



Asignatura: Actividad Física y Calidad de Vida  
Código: 16824  
Centro: Facultad de Formación de Profesorado y Educación  
Titulación: Grado de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte  
Nivel: Grado  
Tipo: Formación básica  
Nº de créditos: 6 (seis)

## 1. ASIGNATURA / COURSE TITLE

ACTIVIDAD FÍSICA Y CALIDAD DE VIDA

### 1.1. Código / Course Lumber

16824

### 1.2. Materia / Content area

Actividad Física y Calidad de Vida

### 1.3. Tipo / Course type

Formación obligatoria

### 1.4. Nivel / Course level

Grado / Bachelor (first cycle)

### 1.5. Curso / Year

Tercer curso

### 1.6. Semestre / Semester

Primer semestre

### 1.7. Número de créditos / Credit allotment

6 (seis) créditos ECTS / 6 ECTS credits

### 1.8. Requisitos previos / Prerequisites

No se han establecido

### 1.9. Requisitos mínimos de asistencia a las sesiones presenciales / Minimum attendance requirement

Obligatorio acudir a las sesiones prácticas (100%) y 75% de las sesiones teóricas

### 1.10. Datos del equipo docente / Faculty data

FACULTAD DE FORMACIÓN DE PROFESORADO Y EDUCACIÓN



Asignatura: Actividad Física y Calidad de Vida  
Código: 16824  
Centro: Facultad de Formación de Profesorado y Educación  
Titulación: Grado de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte  
Nivel: Grado  
Tipo: Formación básica  
Nº de créditos: 6 (seis)

#### DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTE Y MOTRICIDAD HUMANA

Docente(s) / <b>Lecturer(s)</b>	Vicente Martínez de Haro
Departamento de / <b>Department of</b>	Educación, Deporte y Motricidad Humana/ <b>Education, Sport and Human Motricity</b>
Facultad / <b>Faculty</b>	Formación de Profesorado y Educación/ <b>Teacher Training College</b>
Despacho - Módulo / <b>Office - Module</b>	III-311
Teléfono / <b>Phone:</b>	+34 91 497 3657
Correo electrónico/ <b>Email:</b>	vicente.martinez@uam.es
Página web/ <b>Website:</b>	<a href="http://www.uam.es/educacionfisicaydeporte">http://www.uam.es/educacionfisicaydeporte</a>
Horario de atención al alumnado/ <b>Office hours:</b>	Miércoles y jueves de 11.30 a 13.30

Docente(s) / <b>Lecturer(s)</b>	Oscar Veiga Núñez
Departamento de / <b>Department of</b>	Educación, Deporte y Motricidad Humana/ <b>Education, Sport and Human Motricity</b>
Facultad / <b>Faculty</b>	Formación de Profesorado y Educación/ <b>Teacher Training College</b>
Despacho - Módulo / <b>Office - Module</b>	III-300
Teléfono / <b>Phone:</b>	+34 91 497 2696
Correo electrónico/ <b>Email:</b>	oscar.veiga@uam.es
Página web/ <b>Website:</b>	<a href="http://www.uam.es/educacionfisicaydeporte">http://www.uam.es/educacionfisicaydeporte</a>
Horario de atención al alumnado/ <b>Office hours:</b>	Martes de 17.30 -18.30 h Jueves de 16.00-18.00 h



Asignatura: Actividad Física y Calidad de Vida  
Código: 16824  
Centro: Facultad de Formación de Profesorado y Educación  
Titulación: Grado de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte  
Nivel: Grado  
Tipo: Formación básica  
Nº de créditos: 6 (seis)

## 1.11. Competencias / Competencies

### BÁSICAS Y GENERALES

CG 1. - Desarrollar y mostrar en su aplicación una alta capacidad de análisis y de síntesis de la información relativa al campo de conocimiento y profesional.

CG 2. - Desarrollar habilidades y estrategias que incidan en la capacidad para trabajar en forma autónoma.

CG 3. - Organizar y planificar propuestas de acción, programas y actividades propias de su campo profesional en sus diferentes ámbitos de aplicación y desarrollo

CG 4. - Mostrar disposición y habilidad para el trabajo en equipo.

CG 5. - Gestionar con eficacia y eficiencia la información procedente de diferentes fuentes integrando sus aspectos relevantes para el cumplimiento de los objetivos propuestos.

CG 6. - Transmitir información, ideas, problemas y soluciones a un público tanto especializado como no especializado.

CG 7. - Ajustar las propias capacidades, los recursos y condiciones del entorno para adaptarse a nuevas situaciones en las que debe aplicar conocimientos y habilidades profesionales.

CG 8. - Aplicar los conocimientos adquiridos en los procesos de formación en la práctica profesional, en diferentes contextos y situaciones

CG 9. - Resolver con eficacia y eficiencia problemas inherentes a su campo de conocimiento y profesional utilizando estrategias y técnicas adecuadas y, si procede, innovadoras.

CG 10. - Mostrar capacidad de aprender nuevos conocimientos y habilidades a lo largo de su vida profesional y personal.

CG 11 - Adoptar y mostrar una actitud favorable a la búsqueda de la calidad en el desempeño de sus funciones profesionales, sea cual sea su ámbito de acción e intervención, incluyendo un alto nivel sistemático de reflexión crítica sobre su propia práctica profesional.

### ESPECÍFICAS

CE 12. - Planificar, desarrollar y evaluar la realización de programas de actividades físico-deportivas orientados a la prevención y mejora de la salud.

CE 13. - Aplicar, de manera fundamentada y argumentada, los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales al campo de la actividad física y salud.

CE 14. - Evaluar la condición física y prescribir ejercicios físicos orientados hacia la salud.

CE 15 - Identificar y prevenir los riesgos que se derivan, para la salud, de la práctica de actividades físicas inadecuadas entre la población que realiza práctica física orientada a la salud.

CE 16. - Seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo, adecuado para cada tipo de actividad que practiquen la población de jóvenes, adultos, mayores y personas con discapacidad.

CE 17. - Promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica de actividad físico-deportiva saludable entre la población adulta, mayores y discapacitados.



Asignatura: Actividad Física y Calidad de Vida  
Código: 16824  
Centro: Facultad de Formación de Profesorado y Educación  
Titulación: Grado de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte  
Nivel: Grado  
Tipo: Formación básica  
Nº de créditos: 6 (seis)

CE 24. - Elaborar y comunicar, de manera crítica y fundamentada, argumentos y juicios sobre el valor de la actividad física y el deporte, y sobre sus posibilidades de contribuir al desarrollo y bienestar de las personas y de la sociedad, y al desarrollo sostenible, así como sobre su especial relación con la salud y la calidad de vida.

CE 25. - Analizar e interpretar los diferentes estudios referidos a las prácticas de actividad físico-deportiva, con el objeto de emitir juicios razonados sobre la relación de dicha actividad con las características y necesidades sociales, económicas y culturales de las sociedades democráticas.

## Resultados de aprendizaje / Learning results

- Conocer la organización, estructura y función del cuerpo humano en la actividad físico-deportiva.
- Analizar las estructuras implicadas y el movimiento que se realiza conforme a las leyes físicas y biológicas.
- Aplicar los conocimientos anatómicos, fisiológicos y biomecánicos para el análisis de diferentes tipos de actividades físico-deportivas.
- Elaborar informes sobre la calidad y adecuación de las propuestas y programas de actividad físico-deportiva desde el punto de vista biológico.
- Comprender e interpretar adecuadamente estudios, análisis e informes realizados en el ámbito de la actividad físico-deportiva desde el punto de vista biológico.
- Conocer los fundamentos de tendencias emergentes en la actividad física y calidad de vida.

## 1.12. Contenidos del programa / Course contents

Relaciones entre actividad física y salud. Evaluación básica de la salud previa y continuada de los programas de actividad física. Evaluación básica de la condición física orientada a la salud. Prescripción de actividad física orientada a la salud. Actividad física y salud en relación a diferentes sistemas fisiológicos y sus patologías. Actividad Física y salud en el currículum escolar. Relaciones y programas de intervención en actividad física y salud entre diferentes profesionales. Materiales y medios para realización de actividades físicas saludables.

## 1.13. Referencias de consulta / Course bibliography

### 1.14.1. Referencias de consulta básica

- American College of Sport Medicine (2006). ACSM's Metabolic Calculations Handbook: Lippincott Williams & Wilkins
- American College of Sport Medicine (1999). Manual ACSM para la valoración y prescripción de ejercicio. Paidotribo. Barcelona.
- American College of Sport Medicine (2000). Manual de consulta para el control y la prescripción de ejercicio. Paidotribo. Barcelona
- American College of Sport Medicine (2009). ACSM's Guidelines for Exercise Testing and Prescription. Lippincott Williams & Williams.



Asignatura: Actividad Física y Calidad de Vida  
Código: 16824  
Centro: Facultad de Formación de Profesorado y Educación  
Titulación: Grado de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte  
Nivel: Grado  
Tipo: Formación básica  
Nº de créditos: 6 (seis)

American College of Sport Medicine (2009). ACSM's exercise management for persons with chronic diseases and disabilities. Lippincott Williams & Williams  
Brooks, David & Brooks (2007). Libro del personal trainer. Paidotribo. Barcelona  
Earle, Roger W (2008) Manual NSCA Fundamentos del entrenamiento personal. Paidotribo Barcelona  
Heyward, Vivian H (2008) Evaluación de la Aptitud Física y Prescripción del Ejercicio. Médico Panamericana. Barcelona  
McAttee, R.E & Charland, J. (2010) Estiramientos facilitados. Médica Panamericana. Barcelona.  
López Mojares, Luis Miguel (2000). Actividad física y salud para ejecutivos y profesionales. Dossat.  
Pedersen, B.K. y Saltin, B. Evidence for prescribing exercise as therapy in chronic disease. Scand J Med Sci Sports 2006; 16 (Suppl. 1): 3–63  
Serra Grima JR [coordinador]. Prescripción de ejercicio físico para la salud. Barcelona: Paidotribo; 1996.  
Tercedor Sánchez P. Actividad física, condición física y salud. Sevilla: Wanceulen; 2001.  
Weineck, J. (2001). Salud, ejercicio y deporte. Barcelona: Paidotribo.

#### 1.14.1. Referencias de consulta complementaria

“DECLARACIÓN DE MADRID POR EL FOMENTO DE LA ACTIVIDAD FÍSICA”. Foro GanaSalud, 25 de enero de 2008. Comunidad de Madrid.  
Aboy Lafuente A, Galán Labaca I, García Merino I, Gurbindo Gutiérrez D, Martínez de Haro V, Miguel Tobal F. Asma y escuela. Madrid: Dirección General de Salud Pública de la Comunidad de Madrid; 2000. <http://www.comadrid.es/sanidad/indsalud.htm>  
Adolescencia y Deporte. Propuestas para un ocio saludable (pp. 117-132). Alcalá de Guadaíra (Sevilla): MAD.  
Agencia Española de Seguridad Alimentaria (2007). Nutrición, Actividad Física Y Prevención de la Obesidad. Estrategia NAOS. Panamericana. Madrid.  
<http://www.naos.aesan.msc.es/naos/ficheros/estrategia/estrategianaos.pdf>  
Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición. (2007). Actividad física saludable. Cuaderno del alumnado (Programa PERSEO). Ministerio de Sanidad y Consumo & Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición. (2007). Actividad física saludable. Guía para el profesorado de Educación Física (Programa PERSEO). Ministerio de Sanidad y Consumo & Ministerio de Educación y Ciencia (CIDE). Madrid  
[www.perseo.aesan.msps.es/es/profesorado/secciones/guia\\_material\\_didactico.shtml](http://www.perseo.aesan.msps.es/es/profesorado/secciones/guia_material_didactico.shtml)  
Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición. (2007). Actividad física y salud. Guía para las familias (Programa PERSEO). Ministerio de Sanidad y Consumo & Ministerio de Educación y Ciencia (CIDE). Madrid  
[http://www.perseo.aesan.msps.es/es/familia/subsecciones/actividad\\_fisica\\_guia\\_familias.shtml](http://www.perseo.aesan.msps.es/es/familia/subsecciones/actividad_fisica_guia_familias.shtml)  
Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición. (2007). Guía para una escuela activa y saludable (Programa PERSEO). Ministerio de Sanidad y Consumo (AESAN) y Ministerio de Educación, Política Social y Deporte (CIDE). Madrid  
[www.perseo.aesan.msps.es/es/profesorado/secciones/guia\\_material\\_didactico.shtml](http://www.perseo.aesan.msps.es/es/profesorado/secciones/guia_material_didactico.shtml)  
Almond L. El ejercicio físico y la salud en la escuela, en Devís, J. y Peiró, C. Nuevas perspectivas curriculares en Educación Física: la salud y los juegos modificados. Barcelona: INDE; 1992.  
Alonso Pérez, T. “Estudios de las lesiones o dolencias de espalda en una comunidad educativa” de Tomás Alonso Pérez. Ed: CV Ciencias del Deporte, Madrid, 2003. Edición en CD. Álvarez Barrios, M.J.; Cid Yagüe, L.; Martínez de Haro, V. y Muñoa Blas, J. "Respuesta a la diversidad en Educación Física", Págs. 347-354 en Ruiz Juan, F.; Carrillo López, R.J.; Alós Cívico, A.; Rueda Gálvez, F. y Lucena Godoy, A.B. (coordinadores) Educación Física y deporte escolar. Actas del VI Congreso Internacional, Ed. Gymnos. Madrid, 2005.



Asignatura: Actividad Física y Calidad de Vida  
Código: 16824  
Centro: Facultad de Formación de Profesorado y Educación  
Titulación: Grado de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte  
Nivel: Grado  
Tipo: Formación básica  
Nº de créditos: 6 (seis)

- American College of Sport Medicine. (1999). *Manual ACSM para la valoración y prescripción de ejercicio*. Barcelona: Paidotribo.
- American College of Sport Medicine. (2000). *Manual de consulta para el control y la prescripción de ejercicio*. Barcelona: Paidotribo.
- Arregui Eraña, J.A. y Martínez de Haro, V. "Estado actual de las investigaciones sobre la flexibilidad en la adolescencia" *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte (Rev.int.med.ciec.act.fis.deporte)* nº 2, junio 2001, ISSN: 1577-0354 <http://cdeporte.rediris.es/revista/revista2/artflexi.htm>.
- Aznar, S. y Webster, T. (2006) *Actividad física y salud en la infancia y la adolescencia. Guía para todas las personas que participan en su educación*. Ministerio de Educación y Ciencia. Madrid
- Blasco T. *Actividad física y salud*. Barcelona: Martínez Roca; 1994.
- Bouchard, C et al (edit.). *Physical activity, fitness and health: international proceedings and consensus statement*. Champaign, Ill, Human Kinetics Publishers; 1994.
- Cabello Oliveros, E., Del Campo Vecino, J., Martínez de Haro, V., y Cabra de la Torre, N. (2008). *Instalaciones deportivas escolares ¿saludables? Tándem* (27), 92-103.
- Cabra de la Torre, N., Cabello Oliveros, E., Martínez de Haro, V. y Del Campo Vecino, J. (2008). *Instalaciones deportivas escolares saludables*. En Herrero de Lucas, A. (Ed.), Cabra de la Torre, N., Cabello Oliveros, E., y Martínez de Haro, V. (2008). *Educación Física: Instalaciones saludables en Educación Primaria*. En L. Ariza Vargas y M. Guillén del Castillo (Eds.), *Actas IV Congreso Internacional y XXV Nacional de Educación Física*. Córdoba: Universidad de Córdoba e IAD.
- Campo Vecino, J.; Martínez de Haro, V.; Moya Morales, J.M. y Refoyo Román, I. (2008). "Condición Física y Salud" en el currículum LOGSE y LOE. *Revista Española de Educación Física y Deportes* (8), 27-40.
- Cano Vázquez JM et al. *Problemas de salud en la práctica físico-deportiva: actuaciones y adaptaciones curriculares*. Sevilla: Wanceulen; 1997.
- Cantó R, Jiménez J. *La columna vertebral en la edad escolar. La Postura correcta, Prevención y Educación*. Madrid: Gymnos; 1998.
- Carrasco, M.; Sanz-Arribas, I.; Martínez-de-Haro, V.; Cid-Yagüe, L. y Martínez-González-Moro, I. (2013) ¿El test "sit and reach" mide la flexibilidad? Un estudio de casos / Does the "sit and reach" test measures flexibility? A case study. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte* vol. 13 (52) pp. 749-770. [Http://cdeporte.rediris.es/revista/revista52/arttest425.htm](http://cdeporte.rediris.es/revista/revista52/arttest425.htm)
- Casimiro Andújar AJ. *Educación para la salud, actividad física y estilo de vida*. Almería: Universidad de Almería, Servicio de Publicaciones; 2000.
- Cid Yagüe, L. y Martínez de Haro, V. (2006). *Educación Física y Espalda*. *Revista Pedagógica ADAL* (11), 6-10, marzo 2006. ISSN: 1575-2429 D.L.: M-12510-1998.
- Del Campo Vecino, J.; Martínez de Haro, V. y Moya Morales, J.M. (2010) *El compromiso fisiológico en las clases de Educación Física: valoración de la intensidad del esfuerzo y del tiempo de actividad*. En Hernández Álvarez, J.L. y Velázquez Buendía, R. (Eds.) *LA EDUCACIÓN FÍSICA A ESTUDIO. EL PROFESORADO, EL ALUMNADO Y LOS PROCESOS DE ENSEÑANZA* (pp. 191-212). Barcelona: Graó.
- Del Campo Vecino, J.; Moya Morales, J.M.; Martínez de Haro, V.; Balsalobre-Fernández, C.; Pareja Galeano, H. y Tejedor González, C.M. (2011) "Frecuencia cardiaca manual vs. frecuencia cardiaca con pulsómetro, o sobre la eficiencia de los estudiantes de ciencias del deporte en la percepción táctil del pulso" en *I CONGRESO INTERNACIONAL: INNOVACIONES EN EDUCACIÓN FÍSICA. HACIA LA INCLUSIÓN EDUCATIVA*. CD-ROM. Murcia: Servicio de Publicaciones de la Universidad de Murcia.
- Delgado Fernández M et al. *Avances en actividad física y salud*. Puente Genil: Ayuntamiento de Puente Genil; 2001.
- Devís Devís J (coord.). *Actividad física, deporte y salud*. Barcelona: INDE; 2000.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.15366/rimcafd2016.61.005>



Asignatura: Actividad Física y Calidad de Vida  
Código: 16824  
Centro: Facultad de Formación de Profesorado y Educación  
Titulación: Grado de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte  
Nivel: Grado  
Tipo: Formación básica  
Nº de créditos: 6 (seis)

DOI: <http://dx.doi.org/10.15366/rimcafd2015.57.010>

Drobnic F. ¿Jugar, hacer deporte? Guía para niños asmáticos y sus padres. Madrid: Glaxo Wellcome; 1996.

Fraille Aranda A (coord.). Actividad física y salud en la escuela. Valladolid: Consejería de Educación y Cultura y Consejería de Sanidad y Bienestar Social; 1996.

Fraille Aranda A (coord.). Actividad física y salud. Valladolid: Consejería de Educación y Cultura y Consejería de Sanidad y Bienestar Social; 2003.

González Martín, J.; Martínez-de-Haro, V.; del Campo Vecino, J. y Cid-Yagüe, L. (2014) La enfermedad crónica en las clases de educación física / Chronic disease in physical education. Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte vol. 14 (55) pp. 577-589 [Http://cdeporte.rediris.es/revista/revista55/artenfermedad495.htm](http://cdeporte.rediris.es/revista/revista55/artenfermedad495.htm)

Gutiérrez Castañón, E.; Valbuena, Láiz, C.; Álvarez Barrio, M.J.; Cid Yagüe, L.; Martínez de Haro, V. y Muñoa Blas, J. Causas de absentismo en educación física en ESO. Selección 2007; 16 (2): 84-90.

Hernández Álvarez, J.L. y Martínez de Haro, V. "Las exenciones en Educación Física". Selección, Revista de Medicina de la Educación Física y del Deporte, nº.0. 1990: 49-52.

Hernández-Álvarez, J.L.; del-Campo-Vecino, J.; Martínez-de-Haro, V. y Moya-Morales. J.M. (2010). Percepción de esfuerzo en Educación Física y su relación con las directrices sobre actividad física. Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte vol. 10 (40) pp. 609-619. [Http://cdeporte.rediris.es/revista/revista40/artpercepcion185.htm](http://cdeporte.rediris.es/revista/revista40/artpercepcion185.htm)

Howley, E. T., & Franks, B. D. (1995). *Manual del técnico en salud y fitness*. Barcelona: Paidotribo.

IV Congreso Internacional Universitario de la Ciencias de la Salud y el Deporte. Ponencias, Comunicaciones y Pósteres. (2010). In V. Martínez de Haro (Eds.) Available from <http://cdeporte.rediris.es/biblioteca/biblioteca.html>

Libro de ponencias, abstracts y pósters del III Congreso Internacional Universitario sobre las Ciencias de la Salud y el Deporte (pp. 229-232). Madrid: Fundación Atlético de Madrid.

Marín Fernández B(coord.). Ejercicio físico y el deporte: de la prevención a la terapéutica. Oviedo: Servicio de Publicaciones de la Universidad de Oviedo; 1999.

Martín Escudero P. Manual práctico: Ejercicio físico en el paciente VIH. Madrid: MSD; 2001.

Martínez de Haro, V. "El profesor de Educación Física como agente de salud" en "Actas del XIX Congreso Nacional de Educación Física" Págs. 127-136. Ed. Universidad de Murcia, Murcia, 2001.

Martínez de Haro, V., Álvarez Barrio, M. J., Del Campo Vecino, J., Moya Morales, J. M., Cabra de la Torre, N., Cabello Oliveros, E. y Muñoa Blas, J. (2008). Pruebas de condición física para evaluar la salud. In L. Ariza Vargas & M. Guillén del Castillo (Eds.), Actas IV Congreso Internacional y XXV Nacional de Educación Física (Vol. CD). Córdoba: Universidad de Córdoba e IAD.

Martínez de Haro V. Relación entre la Educación Física y la salud. En: Actas del XX Congreso Nacional "Educación Física y Universidad". Guadalajara: Servicio de publicaciones Universidad de Alcalá; 2002. Edición en CD.

Martínez de Haro, V. "bloque IV - Salud Corporal" en Lleixà Arribas, T. y Torres Beltrán, A. (coordinadores) Manual fichero Educación Física Primaria Reforma. Ed. Paidotribo S.A. Barcelona, 1992.

Martínez de Haro, V. "Cap. 20: La colaboración entre el Profesor de Educación Física y el Médico Especialista", págs. 177-181, en Santonja Medina, F. y Martínez González-Moro, I.(coordinadores) en Valoración médico-deportiva del escolar. Ed. Universidad de Murcia. Murcia, 1992.

Martínez de Haro, V. "Educación Física y asma", Págs. 1035-1044 en Saénz López-Buñuel, P.; Tierra Orta, J. y Díaz Trillo, M. (coordinadores) Actas del XVII Congreso Nacional de Educación Física, vol. II, Ed. I.A.D., Huelva, 1999.

Martínez de Haro, V. "El Deporte en la Salud Pública. Su estudio a través de los mapas cerebrales". Ed. Universidad Complutense de Madrid, 1992.



Asignatura: Actividad Física y Calidad de Vida  
Código: 16824  
Centro: Facultad de Formación de Profesorado y Educación  
Titulación: Grado de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte  
Nivel: Grado  
Tipo: Formación básica  
Nº de créditos: 6 (seis)

- Martínez de Haro, V. "El peritaje médico-deportivo". Sport & Medicina nº 25. Enero-Febrero 1994: 32-35.
- Martínez de Haro, V. "En forma a los 40 años". Suplemento Medicina y Calidad de vida nº 64. La Vanguardia. Viernes, 3 enero 1992: 11.
- Martínez de Haro, V. "Estudio psico y neurofisiológico de las funciones cognitivas en deportistas". Ed. CV Ciencias del Deporte. Septiembre, 1986.
- Martínez de Haro, V. "La biología elige a sus campeones". Suplemento Medicina y Calidad de vida, nº 71. La Vanguardia. Viernes, 21 de febrero de 1992: 5 - 7.
- Martínez de Haro, V. "Un programa de Educación Física para pacientes psiquiátricos agudos". Apunts Educació Física, nº.3, Marzo 1986, págs 37-43.
- Martínez de Haro, V. (2005) "6. Deporte y Salud" en Martínez de Haro, V. (coord..) Aro Azul. 10 Valores del Deporte págs. 71-87 Ed. Consejería de Cultura y Deportes de la Comunidad de Madrid, Madrid. Publicación que forma parte del proyecto "Deporte, Olimpismo y Ciudadanía".
- Martínez de Haro, V. (2009) ¿El currículum de Educación Física en Educación Secundaria está realmente vinculado a la salud? Boletín Foro GanaSalud nº 3, 15 de enero de 2009.  
[http://www.foroganasalud.es/boletines/info\\_3/curriculum\\_EF\\_secundaria.pdf](http://www.foroganasalud.es/boletines/info_3/curriculum_EF_secundaria.pdf)
- Martínez de Haro, V. (2009) El área de Educación para la salud. Boletín Foro GanaSalud nº 3, 15 de enero de 2009.  
[http://www.foroganasalud.es/boletines/info\\_3/presentacion\\_responsable\\_area.pdf](http://www.foroganasalud.es/boletines/info_3/presentacion_responsable_area.pdf)
- Martínez de Haro, V. (2010). La influencia de los medios de comunicación deportivos en los comportamientos deportivos de los adolescentes. En M. A. M. Cevidanes (Ed.),
- Martínez de Haro, V. "Actividad física y espalda" en Martínez de Haro, V. y Miguel Tobal, F. (coord..) Presentaciones del curso prevención médica y escolar de los problemas de espalda Ed. Escuela de Medicina de la Educación Física y el Deporte de la Universidad Complutense de Madrid y Fundación Kovacs. Madrid, 2004 Edición en CD.
- Martínez de Haro, V. y Cid Yagüe, L. "Evaluación fisiológica y de la salud en Educación Física" págs. 32-38 Revista Pedagógica ADAL nº 13, marzo 2007.
- Martínez de Haro, V. y Cid Yagüe, L. (2005). Actuaciones en Educación Física para un Programa de Educación de la Salud. Revista Pedagógica ADAL(9), 16-24.
- Martínez de Haro, V. y Cid Yagüe, L. (2006). La espalda en la Educación Física. Revista Pedagógica ADAL (12), 8-12, diciembre 2006.
- Martínez de Haro, V., Aguado Gómez, R., Álvarez Barrio, M.J., del Campo Vecino, J., Cid Yagüe, L., & Muñoa Blas, J. (2010). Pruebas de condición física y salud: nuevo marco conceptual y procedimental. In M. A. Torralba Jordán, P. M. Gutiérrez, M. de Fuentes de Fuentes, J. Calvo Lajusticia & J. F. Cardozo (Eds.), V Congreso Internacional XXVI Congreso Nacional Educación Física Barcelona 2010. Docencia, innovación e investigación en educación física (pp. 69-77): Editorial INDE. I.S.B.N. 978-84-9729-201-6
- Martínez de Haro, V., Álvarez Barrio, M. J., Del Campo Vecino, J., Cid Yagüe, L., Muñoa Blas, J. y Quintana Yáñez, A. (2008). Dimensiones de la Salud y Educación Física. En Herrero de Lucas, A. (Ed.), Libro de ponencias, abstracts y pósters del III Congreso Internacional Universitario sobre las Ciencias de la Salud y el Deporte (pp. 181-184). Madrid: Fundación Atlético de Madrid
- Martínez de Haro, V., Álvarez Barrio, M. J., del Campo Vecino, J., Cid Yagüe, L., Muñoa Blas, J., Quintana Yáñez, A. y Tejero González, C.M. (2009). El entrenador personal de la mujer en el embarazo y postparto. Madrid: Pila Teleña.
- Martínez de Haro, V., Álvarez Barrio, M. J., del Campo Vecino, J., Cid Yagüe, L., Muñoa Blas, J., Quintana Yáñez, A. y Tejero González, C.M. (2009). El entrenador personal de tu bebé. Madrid: Pila Teleña
- Martínez de Haro, V., Cid Yagüe, L., Álvarez Barrio, M.J., & Muñoa Blas, J. (2013). La evaluación de la capacidad física teniendo en cuenta los factores psicosociales In V. M. López Pastor, C. Vallés Rapp & R. Monjas Aguado (Eds.), La Evaluación de Competencias en Educación Superior. La evaluación formativa y compartida en enseñanza universitaria (vol. CD) (pp. 1-10). Segovia: Red Nacional de Evaluación Formativa. ISBN: 978-84-616-6011-7





Asignatura: Actividad Física y Calidad de Vida  
Código: 16824  
Centro: Facultad de Formación de Profesorado y Educación  
Titulación: Grado de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte  
Nivel: Grado  
Tipo: Formación básica  
Nº de créditos: 6 (seis)

- Martínez de Haro, V., Cid Yagüe, L., Álvarez Barrio, M.J., & Sanz Arribas, I. (2013). La incorporación de la sesión clínica en el proceso de enseñanza y aprendizaje del alumnado de grado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. In V. M. López Pastor, C. Vallés Rapp & R. Monjas Aguado (Eds.), *La Evaluación de Competencias en Educación Superior. La evaluación formativa y compartida en enseñanza universitaria* (vol. CD) (pp. 1-8). Segovia: Red Nacional de Evaluación Formativa. ISBN: 978-84-616-6011-7
- Martínez de Haro, V., Cid Yagüe, L., Álvarez Barrio, M.J., del Campo Vecino, J. y Sanz Arribas, I. (2012). Posibles riesgos de la actividad física sobre la salud. En B. Sañudo Corrales, V. Martínez de Haro y J. Muñoa Blas (Eds.), *Actividad Física en poblaciones especiales. Salud y calidad de vida* (pp. 11-38). Sevilla: Wanceulen editorial y Observatorio del tenis. ISBN: 978-84-9993-260-6 D.L. SE-930-2012
- Martínez de Haro, V., Cid Yagüe, L., Álvarez Barrios, M. J., & Miguel Tobal, F. (2013). El docente de la actividad física y las enfermedades respiratorias. In M. A. Ponce González, N. Santana Rodríguez & J. A. Ruiz Caballero (Eds.), *Aparato respiratorio y actividad física* (pp. 403-410). Barcelona: NOVARTIS. ISBN: 978-84-695-7250-4
- Martínez de Haro, V., del Campo Vecino, J., Álvarez Barrio, M. J. y Cid Yagüe, L. (2008). Métodos epidemiológicos en la actividad física. En *II Congreso Internacional de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. "Los desafíos del Deporte Actual: Nuevas Estrategias y Tecnologías"* (Vol. CD). Madrid: Universidad Europea de Madrid.
- Martínez de Haro, V., del Campo Vecino, J., Cid Yagüe, L. y Muñoa Blas, J. (2008). Enfermedades crónicas del alumnado y adaptaciones curriculares. En *II Congreso Internacional de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. "Los desafíos del Deporte Actual: Nuevas Estrategias y Tecnologías"* (Vol. CD). Madrid: Universidad Europea de Madrid.
- Martínez de Haro, V., García de León Álvarez, M. y González Sanz, L. "Electroencefalograma computarizado y reflejo psicogalvánico en deportistas". *Archivos de Medicina del Deporte*. Julio-septiembre 1987. Volumen IV, nº.15, págs.257-262.
- Martínez de Haro, V., García de León Álvarez, M. y González Sanz, L. "Psychophysiological and neurophysiological study of cognitive function in elite sportsmen". *Electroenceph. clin. Neurophysiol.* Volume 69 - Number 4, p.295-401; 66P-67P. April 1988.
- Martínez de Haro, V., Hernández Álvarez, J.L. y Velázquez Buendía, R. "Salud e integración". *Cuadernos de Pedagogía*, nº.149. Junio, 1987, págs.27-29.
- Martínez de Haro, V., Pareja Galeano, H., Álvarez Barrio, M. J., del Campo Vecino, J., Cid Yagüe, L., Muñoa Blas, J., Quintana Yañez, A. y Tejero González, C.M. (2009). The "health cube": its development and application to physical activity. In M. Gonzalez-Gross; D. Cañada; J. Valtueña; U. Albers; & P. J. Benito (Eds.), *Physical Activity and Health Education in European Schools* (pp. 194-196). Madrid: Universidad Politécnica de Madrid.
- Martínez de Haro, V.; Álvarez Barrio, M.J.; Cid Yagüe, L. y Sanz Arribas, I. (2015) Aspectos de salud en Educación Física en la comunidad de Madrid (España) / Health Aspects of Physical Education in the Community of Madrid (Spain). *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte* vol. 15 (57) pp. 151-164.  
[Http://cdeporte.rediris.es/revista/revista57/artaspectos547.htm](http://cdeporte.rediris.es/revista/revista57/artaspectos547.htm)
- Martínez de Haro, V.; Álvarez Barrio, M.J.; del Campo Vecino, J.; Cid Yagüe, L. y Muñoa Blas, J. (2009) Enfermedades crónicas y educación física en M. Guillén del Castillo y L. Ariza Vargas (coord.) *Las ciencias de la Actividad Física y el Deporte como fundamento para la práctica deportiva* (pp. 361-382). Córdoba: Servicio de Publicaciones de la Universidad de Córdoba.
- Martínez de Haro, V.; Álvarez Barrios, M.J.; Cid Yagüe, L. y Muñoa Blas, J. (2005) "Tareas del profesorado de Educación Física respecto a la salud en un centro docente" págs. 378-385 en Bielsa, R.; Rivero, A.; Molina, J.J. y Manzano, A.. *Congreso Internacional UEM. Actividad Física y deporte en la sociedad del siglo XXI*. Ed. Universidad Europea de Madrid, Madrid.
- Martínez de Haro, V.; Álvarez Barrios, M.J.; Cid Yagüe, L.; Garoz Puerta, I.; Vega Marcos, R. de la y Villagra Astudillo, A. "Evaluación de la Salud en Educación Física", Págs. 313-317 en Ruiz Juan, F. y González del Hoyo, E.P. (coordinadores) *Educación Física y deporte escolar*. Actas del V Congreso Internacional de FEADDEF, Ed. AVAPEF. Valladolid, 2003.



Asignatura: Actividad Física y Calidad de Vida  
Código: 16824  
Centro: Facultad de Formación de Profesorado y Educación  
Titulación: Grado de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte  
Nivel: Grado  
Tipo: Formación básica  
Nº de créditos: 6 (seis)

- Martínez de Haro, V.; Cid Yagüe, L.; Álvarez Barrio, M.J.; del Campo Vecino, J. y Sanz Arribas, I. (2012). Posibles riesgos de la actividad física sobre la salud. En B. Sañudo Corrales, V. Martínez de Haro y J. Muñoa Blas (Eds.), *Actividad Física en poblaciones especiales. Salud y calidad de vida* (pp. 11-38). Sevilla: Wanceulen editorial y Observatorio del tenis.
- Martínez de Haro, V.; Ramos Álvarez J.J. y Portela García-Miguel, J. "Relación entre el test sit-up (Eurofit) y los datos antropométricos". *Apunts medicina de l'esport*. vol XXXII. Nº 124. p. 81-88. Abril-Juny 1995.
- Martínez-de-Haro, V.; Pareja-Galeano, H.; Álvarez-Barrio, M.J.; del-Campo-Vecino, J.; Cid-Yagüe, L. y Muñoa-Blas, J. (2011). Sistema gráfico para evaluar la actividad física en relación a la salud. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte* vol. 11 (43) pp. 608-618. <http://cdeporte.rediris.es/revista/revista43/artsistema207.htm>
- Martínez-Gómez, D., Martínez-de-Haro, V., Pozo, T., Welk, G. J., Villagra, A., Calle, M. E., et al. (2009). Fiabilidad y validez del cuestionario de actividad física PAQ-A en adolescentes españoles. *Revista Española de Salud Pública*, 83(3), 427-439.
- Martínez-Gómez, D.; Martínez-de-Haro, V.; Del-Campo, J.; Zapatera, B.; Welk, G.J.; Villagra, A.; Marcos, A. y Veiga, O.L. (2009). Validez de cuatro cuestionarios para valorar la actividad física en adolescentes españoles. *Gac Sanit.* 23(6): 512-517.
- Ministerio de Educación y Ciencia (CIDE). Madrid  
[www.perseo.aesan.msps.es/es/profesorado/secciones/guia\\_material\\_didactico.shtml](http://www.perseo.aesan.msps.es/es/profesorado/secciones/guia_material_didactico.shtml)
- Ministerio de Sanidad y Consumo & Ministerio de Educación y Ciencia (CIDE). Madrid
- Moral Moreno, L. y Martínez de Haro, V. (2010). La Jornada escolar ¿Promotora de salud cardiovascular? En V. Martínez de Haro (Ed.), *IV Congreso Internacional Universitario de las Ciencias de la Salud y del Deporte. Ponencias, comunicaciones y pósteres* (pp. 346-347). Madrid: Sanitas.
- Muñoa Blas, J., y Martínez de Haro, V. (2010). Actividad física y salud en el currículum de Educación Física. En V. Martínez de Haro (Ed.), *ACTIVIDAD FÍSICA, SALUD Y CALIDAD DE VIDA* (pp. 63-78). Segovia: Fundación Estudiantes.
- Naranjo Díaz, C., y Martínez de Haro, V. (2008). Enfermedades crónicas en escolares de enseñanza secundaria de Madrid. *Revista Española de Educación Física y Deportes* (8), 55-64.
- Paredes Hernández, V., Martínez de Haro, V., Pareja Galeano, H., del Campo Vecino, J., Cid Yagüe, L. y Tejero González, C. M. (2010). Aplicación del "Cubo de la Salud" en la readaptación de lesiones en fútbol profesional. En V. Martínez de Haro (Ed.), *IV Congreso Internacional Universitario de las Ciencias de la Salud y del Deporte. Ponencias, comunicaciones y pósteres* (pp. 344-345). Madrid: Sanitas
- Portela García-Miguel, J.; Martínez de Haro, V. y Ramos Álvarez J.J. "Análisis multivariante de datos antropométricos y pruebas Eurofit". *Apunts medicina de l'esport*, vol XXXI. Nº 121. p. 187-194. Setembre 1994.
- Ramos Álvarez, J. J., y Martínez de Haro, V. (2009). El Deporte Paralímpico. En R. Ansóñ (Ed.), *El Olimpismo* (2ª ed., pp. 356-366). Madrid: Universidad Camilo José Cela.
- Ramos Álvarez, J.J. y Martínez de Haro, V. "Relación entre varias pruebas físicas del Test Eurofit y datos antropométricos". *Revista on-line Áskesis* ([http://www.askesis.arrakis.es/numero\\_7/Portada7.htm](http://www.askesis.arrakis.es/numero_7/Portada7.htm))
- Ramos Álvarez, J.J., Castillo Campos, M.J. del, Lara Hernández, M.T. y Martínez De Haro, V. "Características antropométricas de la mujer futbolista de élite". *Selección* 11 (1): 12-17, 2002.
- Roberto Velázquez Buendía, Juan Luis Hernández Alvarez, María Eugenia Martínez Gorroño, Vicente Martínez de Haro (2011) *Educación Física y conocimiento teórico-conceptual: estudio trans-cultural en Argentina, Brasil y España*. *Revista de educación*, Nº 356, 2011, págs. 653-675 DOI: 10-4438/1988-592X-RE-2010-356-055
- Rodríguez Martínez, A.B., Martínez de Haro, V., & Plaza Escribano, C. (2009). The Camino de Santiago. A healthy experience. In M. Gonzalez-Gross, D. Cañada, J. Valtueña, U. Albers, & P. J. Benito (Eds.), *Physical Activity and Health Education in European Schools* (pp. 215-216). Madrid: Universidad Politécnica de Madrid.



Asignatura: Actividad Física y Calidad de Vida  
Código: 16824  
Centro: Facultad de Formación de Profesorado y Educación  
Titulación: Grado de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte  
Nivel: Grado  
Tipo: Formación básica  
Nº de créditos: 6 (seis)

Ruiz Navarro F, Rodríguez García PL (coord.). Educación física, deporte y salud. Murcia: Universidad de Murcia; 1998.

Sanz Arribas, I., Cid Yagüe, L., Álvarez Barrio, M.J., del Campo Vecino, J., Cordero Rodríguez, Y., Salas Costilla, F., et al. (2013). Actividad Física, Salud y Calidad de Vida vol. II. In V.

Martínez de Haro & J. Muñoa Blas (Eds.) Available from <http://cvcienciasdeldeporte.bubok.es/>, <http://www.lulu.com/spotlight/CienciasDeporte>

Sanz Arribas, I.; Martínez de Haro, V. y Cid Yagüe, L. (2016). ¿Influye la especialización en los estilos de natación sobre la extensibilidad isquiosural? / Does Swimming Styles Specialization Influence the Hamstring Muscle Extensibility? Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte vol. 16 (61) pp. 55-68.

<Http://cdeporte.rediris.es/revista/revista61/artinfluencia682.htm>

Tejero, C.M., Martínez de Haro, V., del Campo, J., Balsalobre, C., Muñoz, A., San Deogracias, I. y Villarubia, A. (2010) LA FLEXION SOSTENIDA EN BARRA COMO VARIABLE PREDICTORA DEL INDICE DE FUERZA DE MOREHOUSE. En III Congreso Internacional de ciencias del deporte y la educación física. VI Seminario Nacional de Nutrición, Medicina y Rendimiento Deportivo. Editorial y Centro de Formación Alto Rendimiento. CD Colección Congresos Nº 13.

## 2. Métodos docentes / Teaching methodology

- Exposición teórico-práctica del conocimiento.
- Dirección y moderación de debates.
- Supervisión de tareas a realizar por los estudiantes y dirección de la puesta en común de las mismas.
- Análisis y estudio de casos y/o documentación relevante.
- Dirección y supervisión de trabajos autónomos del estudiante.
- Tutorías personalizadas.

## 3. Tiempo de trabajo del estudiante / Student workload

		Nº de horas	Porcentaje
Presencial	Clases teóricas	46 h	60 horas
	Clases prácticas		
	Tutorías programadas a lo largo del semestre	4 h	
	Seminarios	8 h	
	Realización del exámenes y pruebas	2 h	
No presencial	Realización de actividades prácticas	90 h	90 horas
	Estudio semanal		
	Preparación del examen		
<b>Carga total de horas de trabajo: 25 horas x 6 ECTS</b>		<b>150 h</b>	



Asignatura: Actividad Física y Calidad de Vida  
Código: 16824  
Centro: Facultad de Formación de Profesorado y Educación  
Titulación: Grado de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte  
Nivel: Grado  
Tipo: Formación básica  
Nº de créditos: 6 (seis)

#### 4. Métodos de evaluación y porcentaje en la calificación final / Evaluation procedures and weight of components in the final grade

La evaluación en esta materia estará compuesta de tres apartados:

- a) Examen y/o trabajo sobre contenidos teóricos de la materia que el alumnado deberá superar con una nota mínima de 5 puntos. Esta calificación supondrá un 45 % de la calificación.
- b) Examen y/o trabajo sobre los contenidos prácticos de la materia que el alumnado deberá superar con una nota mínima de 5 puntos. Esta calificación supondrá un el 45 % de la calificación.
- c) Valoración del profesor de la participación y actitud del estudiante. Este apartado se ponderará con 10% de la calificación y será determinante para obtener la calificación de Matrícula de Honor y Sobresaliente.

#### Observaciones

- Para obtener el aprobado en el conjunto de la asignatura será necesario obtener 5 puntos sobre 10 en la evaluación de los apartados a) y b, siendo por tanto necesario superar cada uno de forma independiente.
- El profesorado podrá proponer a los estudiantes la posibilidad de realizar trabajos voluntarios a iniciativa propia, en relación con la temática de la asignatura. Éstos permitirán mejorar la calificación final (hasta un máximo de 2 puntos) una vez obtenida la suficiencia (5 puntos) por el procedimiento general de evaluación anteriormente descrito.

#### Ética en la evaluación

- Los plagios en los trabajos y la falta de cita de los autores en los mismos harán que se suspenda automáticamente la materia. Se entiende que prácticamente todo el material utilizado por el alumnado tiene un autor.
- Cuando un profesorado observe conductas o actos en un estudiante incompatibles con la probidad y la ética, con independencia de su posible repercusión en la calificación de la prueba, podrá solicitar del Rector la incoación del correspondiente expediente informativo al estudiante en cuestión (art 10.3 del Normativa de Evaluación Académica de la Universidad)



Asignatura: Actividad Física y Calidad de Vida  
Código: 16824  
Centro: Facultad de Formación de Profesorado y Educación  
Titulación: Grado de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte  
Nivel: Grado  
Tipo: Formación básica  
Nº de créditos: 6 (seis)

## 5. Cronograma / Course calendar

Semana Week	Contenido Contents	Horas presenciales Contact hours	Horas no presenciales Independent study time
1	Presentación. Generalidades: salud, calidad de vida, enfermedad, actividad física. Confidencialidad y protección de datos.	3,5 h	5
2	Fundamentos de la actividad física y condición física orientando a la salud.	3,5 h	5
3	Evaluación básica de la salud y la condición física en programas de actividad física orientada a la salud. Salud previa.	3,5 h	5
4	Control de crecimiento y desarrollo	3,5 h	5
5	Prescripción de actividad física orientada a la salud. Generalidades	3,5 h	5
6-9	Actividad física y enfermedades crónicas	14 h	15
10	Aspectos psicosociales y AF relacionada con la salud	3,5 h	5
11	Dopaje. Peritaje	3,5 h.	
12	Atención a la diversidad	3,5 h	5
13	Instalaciones y salud	3,5 h.	5
14	Actividad Física y salud en los Centros Docentes. Salud y currículum de EF.	3,5 h	5



Asignatura: Actividad Física y Calidad de Vida  
Código: 16824  
Centro: Facultad de Formación de Profesorado y Educación  
Titulación: Grado de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte  
Nivel: Grado  
Tipo: Formación básica  
Nº de créditos: 6 (seis)

Semana Week	Contenido Contents	Horas presenciales Contact hours	Horas no presenciales Independent study time
15	Accidentes, lesiones, prevención, seguridad y primeros auxilios.	3,5 h	5
16	Evaluación final	3,5 h	5
	Tutorías programadas según ritmo de aprendizaje	4	
	TOTAL	60 h	90 h

Las horas de programación de seminarios han sido distribuidas entre las 16 semanas del semestre (0.5 horas complementarias) y, por tanto, forman parte del horario de obligado cumplimiento para estudiantes y profesorado. El docente podrá, cuando así sea necesario por las características de la actividad a realizar (práctica fuera de la universidad, visita didáctica, asistencia a una conferencia relevante para la formación,...) agrupar las 8 horas en algunas de las semanas del semestre.