



FITXA IDENTIFICATIVA

DADES DE L'ASSIGNATURA

Codi: 43321

Nom: Promoció de la salut i benestar psicològic i social

Cicle: Màster Universitari Oficial

Crèdits ECTS: 3

Curs acadèmic: 2025-26

TITULACIONS

Titulació	Centre	Curs	Període
2151 - MU en intervencions psicològiques en àmbits socials	Facultat de Psicologia i Logopèdia	1	Primer quadrimestre

MATÈRIES

Titulació	Matèria	Caràcter
2151 - MU en intervencions psicològiques en àmbits socials	Promoció psicològica del benestar psicològic, social i comunitari	OBLIGATÒRIA

COORDINACIÓ

CASTILLO FERNANDEZ ISABEL MARIA

ALVAREZ SOLVES JOSE OCTAVIO

RESUM

L'assignatura Promoció de la salut i benestar psicològic i social consta d'un total de 3 crèdits teoricopràctics. És una assignatura quadrimestral que s'impartix en el primer curs durant el primer quadrimestre i forma part de l'agrupació d'assignatures que conformen el mòdul Promoció psicològica del benestar psicològic, social i comunitari.

Esta assignatura pretén oferir a l'alumne/a una visió conjunta i integrada dels factors psicosocials que poden afavorir i/o posar en risc la salut i el benestar de les persones, així com que aprenguen les vies d'avaluació de les conductes de salut i sàpien definir estratègies de canvi per a la millora de la salut i el benestar.

CONEIXEMENTS PREVIS

RELACIÓ AMB ALTRES ASSIGNATURES DE LA MATEIXA TITULACIÓ



No s'ha especificat restriccions de matrícula amb altres assignatures del pla d'estudis.

COMPETÈNCIES / RESULTATS D' APRENTATGE

2151 - MU en intervencions psicològiques en àmbits socials

Ser capaç de treballar i de reconèixer el caràcter interdisciplinari que té la psicologia de la intervenció social amb altres dimensions i serveis del sistema social (educativa, sanitària, política, etc.).

DESCRIPCIÓ DE CONTINGUTS

1. Benestar, indicadors i determinants motivacionals

Definició conceptual del benestar

Indicadors del benestar

Determinants motivacionals del benestar

2. Estils de vida relacionats amb la salut: Concepte, variables i dimensions

Definició conceptual dels estils de vida

Variables que componen l'estil de vida

Dimensions de l'estil de vida

3. Correlats psicosocials dels estils de vida relacionats amb la salut i el benestar de l'adolescència

Valors. Autoestima. Motivació. Processos d'influència social

4. Benestar i estils de vida relacionats amb la salut: Teories motivacionals

Teoria de les metes de logro

Teoria de la autodeterminación

**5. Instruments d'avaluació de la salut, el benestar i la motivació**

Instruments d'avaluació dels estils de vida

Instruments d'avaluació del benestar psicològic, subjectiu i social

Instruments d'avaluació de variables motivacionals

6. Disseny i aplicació de programes d'intervenció per a la promoció de la salut i el benestar

Disseny i implementació del programa TARGET.

VOLUM DE TREBALL (HORES)**ACTIVITATS PRESENCIALS**

Activitat	Hores
Tutories	9,00
Teoria-Pràctiques	21,00
Total hores	30,00

ACTIVITATS NO PRESENCIALS

Activitat	Hores
Assistència a altres activitats	0,00
Elaboració de treballs individuals o en grup	15,00
Estudi i treball autònom	20,00
Preparació de classes	0,00
Preparació d'activitats d'avaluació	10,00
Resolució de casos pràctics	0,00
Total hores	45,00

METODOLOGIA DOCENT

La metodologia docent utilitzada en el desenvolupament d'aquesta assignatura inclourà els següents mètodes:

- Exposicions teòriques per part del professor/a: presentació i anàlisi a l'aula dels conceptes i teories clau de la Psicologia Social de l'Esport, mitjançant lliçó magistral i desenvolupament de dinàmiques a l'aula.
- Pràctiques i activitats realitzades pels estudiants a l'aula.
- Tutories presencials o virtuals.
- Treball autònom dels estudiants fora de l'aula, elaborant pràctiques individuals i en grup.
- Presentació dels estudiants a l'aula dels informes i treballs pràctics realitzats.



AVALUACIÓ

L'avaluació de l'assignatura es realitzarà en funció de dos criteris complementaris: avaluació del procés d'aprenentatge (60%) i avaluació de resultats (40%).

1. L'avaluació del procés d'aprenentatge (avaluació contínua dels coneixements, habilitats i competències que es van adquirint o consolidant) es realitzarà mitjançant les activitats i treballs programats en els diferents temes. Es consultaran fonts de dades estadístiques sobre resultats de programes que fomenten la pràctica saludable d'activitat física. S'estudiaran a través de les plataformes dels projectes, diversos projectes que basen la seua intervenció en el foment de la salut a través de la pràctica d'activitat física.

2. L'avaluació del rendiment es realitzarà en classe amb una prova individual (amb preguntes tipus test i preguntes curtes). La nota màxima que s'obtindrà serà de 4 punts.

En cas que un alumne/a no haja pogut seguir l'avaluació contínua, almenys amb un 80% de lliurament de totes les activitats i prova individual realitzada en horari de classes (per tant presencialitat almenys del 80%), estarà obligat a realitzar l'examen oficial de l'assignatura el dia i hora fixat per l'adreça del màster, tant en primera com en segona convocatòria.

Davant de pràctiques fraudulentas es procedirà segons el que determina el Protocol d'actuació davant de pràctiques fraudulentas a la Universitat de València (ACGUV 123/2020): <https://www.uv.es/sgeneral/Protocolos/C83sp.pdf>

BIBLIOGRAFIA

Referències Bàsiques

Álvarez, O., Falcó, C., Estevan, I., Molina-García, J., i 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. i 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. i García-Merita, M. L. (1999). *Estilo de vida y salud*. Albatros.

Referències Complementàries

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



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

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

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

Castillo, I., Balaguer, I., García-Merita, M. i 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.