



Máster en Evaluación y Entrenamiento Físico para la Salud 60861 - Trabajo fin de máster

Guía docente para el curso 2015 - 2016

Curso: , Semestre: , Créditos: 18.0

Información básica

Profesores

No están disponibles estos datos.

Recomendaciones para cursar esta asignatura

El Trabajo Fin de Máster consiste en la realización de una memoria o proyecto en el que se pongan de manifiesto los conocimientos, habilidades, aptitudes y actitudes adquiridos por el estudiante a lo largo de la titulación. Las modalidades que podrán revestir los trabajos son, entre otras, las siguientes:

- Trabajos académicos específicos.
- Trabajos específicos realizados en laboratorio.
- Trabajos específicos realizados como resultado de prácticas en empresas o instituciones.
- Trabajos equivalentes realizados como resultado de una estancia en otra Universidad española o extranjera a través de un convenio o programa de movilidad.

Información detallada sobre la normativa que regula el Trabajo Fin de Máster puede consultarse en

http://fyl.unizar.es/ckfinder/userfiles/files/Acuerdos/Reg_%20TFG-TFM%20nuevo.pdf

PROFESORADO

Según establece la normativa vigente, el Trabajo Fin de Máster contará con, al menos, un director que tutele y supervise la labor del estudiante. Podrá ser director, o codirector, cualquier profesor doctor de la Universidad de Zaragoza adscrito a una de las áreas de conocimiento vinculadas con la titulación.

Actividades y fechas clave de la asignatura

La elaboración y defensa del Trabajo Fin de Máster (18 ECTS) se abordará una vez que el estudiante haya superado los 42 créditos restantes de las asignaturas obligatorias y optativas del plan de estudios.

El Coordinador académico, en estrecho contacto con los estudiantes, llevará a cabo la necesaria labor de asesoría para la definición del tema, tutor y tipo de TFM atendiendo a las preferencias del alumno y la disponibilidad del profesorado, dentro del procedimiento habilitado al efecto por la Facultad y tutelado por la Comisión de Garantía de la Calidad del máster.

El alumno presentará una memoria escrita y defenderá su trabajo, en sesión pública, ante un tribunal. El alumno dispone de dos convocatorias, a elegir entre junio, septiembre y diciembre. El calendario de actividades a este respecto, así como otros aspectos relativos al Trabajo Fin de Máster, están regulados por la normativa vigente.

Para aquellos alumnos que decidan cursar el Máster en dos años (30 créditos anuales), será obligatorio que esta asignatura se realice el segundo año.

Inicio

Resultados de aprendizaje que definen la asignatura

El estudiante, para superar esta asignatura, deberá demostrar los siguientes resultados...

1:

Planifica y desarrolla un trabajo de investigación en las Ciencias de la Actividad Física y el Deporte orientado a la salud.

2:

Redacta y expone un trabajo de investigación en las Ciencias de la Actividad Física y el Deporte orientado a la salud.

3:

Aplica principios éticos, de excelencia y calidad en el ejercicio investigador.

4:

Justifica el empleo de una metodología de investigación.

5:

Conoce la estructura de un informe de investigación.

6:

Realiza una presentación utilizando medios y procedimientos (TICs) que faciliten su comprensión.

7:

Es capaz de responder a preguntas de forma relevante y que pueda ser abordada por la metodología propia de una disciplina.

Introducción

Breve presentación de la asignatura

El Trabajo Fin de Máster consiste en la realización de un trabajo de investigación y/o de aplicación en el que el estudiante lleva a cabo, bajo la tutela de un profesor, una actuación en el campo de la actividad-ejercicio físico y salud. Además, el alumno plasma por escrito su trabajo en una memoria, según modelo y criterios previamente facilitados por el Coordinador académico, y lo defiende en sesión pública.

Contexto y competencias

Sentido, contexto, relevancia y objetivos generales de la asignatura

La asignatura y sus resultados previstos responden a los siguientes planteamientos y objetivos:

Ubicado al final del desarrollo de las actividades académicas presenciales, el Trabajo Fin de Máster es al mismo tiempo un compendio de todos o parte de los conocimientos y las habilidades adquiridos durante el curso y una evidencia de las capacidades del estudiante para aplicarlos a situaciones concretas. Por ello, el objetivo principal del Trabajo fin de Máster no es otro que acreditar que el alumno ha adquirido las competencias perseguidas y es capaz de aplicarlas con rigor científico-técnico y resultados satisfactorios, al tiempo que demuestra su capacidad de comunicar con precisión terminológica, calidad y coherencia expositiva los resultados de su intervención.

Contexto y sentido de la asignatura en la titulación

El Máster culmina con en el Trabajo Fin de Máster, donde el estudiante debe enfrentarse de forma completa y rigurosa a un proyecto de investigación o aplicación en el ámbito de la actividad-ejercicio físico para la salud, contando para ello con el asesoramiento de un profesor-tutor.

Al superar la asignatura, el estudiante será más competente para...

1: Además de las competencias básicas y generales que se detallan en la memoria del Máster , el alumno adquirirá ñas siguiente competencias específicas:

CE1 - Plantear proyectos de investigación de forma metodológicamente adecuada a los objetivos, recursos y contexto social en el que vayan a desarrollarse.

CE2 - Emplear estrategias de excelencia, ética y calidad en la tarea investigadora y ejercicio profesional en el ámbito de la Actividad Física para la Salud, siguiendo las recomendaciones de la Declaración de Helsinki y la Ley 14/2007 y posteriores actualizaciones de Investigación Biomédica.

CE3 - Controlar las distintas alternativas metodológicas que se pueden aplicar en el marco de la actividad física orientada hacia la salud.

CE4 - Utilizar distintas técnicas de investigación y aplicarlas adecuadamente al ámbito de conocimiento de la valoración y recomendación de ejercicio físico para la salud en diferentes grupos poblacionales. en función de la edad, sexo, patologías crónicas, discapacidad, etc..

CE5 - Identificar y valorar los problemas de salud que afectan a distintos grupos poblacionales, y en los que el ejercicio físico puede incidir positivamente para su tratamiento y posterior mejora.

CE6 - Extraer y analizar adecuadamente la información de textos científicos en el marco de las Ciencias de la Actividad Física, valorando su posible vinculación al ámbito de la Salud.

CE7 - Evaluar los cambios fisiológicos, anatómicos, bioquímicos, que se producen como consecuencia de un programa de actividad física orientado a la salud

CE8 - Realizar búsquedas bibliográficas optimizadas en el ámbito de la actividad física orientada hacia la salud, seleccionando de forma estratégica la información más relevante para el objeto de la investigación:

finalidad de la intervención, grupos de población, metodología de la intervención

CE9 - Analizar las variables de naturaleza psicosocial y fisiológicas asociadas a la actividad física orientada hacia la salud, utilizando la metodología científica más adecuada. (transculturalidad, adherencia, autoeficacia, comportamientos planeados, ambientes obesogénicos)

CE10 - Defender, a través de la exposición oral, un trabajo de investigación vinculado a la valoración y recomendación del ejercicio físico para la salud ante un tribunal, utilizando preferentemente TICs

CE11 - Ser capaz de utilizar metodologías avanzadas en el análisis del gasto energético y de la composición corporal como Acelerómetros, Metabolímetro, DXA, Plestimógrafo, BIA.

CE12 - Asignar patrones de intervención en poblaciones especiales vinculados a la valoración y prescripción de ejercicio físico encaminado a la consecución de hábitos saludables. Portadores de patologías crónicas, mayores, discapacitados, etc.

CE13 - Ser capaz de aplicar e interpretar la metodología más adecuada para la valoración de la composición corporal y la influencia de ésta en la salud de distintos grupos poblacionales.

CE14 - Ser capaz de diferencias y llevar a cabo las diferentes técnicas de análisis de datos necesarias para dar respuesta a las preguntas de investigación en los distintos ámbitos científicos de las ciencias de la actividad física y la salud

CE15 - Identificar e interpretar en textos científicos las normas de actuación más adecuadas para el diseño de programas de actividad física orientados a la salud en personas con hipertensión, problemas metabólicos u osteoarticulares.

CE16 - Hallar e interpretar convenientemente en la literatura científica los elementos más importantes para la prescripción de programas de actividad física orientada a la salud en población infantil, juvenil, adultos, personas de edad avanzada y/o con

necesidades especiales.

CE17 - Saber distinguir y valorar las diferencias de género en relación a las patologías que pueden ser intervenidas a partir de la actividad física.

CE18 - Elaborar programas de actividad física y entrenamiento orientados hacia la salud en personas obesas o con sobrepeso.

CE19 - Proyectar programas de actuación, en el ámbito de la actividad física orientada hacia la salud, que puedan incardinar y mejorar los ya existentes en la comunidad donde se lleva a cabo la labor profesional.

Importancia de los resultados de aprendizaje que se obtienen en la asignatura:

La realización, presentación y defensa del Proyecto Fin de Máster, culmina el plan de estudios del Máster, poniendo de manifiesto la capacidad del alumno de integrar, aplicar y desarrollar diferentes aspectos conceptuales y metodológicos aprendidos durante el Máster, para redactar y presentar públicamente un Proyecto de Investigación en el ámbito de la actividad física y la salud.

Quienes cursan el máster con la intención de desarrollar su tesis doctoral –por cuanto período formativo del *Programa de Doctorado en Ciencias de la Salud y del Deporte*, de la Universidad de Zaragoza, adaptado al EEES y verificado según RD 1393/2007– deberían orientar su Trabajo Fin de Máster, bajo la supervisión de un profesor-tutor, hacia tales fines.

Evaluación

Actividades de evaluación

El estudiante deberá demostrar que ha alcanzado los resultados de aprendizaje previstos mediante las siguientes actividades de evaluación

1:

El estudiante deberá demostrar que ha alcanzado los resultados de aprendizaje previstos mediante las siguientes actividades de evaluación:

Tanto en la primera como en la segunda convocatoria, la evaluación del Trabajo Fin de Máster se basa en dos actividades (100% de la calificación final). La nota final será el resultado de las dos actividades, siempre y cuando se hayan superado cada una de ellas:

- Valoración de la memoria escrita (80% de la calificación final).

Criterios de evaluación:

- Justificación de la selección del proyecto y relación con los objetivos y competencias del máster.
- Revisión de antecedentes mediante una revisión sistemática del tema elegido utilizando la metodología PRISMA o similar.
- Hipótesis del trabajo y objetivos.
- Justificación del diseño metodológico seleccionado y métodos de recogida de datos.
- Justificación del método estadístico utilizado. Se utilizará un paquete estadístico tipo SPSS o Statview en función de la disponibilidad de la Universidad.
- Resultados y discusión destacando los principales hallazgos.
- Conclusiones más relevantes y propuestas de transferencia.
- Análisis de las fortalezas y debilidades del proyecto.
- Bibliografía utilizando paquetes tipo End Note o Refworks.

- Valoración de la defensa oral en sesión pública ante tribunal (20% de la calificación final).

○ Criterios de evaluación: claridad expositiva y capacidad para la transmisión de resultados y valoraciones sobre cuestiones complejas; utilización de recursos didácticos y de TICs en la presentación; adecuación al tiempo disponible y selección de los aspectos presentados; dominio de la terminología propia de este campo; coherencia, pertinencia y completitud de las respuestas dadas a las cuestiones planteadas.

2:

En el caso de que la evaluación arroje resultado negativo, el tribunal decidirá si el estudiante debe abordar la realización de un nuevo trabajo o bien proceder a una segunda defensa con las correspondientes modificaciones.

3:

La composición del tribunal, que está regulada por la normativa vigente, incluye al Coordinador de la titulación, que ejerce como Presidente, un Secretario y un Vocal:

- Dr. José A. Casajús, Presidente.
- Dr. Fernando Gimeno, Secretario.
- Dr. Francisco Pradas, Vocal.

Actividades y recursos

Presentación metodológica general

El proceso de aprendizaje que se ha diseñado para esta asignatura se basa en lo siguiente:

Una vez asignado -siguiendo el procedimiento habilitado al efecto por la Facultad y tutelado por la Comisión de Garantía de la Calidad del máster- el tema, tutor y modalidad del Trabajo Fin de Máster, el estudiante definirá y entregará a su tutor, con objeto de recibir su aprobación, una breve memoria preliminar que incluya los objetivos, la metodología y el plan de trabajo. Una vez obtenida la aprobación de este planteamiento inicial, el estudiante comenzará la labor de desarrollo del Trabajo Fin de Máster, que se beneficiará de los recursos disponibles -físicos y lógicos- en el Máster y, sobre todo, del asesoramiento del tutor.

Actividades de aprendizaje programadas (Se incluye programa)

El programa que se ofrece al estudiante para ayudarle a lograr los resultados previstos comprende las siguientes actividades...

- 1: Tutorías con el Coordinador académico de la titulación para la definición del tema, tutor y modalidad -basada o no en prácticas externas- del Trabajo Fin de Máster .
- 2: Tutorías con el profesor-tutor del Trabajo Fin de Máster.
- 3: Tutorías profesor invitado

Planificación y calendario

Calendario de sesiones presenciales y presentación de trabajos

Durante el primer semestre, el Coordinador académico, mediante labor de tutoría, asesorará a los estudiantes en la definición del tema, tutor y modalidad del Trabajo Fin de Máster, atendiendo a las preferencias del alumno y la disponibilidad del profesorado.

Las convocatorias oficiales previstas para el depósito y defensa del Trabajo Fin de Máster en esta titulación son: junio (primera) y septiembre (segunda), La Facultad de Ciencias de la Salud y del Deporte establece el período, para cada una de estas convocatorias, en el que deberá realizarse el acto de defensa. Dentro de cada período, la Coordinación académica del máster establece el día o días concretos de desarrollo del acto público.

Referencias bibliográficas de la bibliografía recomendada

- ACSM's exercise is medicine : a clinician's guide to exercise prescription / edited by Steven Jonas, Edward M. Phillips
Philadelphia : Wolters Kluwer : Lippicott Williams & Wilkins, cop. 2009
- Actividad física y salud : Estudio enKid / Directores, Lluís Serra Majem, Blanca Román Viñas, Javier Aranceta Bartrina ; Colaboradoras, Lourdes Ribas Barba, Carmen Pérez Rodrigo ; Asesoría científica, Alfonso Delgado Rubio , Rafael Tojo Sierra
Barcelona : Masson, D.L. 2006
- Actividad física y salud : guía para padres y madres / [coordinadoras del grupo de trabajo, Begoña Merino Merino, Susana Aznar Laín] Madrid : Ministerio de Educación y Cultura, Secretaría General Técnica, D.L. 1999
- Activité physique et obesité de l'enfant : bases pour une prescription adaptée/ [Dominique Bougle ... et al.] . [Paris] : Ministère de la santé et des solidarités, 2008
- Activité physique et santé : arguments scientifiques, pistes pratiques/ Jean-Michel Oppert ... [et al.] . [Paris] : Ministère de la santé et des solidarités, 2005
- Alimentación, salud y deporte / [coordinación, Jorge Hernández Esteruelas, Salvador Berlanga Quintero, autorías , Carlos Álvarez Lanzarote... et al.] [Zaragoza] : Gobierno de Aragón, cop. 2005
- Ansorena Artieda, Diana. Alimentación, ejercicio físico y salud / Diana Ansorena, J. Alfredo Martínez . - 1ª ed. Pamplona : EUNSA, 2010

- Aznar Laín, Susana. Actividad física y salud en la infancia y la adolescencia : guía para todas las personas que participan en su educación / [Coordinación Institucional, Elena Merino Merino, Elena González Briones ; Gupo de trabajo, Susana Aznar Laín, Tony Webster ; Colaborador, José López Chicharro] . - 1ª reimp. corr. [Madrid] : Ministerio de Educacion y Ciencia, Secretaría General de Educación, Centro de Investigación y Documentación Educativa : Ministerio de Sanidad y Política Social, Secretaría General Técnica, 2009
- Corazón y ejercicio físico en la infancia y adolescencia / J. Ricardo Serra Grima [coordinador] Barcelona : Masson, 2001
- Cuide su cuerpo / Rocío Fernández-Ballesteros (dir.) Madrid : Pirámide, D.L.2002
- Directrices de actividad física de la UE : actuaciones recomendadas para apoyar la actividad física que promueve la salud / aprobadas por el Grupo de Trabajo de la UE "Deporte y Salud" en su reunión del 25 de septiembre de 2008 ; confirmadas por los Ministros de los Estados Miembros de la UE en su reunión de Biarritz de 27-28 de noviembre de 2008 ; [traducción y adaptación al español, Consejo Superior de Deportes, Presidencia Española] Madrid : Consejo Superior de Deportes, D.L. 2010
- Ejercicio físico y salud en poblaciones especiales : EXERNET / José Antonio Casajús (coord.), Germán Vicente -Rodríguez (coord.) Madrid Consejo Superior de Deportes, Servicio de Documentación y Publicaciones 2011
- Ejercicio físico, salud y calidad de vida / Víctor Arufe Giráldez (editores) ... [et al.] . - [1ª ed.] Sevilla : Wanceulen, D. L. 2008
- El entrenamiento personal en el ámbito de la salud / director, Manuel López López, autores, Manuel Delgado Fernández... [et al.] . - 1ª ed. Sevilla : Consejería de Turismo, Comercio y Deporte, D.L. 2008
- El ser humano y el esfuerzo físico / Montserrat Comes Miroso ... [et al.] . - 1a. ed. Barcelona : Inde, 2000
- Envejecer bien : qué es y cómo lograrlo / Rocío Fernández-Ballesteros (dir.) Madrid : Pirámide , D.L. 2002
- Greenberg, Jerrold S.. Physical fitness and wellness : changing the way you look, feel, and perform / Jerrold S. Greenberg, George B. Dintiman, Barbee Myers Oakes . - 3rd. ed. Champaign, IL : Human Kinetics, cop. 2004
- Heyward, Vivian H.. Advanced fitness assessment and exercise prescription / Vivian H. Heyward . - 7th ed Champaign : Human Kinetics, 2014
- Iberoamerican advances in research on exercise and health / Ordóñez, F J, Rosety, I, Fornieles, G ... [et al.] . - 1ª ed. Cádiz Universidad de Cádiz, Servicio de Publicaciones 2011
- Kinesiología y anatomía aplicada a la actividad física / por Jarmo Ahonen ... [et al.] ; [traducción, Cristina Halberstadt] . - 2a. ed. Barcelona : Paidotribo, cop. 2001
- La educación física, el deporte y la salud en el siglo XXI / José Devís Devís (coord.) . - 1a. ed. Alcoy : Marfil, 2001
- Manual básico de prescripción de ejercicio físico para todos / Antonio Jesús Casimiro ... [et al.] Almería : Universidad de Almería ; Ayuntamiento de Almería, 2005
- Manual de consulta para el control y la prescripción del ejercicio / [revisores, Donald M. Cummings ...et al. ; colaboradores, Steven N. Blair ... et al.] Barcelona : Paidotribo, cop. 2000
- McArdle, William D.. Exercise physiology : energy, nutrition, and human performance / William D. McArdle, Frank I. Katch, Victor L. Katch . - 5th ed. Philadelphia : Lippincott Williams & Wilkins , c2001
- Measuring physical activity and energy expenditure . Illinois : Human Kinetics , 1996
- Métodos de estudio de composición corporal en deportistas / [Alicia S. Canda Moreno...(et al.)] Madrid : Ministerio de Cultura, Consejo Superior de Deportes, D.L. 1996
- Pancorbo Sandoval, Armando E.. Medicina y ciencias del deporte y actividad física / Armando E. Pancorbo Sandoval Majadahonda, Madrid : Ergón, 2008.
- Physical activity and cardiovascular health : a national consensus / Arthur S.Leon (editor) Champaign, Illinois : Human Kinetics, cop. 1997
- Physical activity and health / Claude Bouchard, Steven N. Blair, William Haskell, editors Champaign, IL : Human Kinetics, cop. 2007
- Physical activity and obesity / Claude Bouchard, Peter T. Katzmarzyk, editors . - 2nd ed. Champaign [Illinois] : Human Kinetics, cop. 2010
- Physical activity and psychological well-being / Edited by Stuart J.H. Biddle, Kenneth R. Fox, Stephen H. Boutcher. - 1st ed., repr. London : Routledge, 2002 (repr.)
- Physical activity for health and fitness / Allen W. Jackson ... [et al.] . - Updated ed. Champaign, IL : Human Kinetics, cop. 2004
- Plan integral para la actividad física y el deporte : A+ Madrid : Consejo Superior de Deportes, 2010.
- Promoting physical activity : a guide for community action / U.S. Department of Health and Human Services, Public Health Service, Centers for Disease Control and Prevention, National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion, Division of Nutrition and Physical Activity Champaign, Ill. ; Leeds : Human Kinetics, [1999]
- Rowland, Thomas W.. Exercise and children's health / Thomas W. Rowland Champaign, Illinois : Human Kinetics Books, cop. 1990
- Sallis, James F.. Physical activity & behavioral medicine / James F. Sallis, Neville Owen Thousand Oaks (California) : SAGE, cop. 1999
- Salud, ejercicio físico y Síndrome de Down : Proyecto enmarcado dentro del programa "Escuela deportiva Down Zaragoza" 2005/2006 / coordinación, Ruth Gonzalo ; coordinación de la investigación, José A. Casajús ; colaboradores, Ana Portolés, Gonzalo Martínez, Jorge Barea Zaragoza : Fundación Down, D.L. 2007
- Serra Grima, Ricard. Prescripción del ejercicio físico para la salud / Ricard Serra Grima, Caritat Bagur Calafat . - 1ª ed. Barcelona : Paidotribo, cop. 2004

- Shephard, Roy J. Aging, physical activity and health / Roy J. Shephard . Champaign, IL. : Human Kinetics , cop. 1997
- Simposio Internacional de Ejercicio Físico y Salud en Poblaciones Especiales. Ejercicio físico y salud en poblaciones especiales [recurso electrónico] : Facultad de Ciencias de la Salud y del Deporte (Huesca, 23-24 de octubre de 2008) / [editado por Casajús, JA...et al.]
- Tercedor Sánchez, Pablo. Actividad física, condición física y salud / Pablo Tercedor Sánchez . - 1a. ed. Sevilla : Wanceulen, 2001
- Weineck, Jürgen. Salud, ejercicio y deporte / Jürgen Weineck . - 1a. ed. Barcelona : Paidotribo, cop. 2001