, nº 5. Washington.

Calvo Bruzos, S. (1992). *Educación para la Salud en la escuela*. Madrid: Díaz de Santos.

Delgado, M. y Tercedor, P. (2002). Estrategias de intervención en educación física para la salud desde la educación física. Barcelona: Inde.

Delgado, M., Pérez López, I. J. (2002). Estrategias para la promoción de los hábitos de práctica físico-deportiva en escolares, citado por A. Díaz, P. L. Rodríguez, J. A. Moreno, Actas del III Congreso Internacional de Educación Física e Interculturalidad. Región de Murcia: Consejería de Educación y Cultura. Edición digital.

Devís, J. (Coord.) (2000). Actividad Física, deporte y salud. Inde: Barcelona.

Fundación Española de Nutrición y FEADRS (2008). Guía de comedores escolares. Programa Perseo. Madrid: Ministerio de Sanidad y Consumo.

Generalitat Valenciana (1992): Los equipos de atención primaria y su intervención en la escuela. Valencia: Conselleria de Sanitat.

Glosario de promoción de la salud (1986). Salud entre todos. Separata técnica. Sevilla: Consejería de Salud de la Junta de Andalucía.

Junta de Andalucía (1986,1990). Propuesta de educación para la salud en centros docentes. Consejería de Educación y Ciencia. Consejería de Educación y Consumo. Sevilla: Junta de Andalucía.

López-Miñarro, P.A. (2009). La salud y la actividad física en el marco de la sociedad moderna. Master en Actividad Física y Salud. Facultad de Educación. Universidad de Murcia.

Mendoza R., Sagrera, M.R., Batista, J.M. (1994). Conductas de los escolares españoles relacionadas con la salud 1986-1996. Madrid: Consejo Superior de Investigaciones Científicas.

Mendoza, R., Blanco, J., Martín, P., Sagrera, M.R., Batista, J.M. (1988). Los escolares y la salud. Estudio de los hábitos de los escolares españoles en relación con la salud. Madrid: Ministerio de Sanidad y Consumo.

Moreiras, O., Carvajal, A., Cabrera, L. y Cuadrado (2007). Tabla de composición de alimentos. Madrid: Pirámide.

Organización Mundial de la Salud OMS (1998). Promoción de la Salud. Ginebra.
Perea Quesada, R. (2009). Promoción y educación para la salud. Madrid: Díaz de Santos.

Perea Quesada, R. (2009). *Promoción y educación para la salud*. Díaz de Santos. Madrid.

Rodríguez-Moñino, AP.y Minguela Sebastián, Y. (2010). Estudio sobre accidentes infantiles atendidos en centros de salud. Madrid: Fundación Mapfre.

Rosenbaum M, Leibel RL. (1988). Pathophysiology of childhood obesity. *Adv Pediatr*, 357.

Sánchez Bañuelos, F. (1996): La actividad física orientada hacia la salud, Madrid: Biblioteca nueva.

Santonja F. Reconocimiento del aparato locomotor durante la edad escolar, citado por Santonja F, Martínez I (eds) (1992). Valoración Médico-Deportiva del Escolar. Murcia: Secretariado de Publicaciones e intercambio científico. Universidad de Murcia, 259-277.

La Universidad de Alcalá garantiza a sus estudiantes que, si por exigencias sanitarias las autoridades competentes impidieran la presencialidad total o parcial de la actividad docente, los planes docentes alcanzarían sus objetivos a través de una metodología de enseñanza- aprendizaje y evaluación en formato online, que retornaría a la modalidad presencial en cuanto cesaran dichos impedimentos.