

**FICHA IDENTIFICATIVA****DATOS DE LA ASIGNATURA****Código:** 43321**Nombre:** Promoción de la salud y bienestar psicológico y social**Ciclo:** Máster Universitario Oficial**Créditos ECTS:** 3**Curso académico:** 2025-26**TITULACIONES**

Titulación	Centro	Curso	Periodo
2151 - MU Intervenciones Psicológicas en Ámbitos Sociales	Facultat de Psicologia i Logopèdia	1	Primer cuatrimestre

MATERIAS

Titulación	Materia	Carácter
2151 - MU Intervenciones Psicológicas en Ámbitos Sociales	Promoción psicológica del bienestar psicológico, social y comunitario	OBLIGATORIA

COORDINACIÓN

CASTILLO FERNANDEZ ISABEL MARIA

ALVAREZ SOLVES JOSE OCTAVIO

RESUMEN

La asignatura Promoción de la salud y bienestar psicológico y social consta de un total de 3 créditos teórico-prácticos. Es una asignatura cuatrimestral que se imparte en el primer curso durante el primer cuatrimestre y forma parte de la agrupación de asignaturas que conforman el módulo Promoción psicológica del bienestar psicológico, social y comunitario.

Esta asignatura pretende ofrecer al alumno/a una visión conjunta e integrada de los factores psicosociales que pueden favorecer y/o poner en riesgo la salud y el bienestar de las personas, así como que aprendan las vías de evaluación de las conductas de salud y sepan definir estrategias de cambio para la mejora de la salud y el bienestar.

CONOCIMIENTOS PREVIOS**RELACIÓN CON OTRAS ASIGNATURAS DE LA MISMA TITULACIÓN**

No se han especificado restricciones de matrícula con otras asignaturas del plan de estudios.



OTROS TIPOS DE REQUISITOS

COMPETENCIAS / RESULTADOS DE APRENDIZAJE

-

Entender las bases biológicas de los procesos psíquicos y comportamientos tanto en su funcionamiento normal como patológico así como los principios y elementos básicos para la aplicación de técnicas de intervención aplicadas a la salud física y mental.

DESCRIPCIÓN DE CONTENIDOS

1. Bienestar, indicadores y determinantes motivacionales

Definición conceptual del bienestar

Indicadores del bienestar

Determinantes motivacionales del bienestar

2. Estilos de vida relacionados con la salud: Concepto, Variables y Dimensiones

Definición conceptual de los estilos de vida

Variables que componen el estilo de vida

Dimensiones del estilo de vida

3. Correlatos psicosociales de los estilos de vida relacionados con la Salud y el Bienestar en la adolescencia

Valores. Autoestima. Motivación. Procesos de influencia social.

4. Bienestar y Estilos de vida relacionados con la Salud: Teorías motivacionales

Teoría de las metas de logro

Teoría de la autodeterminación.



5. Instrumentos de evaluación de la salud, el bienestar y la motivación

Instrumentos de evaluación de los estilos de vida

Instrumentos de evaluación del bienestar psicológico, subjetivo y social

Instrumentos de evaluación de variables motivacionales.

6. Diseño y aplicación de programas de intervención para la promoción de la salud y el bienestar

Diseño e implementación del programa TARGET.

VOLUMEN DE TRABAJO (HORAS)

ACTIVIDADES PRESENCIALES

Actividad	Horas
Tutorías	9,00
Teoría-Prácticas	21,00
Total horas	30,00

ACTIVIDADES NO PRESENCIALES

Actividad	Horas
Asistencia a otras actividades	0,00
Elaboración de trabajos individuales o en grupo	15,00
Estudio y trabajo autónomo	20,00
Preparación de clases	0,00
Preparación de actividades de evaluación	10,00
Resolución de casos prácticos	0,00
Total horas	45,00

METODOLOGÍA DOCENTE

La metodología docente utilizada en el desarrollo de esta asignatura incluirá los siguientes métodos:

- Exposiciones teóricas por parte del profesor/a: presentación y análisis en el aula de los conceptos y teorías clave de la Psicología Social del Deporte, mediante lección magistral y desarrollo de dinámicas en el aula.
- Prácticas y actividades realizadas por los estudiantes en el aula.
- Tutorías presenciales o virtuales.



- Trabajo autónomo de los estudiantes fuera del aula, elaborando prácticas individuales y en grupo.
- Presentación de los estudiantes en el aula de los informes y trabajos prácticos realizados.

EVALUACIÓN

La evaluación de la asignatura se realizará en función de dos criterios complementarios: evaluación del proceso de aprendizaje (60%) y evaluación de resultados (40%).

1. La evaluación del proceso de aprendizaje (evaluación continua de los conocimientos, habilidades y competencias que se van adquiriendo o consolidando) se realizará mediante las actividades y trabajos programados en los diferentes temas.

Se consultarán fuentes de datos estadísticos sobre resultados de programas que fomenten la práctica saludable de actividad física. Se estudiarán a través de las plataformas de los proyectos, diversos proyectos que basen su intervención en el fomento de la salud a través de la práctica de actividad física.

2. La evaluación del rendimiento se realizará en clase con una prueba individual (con preguntas tipo test y preguntas cortas). La nota máxima que se obtendrá será de 4 puntos.

En caso de que un alumno/a no haya podido seguir la evaluación continua, al menos con un 80% de entrega de todas las actividades y prueba individual realizada en horario de clases (por tanto presencialidad al menos del 80%), estará obligado a realizar el examen oficial de la asignatura el día y hora fijado por la dirección del master, tanto en primera como en segunda convocatoria.

Ante prácticas fraudulentas se procederá según lo determinado por el Protocolo de actuación ante prácticas fraudulentas en la Universitat de València (ACGUV 123/2020): <https://www.uv.es/sgeneral/Protocols/C83sp.pdf>

BIBLIOGRAFÍA

Referencias Básicas

Álvarez, O., Falcó, C., Estevan, I., Molina-García, J., y Castillo, I. (2013). Intervención psicológica en un equipo de gimnasia rítmica deportiva: Estudio de un caso. *Revista de Psicología del Deporte*, 22(2), 395-401.

García-Merita, M., Balaguer, I., Castillo, I., Álvarez, M. y Mars, L. (2010). Eficacia de un programa de intervención para mejorar la competencia, autonomía y bienestar de educadores de centros de protección de menores. *Educación XX1*, 13(2), 199-215.

Pastor, Y., Balaguer, I. y García-Merita, M. L. (1999). *Estilo de vida y salud*. Albatros.



Referencias Complementarias

Balaguer, I. (2010). Clima motivacional y bienestar. Actuación de los entrenadores. En J.M. Buceta y E. Larumbe. *Experiencias en psicología del deporte* (pp. 181-202). Madrid: Dykinson.

Balaguer, I., Castillo, I., González-García, L., y Fabra, P. (2023). Factores motivacionales promotores de los estilos de vida activos en la adolescencia. En R. Mendoza, R. Santos-Rocha, y B. Gil (Eds.). *La promoción de la actividad física en la sociedad contemporánea* (pp. 179-191). Díaz de Santos.

Blanco, A. y Rodríguez, J. (2007). *Intervención psicosocial*. Prentice Hall.

Castillo, I., y Álvarez, O. (2023). *Psicología Social de la actividad física, el deporte y el ejercicio*. McGrawHill.

Castillo, I., Balaguer, I., García-Merita, M. y Valcárcel, P. (2004). El papel de la familia y de los pares en el estilo de vida de los adolescentes. *Encuentros en Psicología Social*, 2(1), 20-26.