

Información e Inscripciones:

Las inscripciones se podrán realizar a través del Programa Casiopea. <http://casiopea.um.es/>.

Matrícula: Del 28 de marzo al 10 de abril de 2011.

El precio del curso es de **30 €**.

Una vez finalizado, los alumnos que lo deseen podrán realizar el complemento práctico. El precio de este módulo variará según la modalidad elegida, quedando los precios detallados a continuación:

Opción 1. Acreditación Federativa para el Manejo de Embarcaciones de Vela y a Motor ("Titulín"). En el precio del curso (30 €) se incluye el derecho a la realización del examen y la realización de sesiones prácticas. Las tasas de examen no están incluidas.

Opción 2. Patrón de Embarcaciones de Recreo, (PER) - 150 €. En el precio se incluyen los contenidos teóricos, asesoramiento y tutorías, el derecho a la realización del examen y la realización de sesiones prácticas. Las tasas de examen no están incluidas.

Créditos: 3 ECTS (45 horas).

Duración: Del 11 de abril al 26 de mayo de 2011.

Fecha límite para realizar la inscripción: 10 de abril de 2011.

Horario primera sesión presencial: 11 de abril de 2011 a las 10:30 h.

Horario última sesión presencial: 26 de mayo de 2011.

Lugar sesiones presenciales: Salón de Actos de la Facultad de Ciencias del Trabajo, Universidad de Murcia, Campus de Espinardo; instalaciones deportivas de Los Alcázares, Federación Territorial Murciana de Vela.

Alumnos:

El número máximo de alumnos permitidos es de 150.

Destinatarios:

Cualquier persona interesada en el tema.

Secretaría Técnica

D^a María Cruz Alba Castaño

Edificio D. 2^a Planta. Despacho 2.9. Universidad de Murcia.
Campus de Espinardo. 30100. Murcia.

Teléfono: 868 88 85 70 / 32 30. Fax: 868 88 33 89

E-mail: mcac@um.es

Horario: De lunes a viernes, de 9 a 14 h.

Gestión Contenidos Web y Asesoramiento On Line

D. Antonio Pérez Manzano

Psicólogo. Universidad de Murcia

D. Javier Zamora Arenas

Psicólogo. Universidad de Murcia

Organiza

UNIVERSIDAD DE
MURCIA



Financia



Colabora

Federación de Vela de la Región de Murcia

"Salud a toda vela III"

CURSO SEMIPRESENCIAL

Del 11 de abril al 26 de mayo del 2011

Curso Declarado de Interés Sanitario Regional por la
Consejería de Sanidad y Consumo de la Región de Murcia



DIRECCIÓN DEL CURSO:

Dra. D^a Ana Millán Jiménez

Coordinadora del Servicio de Asesoramiento y Orientación Personal (SAOP). Universidad de Murcia.

Dr. D. Isidro Verdú Conesa

Director del Servicio de Actividades Deportivas (SAD). Universidad de Murcia.



Inauguración (sesión presencial)

Lunes, 11 de abril de 2011.

Hora: 10:30 h.

Lugar: Salón de Actos de la Facultad de Ciencias del Trabajo. Universidad de Murcia, Campus de Espinardo.

Acto de inauguración

☀️ **Dra. D^a María Isabel Sánchez-Mora Molina**

Vicerrectora de Estudiantes y Empleo. Universidad de Murcia.

☀️ **D. Juan Manuel Ruíz Ros**

Director General de Atención al Ciudadano, Drogodependencias y Consumo. Consejería de Sanidad y Consumo de la Región de Murcia.

☀️ **D. Juan Jiménez Roset**

Coordinador Regional de Drogodependencias. Consejería de Sanidad y Consumo de la Región de Murcia.

☀️ **Dra. D^a Ana Millán Jiménez**

Co-Directora del Curso y Directora del Servicio de Asesoramiento y Orientación Personal (SAOP). Universidad de Murcia.

☀️ **Dr. D. Isidro Verdú Conesa**

Co-Director del Curso y Director del Servicio de Actividades Deportivas (SAD). Universidad de Murcia.

Módulo 1: Consalud (del 11 de abril al 4 de mayo de 2011)

Módulo 2: Hábitos de vida saludables

(del 5 de 15 de mayo de 2011)

Módulo 3: Vela y salud (del 16 al 26 de mayo de 2011)

Clausura (sesión presencial)

Jueves, 26 de mayo de 2011.

Hora: Por determinar.

Lugar: Por determinar.

Acto de clausura

☀️ **Dra. D^a María Isabel Sánchez-Mora Molina**

Vicerrectora de Estudiantes y Empleo. Universidad de Murcia.

☀️ **D. Juan Manuel Ruíz Ros**

Director General de Atención al Ciudadano, Drogodependencias y Consumo. Consejería de Sanidad y Consumo de la Región de Murcia.

☀️ **D. Juan Jiménez Roset**

Coordinador Regional de Drogodependencias. Consejería de Sanidad y Consumo de la Región de Murcia.

☀️ **Dra. D^a Ana Millán Jiménez**

Co-Directora del Curso y Directora del Servicio de Asesoramiento y Orientación Personal (SAOP). Universidad de Murcia.

☀️ **Dr. D. Isidro Verdú Conesa**

Co-Director del Curso y Director del Servicio de Actividades Deportivas (SAD). Universidad de Murcia.

Metodología

Se empleará una metodología activa y participativa.

El curso se realizará a través de Internet en la plataforma SUMA (<https://suma.um.es/suma/sumav2/>), apoyado con tutorización para consultas, guía y solución de dificultades.

En la sesión inaugural se mostrará el funcionamiento del curso a través de la plataforma virtual de la Universidad de Murcia SUMA, así como su estructura, contenidos y dinámica. El acceso a esta plataforma se consigue a través del correo de usuario de la Universidad de Murcia, asignándose uno temporal a los inscritos externos a la institución.

En la modalidad de formación online el alumno es el protagonista de su aprendizaje, construye su propio conocimiento a través de la lectura de los contenidos, la búsqueda de información, el intercambio de opiniones y experiencias con los compañeros del curso en los foros, así como la realización de las actividades propuestas.

Una vez conseguidos los objetivos del curso, aprobando los tres módulos teóricos, los alumnos que lo deseen podrán elegir entre una de las dos opciones disponibles como complemento práctico (Acreditación Federativa para el Manejo de Embarcaciones de Vela y a Motor “Titulín” o Patrón de Embarcaciones de Recreo, “PER”). Además contarán con el soporte técnico y asesoramiento on line y/o presencial de tutores especializados en ese ámbito. El material trabajado quedará a disposición de toda la comunidad universitaria española, latinoamericana y mundial, a través de su inclusión en el portal de la Universidad de Murcia (<http://ocw.um.es>), incorporada al proyecto Open Course Ware, cuyo objetivo es: “proporcionar un acceso libre, sencillo y coherente a los materiales docentes para educadores del sector no lucrativo, estudiantes y autodidactas de todo el mundo”.

Evaluación y certificados

Se realizará una evaluación del curso a través de la realización de diversos cuestionarios.

Para obtener el certificado acreditativo y el reconocimiento de créditos de libre configuración habrá que acudir a las dos sesiones presenciales y realizar el trabajo de cada bloque temático a través del Campus Virtual de SUMA.

Antecedentes

Se han celebrado dos ediciones previas en la Universidad de Murcia a lo largo del curso académico 2009 - 2010.

Justificación científica y social

La salud física y mental constituye una parte fundamental de nuestro bienestar individual y social, por lo que el trabajo dirigido a fomentar las formas de vida saludables se conforma como un elemento imprescindible a desarrollar dentro de la institución universitaria.

El estudio en este campo se ha fundamentado, generalmente, en el análisis en profundidad de la relación de la conducta con las consecuencias beneficiosas y nocivas que de ella se derivan y de cómo repercuten en nuestra calidad de vida. Sin embargo, el aspecto esencial de este proyecto ha consistido en la síntesis y adaptación de esos contenidos a un formato práctico que sirva como referencia a la hora de que se reproduzcan comportamientos saludables en los jóvenes universitarios.

El abordaje integral y multidisciplinar de este campo de estudio permite conocer las diferentes aportaciones que se han realizado desde disciplinas como las Ciencias del Deporte, la Psicología y la Nutrición, entre otras, además de poner de manifiesto la existencia de determinadas problemáticas en la sociedad española actual.

Este curso pretende utilizar una plataforma virtual como medio de enseñanza, ya que las nuevas tecnologías permiten un fácil y cómodo acceso a los contenidos del curso, una mayor conciliación laboral y personal, además de una mayor presencia y difusión del mismo entre la población universitaria.

Objetivos:

Objetivo General

☀️ Facilitar el conocimiento, a la comunidad universitaria y a toda persona interesada, acerca de deporte y hábitos de vida saludables.

Objetivos Específicos

☀️ Conocer las causas y consecuencias de determinados problemas de salud que se están dando actualmente en la sociedad.

☀️ Formar a la comunidad universitaria sobre modelos de conducta saludables.

☀️ Facilitar los contenidos, habilidades y herramientas necesarias para que los destinatarios del curso sean capaces de incorporar a su repertorio conductual actividades que produzcan beneficios para su salud física y mental.

☀️ Favorecer el autoanálisis y la ejecución de determinadas conductas de los miembros de la Universidad de Murcia, contribuyendo al desarrollo de unos patrones de conducta más saludables.