

MÀSTER UNIVERSITARI EN ENTRENAMENT PERSONAL I READAPTACIÓ FISICOESPORTIVA

20114 - TREBALL DE FI DE MÀSTER

Informació general

- Tipus d'assignatura : Obligatòria
- Coordinador : Sara González Millán
- Curs: Primer
- Trimestre: Segon i tercer
- Crèdits: 10
- Professorat:
 - Lluís Albesa Albiol <llalbesa@tecnocampus.cat>
 - Sara González Millán <sgonzalezm@tecnocampus.cat>

Idiomes d'impartició

- Català
- Castellà
- Anglès

Competències que es treballen

Bàsica

- **CB6.** Posseir i comprendre coneixements que aportin una base o oportunitat de ser originals en el desenvolupament i/o aplicació d'idees, sovint en un context de recerca
- **CB7.** Que els estudiants sàpiguen aplicar els coneixements adquirits i la seva capacitat de resolució de problemes en entorns nous o poc coneguts dins de contextos més amplis (o multidisciplinaris) relacionats amb la seva àrea d'estudi
- **CB8.** Que els estudiants siguin capaços d'integrar coneixements i enfrontar-se a la complexitat de formular judicis a partir d'una informació que, sent incompleta o limitada, inclogui reflexions sobre les responsabilitats socials i ètiques vinculades a l'aplicació dels seus coneixements i judicis
- **CB10.** Que els estudiants posseïxin les habilitats d'aprenentatge que els permetin continuar estudiant d'una manera que haurà de ser en gran manera autodirigida o autònoma
- **CB9.** Que els estudiants sàpiguen comunicar les seves conclusions i els coneixements i raons últimes que les sustenten en públics especialitzats i no especialitzats d'una manera clara i sense ambigüitats

Específica

- **CE9.** Elaborar i defensar un treball de recerca en l'àmbit de l'entrenament personal, la prevenció de lesions i malalties i la readaptació fisicoesportiva.

General

- **CG1.** Aplicar les tecnologies de la informació i de la comunicació en el context de l'entrenament personal, la prevenció de lesions i malalties i la

Transversal

- **CT1.** Construir un pensament crític analitzant el propi procés d'aprenentatge i discutint assertiva i racionalment en un context eloqüent les idees alienes i pròpies.
- **CT2.** Demostrar les aptituds per al treball cooperatiu i la participació en equips multidisciplinaris d'acord amb els principis del codi deontològic de la seva professió, incorporant actituds com l'esforç, el respecte i el compromís com a segell d'identitat.
- **CT3.** Incorporar la perspectiva de gènere en l'elaboració d'accions i projectes.

Descripció

El Treball Final de Màster (TFM) té caràcter obligatori i té una càrrega lectiva de 10 ECTS. El TFM ha de tenir una adequació a l'perfil curricular dels estudiants de l'màster. Així mateix, la realització de l'TFM ha de complir un mínim d'indicadors per assegurar la qualitat, per això tots els alumnes estaran tutoritzats per un director acadèmic, supervisats al seu torn per la Comissió de l'TFM. El principal objectiu de l'TFM és que l'alumne adquireixi les competències acadèmiques relacionades amb l'àmbit de la metodologia de la investigació i sigui capaç de transferir-les al exercici professional en l'àmbit de coneixement de l'Entrenament Personal, la Prevenció de Lesions i Malalties i la Readaptació físic-Esportiva. Aquesta assignatura disposa de recursos metodològics i digitals per fer possible la seva continuïtat en modalitat no presencial en el cas de ser necessari per motius relacionats amb la Covid-19. D'aquesta manera s'assegurarà l'assoliment dels mateixos coneixements i competències que s'especifiquin en aquest pla docente. El TecnoCampus posarà a l'abast de professorat i l'alumnat dels eines digitals necessàries per poder dur a terme l'assignatura, així com guies i recomanacions que facilitin l'adaptació a la modalitat no presencial.

Resultats d'aprenentatge

RA23. Aplica estratègies de recopilació d'informació científica i empra les evidències científiques en l'àmbit de l'entrenament personal, en la prevenció de lesions i malalties i a la readaptació fisicoesportiva.

RA24. Determina i formula els objectius i la hipòtesi de treball d'acord a l'estudi plantejat en el TFM.

RA25. Selecciona i aplica els mitjans, mètodes i procediments d'investigació adequats d'acord a les característiques del seu estudi i la mostra disponible.

RA26. Recull, analitza i explica els resultats obtinguts en les proves d'avaluació.

RA27. Raona i discuteix les dades obtingudes en contrast amb les dades reportats en altres estudis.

RA28. Extreu conclusions coherents d'acord amb els objectius formulats.

RA29. Defensa i explica de manera raonada, crítica i constructiva els seus arguments davant les discrepàncies alienes.

Metodologia de treball

MD4. Aprenentatge basat en problemes (ABP)

MD5. Aprenentatge orientat a projectes

MD7. Classes invertides

MV1. Resolució d'exercicis i problemes virtuals

MV2. Aprenentatge basat en problemes virtuals

MV3. Aprenentatge cooperatiu virtual

MV4. Classes invertides virtuals

Continguts

- Presentació de l'TFM

- Selecció de la temàtica

- Procés d'elaboració d'el projecte de l'TFM

- Criteris per a l'elaboració de la memòria

- Criteris per a la defensa de l'TFM davant del tribunal

Activitats d'aprenentatge

AF1. Classes magistrals
AF2. Seminaris / tallers
AF3. Classes pràctiques
AF5. Tutories
AV2. Debats online
AV3. Fòrums online
AV4. Visualització de càpsules de vídeo
AV6. Tutories online

Sistema d'avaluació

Sistema d'avaluació

L'adquisició de competències per part de l'estudiant serà valorada mitjançant el sistema d'avaluació contínua ponderant i valorant els resultats obtinguts de l'aplicació dels procediments d'avaluació descrits en cada pla docent de l'assignatura.

L'avaluació conclourà amb un reconeixement sobre el nivell d'aprenentatge aconseguit per l'estudiant, materialitzat en la qualificació numèrica, d'acord amb el que estableix la legislació vigent. Sistema de qualificació (Reial decret 1125/2003, de 5 de setembre, pel qual s'estableix el sistema europeu de crèdits i el sistema de qualificacions en les titulacions universitàries de caràcter oficial i validesa en tot el territori estatal):

- 0-4,9: Suspens (SS)
- 5,0-6,9: Aprovat (AP)
- 7,0-8,9: Notable (NT)
- 9,0 - 10: Excel·lent (SB)

La ponderació de l'TFM serà la següent:

- a) La memòria. Avaluació de el director (40%)
 - i. La memòria inicial 10%
 - ii. La memòria final 30%
- b) Avaluació de la defensa pel tribunal (40%)
 - i. La memòria final 20%
 - ii. Acte de defensa 20%
- c) Treballs individuals i altres activitats (20%)

SE3. Treballs individuals	15%
SE5. Elaboració TFM	40%
SE6. Defensa TFM	40%
SEV3. Participació en fòrums i debats online	5%

La nota final

La nota final tindrà un valor de 0 a 10. Per aprovar el TFM s'ha d'assolir una nota de 5 corresponent a les ponderacions dels apartats a i b.

En cas de no aconseguir-se la nota exigida, el TFM serà considerat com a suspens i la defensa el mateix s'haurà de repetir en la següent convocatòria.

Per accedir a la defensa el TFM davant del tribunal, l'alumne haurà d'assolir una nota mínima d'un 6 en l'avaluació de el director (apartat a). En cas contrari, l'alumne ha d'efectuar en el TFM les correccions oportunes suggerides pel director, fins que aquest consideri el treball com a vàlid (nota de 6) per a la seva defensa davant del tribunal.

La còpia total o parcial en qualsevol de les activitats d'aprenentatge significarà un "No Presentat" a la assignatura i resultarà en la impossibilitat de superar-la, sense perjudici de l'obertura d'un expedient disciplinari per aquest motiu.

MÁSTER UNIVERSITARIO EN ENTRENAMIENTO PERSONAL Y READAPTACIÓN FÍSICO-DEPORTIVA

20114 - TRABAJO DE FIN DE MÁSTER

Información general

- Tipo de asignatura : Obligatoria
- Coordinador : Sara González Millán
- Curso: Primero
- Trimestre: Segundo y tercero
- Créditos: 10
- Profesorado:
 - Lluís Albesa Albiol <llalbesa@tecnocampus.cat>
 - Sara González Millán <sgonzalezm@tecnocampus.cat>

Idiomas de impartición

- Catalán
- Castellano
- Inglès

Competencias que se trabajan

Básica

- CB6. Poseer y comprender conocimientos que aporten una base u oportunidad de ser originales en el desarrollo y/o aplicación de ideas, a menudo en un contexto de investigación
- CB7. Que los estudiantes sepan aplicar los conocimientos adquiridos y su capacidad de resolución de problemas en entornos nuevos o poco conocidos dentro de contextos más amplios (o multidisciplinares) relacionados con su área de estudio
- CB8. Que los estudiantes sean capaces de integrar conocimientos y enfrentarse a la complejidad de formular juicios a partir de una información que, siendo incompleta o limitada, incluya reflexiones sobre las responsabilidades sociales y éticas vinculadas a la aplicación de sus conocimientos y juicios
- CB10. Que los estudiantes posean las habilidades de aprendizaje que les permitan continuar estudiando de un modo que habrá de ser en gran medida autodirigido o autónomo.
- CB9. Que los estudiantes sepan comunicar sus conclusiones y los conocimientos y razones últimas que las sustentan a públicos especializados y no especializados de un modo claro y sin ambigüedades

Específica

- CE9. Elaborar y defender un trabajo de investigación en el ámbito del entrenamiento personal, la prevención de lesiones y enfermedades y la readaptación físico-deportiva.

General

- CG1. Aplicar las tecnologías de la información y de la comunicación en el contexto del entrenamiento personal, la prevención de lesiones y

Transversal

- CT1. Construir un pensamiento crítico analizando el propio proceso de aprendizaje y discutiendo asertiva y racionalmente en un contexto elocuente las ideas ajenas y propias.
- CT2. Demostrar las aptitudes para el trabajo cooperativo y la participación en equipos multidisciplinares de acuerdo con los principios del código deontológico de su profesión, incorporando actitudes como el esfuerzo, el respeto y el compromiso como sello de identidad.
- CT3. Incorporar la perspectiva de género en la elaboración de acciones y proyectos.

Descripción

El Trabajo Final del Máster (TFM) tiene carácter obligatorio y tiene una carga lectiva de 10 ECTS. El TFM ha de tener una adecuación al perfil curricular de los estudiantes del máster. Así mismo, la realización del TFM debe cumplir un mínimo de indicadores para asegurar la calidad, por ello todos los alumnos estarán tutorizados por un director académico, supervisados a su vez por la Comisión del TFM. El principal objetivo del TFM es que el alumno adquiera las competencias académicas relacionadas con el ámbito de la metodología de la investigación y sea capaz de transferirlas a su desempeño profesional en el ámbito de conocimiento del Entrenamiento Personal, la Prevención de Lesiones y Enfermedades y la Readaptación Físico-Deportiva. Esta asignatura dispone de recursos metodológicos y digitales para hacer posible su continuidad en modalidad no presencial en el caso de ser necesario por motivos relacionados con la Covid-19. De esta forma se asegurará el logro de los mismos conocimientos y competencias que se especifiquen en este plan docente. El TecnoCampus pondrá al alcance del profesorado y el alumnado los herramientas digitales necesarias para poder llevar a cabo la asignatura, así como guías y recomendaciones que faciliten la adaptación a la modalidad no presencial.

Resultados de aprendizaje

RA23. Aplica estrategias de recopilación de información científica y emplea las evidencias científicas en el ámbito del entrenamiento personal, en la prevención de lesiones y enfermedades y en la readaptación físico-deportiva.

RA24. Determina y formula los objetivos y la hipótesis de trabajo acorde al estudio planteado en el TFM.

RA25. Selecciona y aplica los medios, métodos y procedimientos de investigación adecuados acorde a las características de su estudio y la muestra disponible.

RA26. Recoge, analiza y explica los resultados obtenidos en las pruebas de evaluación.

RA27. Razona y discute los datos obtenidos en contraste con los datos reportados en otros estudios.

RA28. Extrae conclusiones coherentes en consonancia con los objetivos formulados.

RA29. Defiende y explica de manera razonada, crítica y constructiva sus argumentos ante las discrepancias ajenas.

Metodología de trabajo

MD4. Aprendizaje basado en problemas (ABP)

MD5. Aprendizaje orientado en proyectos

MD7. Clases invertidas

MV1. Resolución de ejercicios y problemas virtuales

MV2. Aprendizaje basado en problemas virtuales

MV3. Aprendizaje cooperativo virtual

MV4. Clases invertidas virtuales

Contenidos

- Presentación del TFM
- Selección de la temática
- Proceso de elaboración de el proyecto del TFM
- Criterios para la elaboración de la memoria
- Criterios para la defensa del TFM ante el tribunal

Actividades de aprendizaje

AF1. Clases magistrales
AF2. Seminarios/talleres
AF3. Clases prácticas
AF5. Tutorías
AV2. Debates online
AV3. Foros online
AV4. Visualización de cápsulas de video
AV6. Tutorías online

Sistema de evaluación

La adquisición de competencias por parte del estudiante será valorada a través del sistema de evaluación continua ponderando y valorando los resultados obtenidos de la aplicación de los procedimientos de evaluación descritos en cada plan docente de la asignatura.

La evaluación concluirá con un reconocimiento sobre el nivel de aprendizaje conseguido por el estudiante, materializado en la calificación numérica, de acuerdo con lo establecido en la legislación vigente. Sistema de calificación (Real decreto 1125/2003, de 5 de septiembre, por el que se establece el sistema europeo de créditos y el sistema de calificaciones en las titulaciones universitarias de carácter oficial y validez en todo el territorio estatal):

- **0 - 4,9: Suspenso (SS)**
- **5,0 - 6,9: Aprobado (AP)**
- **7,0 - 8,9: Notable (NT)**
- **9,0 - 10: Sobresaliente (SB)**

La ponderación

La ponderación del TFM será la siguiente:

- a) *La memoria. Evaluación del director (40%)*
 - i. La memoria inicial 10%
 - ii. La memoria final 30%
- b) *Evaluación de la defensa por el tribunal (40%)*
 - i. La memoria final 20%
 - ii. Acto de defensa 20%
- c) *Trabajos individuales y otras actividades (20%)*

SE3. Trabajos individuales	15%
----------------------------	-----

SE5. Elaboración del TFM	40%
SE6. Defensa del TFM	40%
SEV3. Participación en foros y debates online	5%

La nota final

La nota final tendrá un valor de 0 a 10. Para aprobar el TFM se deberá alcanzar una nota de 5 correspondiente a las ponderaciones de los apartados a y b.

En caso de no alcanzarse la nota exigida, el TFM será considerado como suspenso y la defensa del mismo se deberá repetir en la siguiente convocatoria.

Para acceder a la defensa del TFM ante el tribunal, el alumno deberá de alcanzar una nota mínima de un 6 en la evaluación del director (apartado a). En caso contrario, el alumno deberá efectuar en el TFM las correcciones oportunas sugeridas por el director, hasta que éste considere el trabajo como válido (nota de 6) para su defensa ante el tribunal.

La copia total o parcial en cualquiera de las actividades de aprendizaje significará un "No Presentado" en la asignatura y resultará en la imposibilidad de superarla, sin perjuicio de la apertura de un expediente disciplinario por este motivo.

MASTER'S DEGREE IN PERSONAL TRAINING AND PHYSICAL-SPORTS READAPTATION

20114 - MASTER'S THESIS

General information

- Type of subject : Obligatory
- Coordinator : Sara González Millán
- Course: First
- Trimester: Second and third
- Credits: 10
- Teachers:
 - Lluís Albesa Albiol <lalbesa@tecnocampus.cat>
 - Sara González Millán <sgonzalezm@tecnocampus.cat>

Languages

- Catalan
- Spanish
- English

Competences

Basic

- CB6. To possess and understand knowledge that provides a basis or opportunity to be original in the development and / or application of ideas, often in a research context
- CB7. To know how to apply the knowledge acquired and their ability to solve problems in new or unfamiliar environments within broader (or multidisciplinary) contexts related to their area of ??study
- CB8. To be able to integrate knowledge and face the complexity of formulating judgments based on information that, being incomplete or limited, includes reflections on social and ethical responsibilities linked to the application of their knowledge and judgments
- CB10. To possess the learning skills that allow them to continue studying in a way that will be largely self-directed or autonomous.
- CB9. To know how to communicate their conclusions and the knowledge and ultimate reasons that support them to specialized and non-specialized audiences in a clear and unambiguous way

Specific

- CE9. To prepare and defend a research work in the field of personal training, prevention of injuries and diseases and physical-sports rehabilitation.

General

- CG1. Apply information and communication technologies in the context of personal training, prevention of injuries and illnesses and physical-sports rehabilitation

Transversal

- CT1. To build critical thinking by analyzing your own learning process and arguing assertively and rationally in an eloquent context the ideas of others and your own.
- CT2. To demonstrate the aptitudes for cooperative work and participation in multidisciplinary teams in accordance with the principles of the code of ethics of their profession, incorporating attitudes such as effort, respect and commitment as a hallmark of identity.
- CT3. To incorporate the gender perspective in the development of actions and projects.

Description

The Final Project of the Master (TFM) is compulsory and has a workload of 10 ECTS. The TFM must have an adaptation to the curricular profile of the master's students. Likewise, the completion of the TFM must meet a minimum of indicators to ensure quality, therefore all students will be tutored by an academic director, supervised in turn by the TFM Commission. The main objective of the TFM is for the student to acquire the academic competencies related to the field of research methodology and to be able to transfer them to their professional performance in the field of knowledge of Personal Training, Prevention of Injuries and Diseases and Rehabilitation Physical-Sports. This subject has methodological and digital resources to make its continuity possible in a non-face-to-face mode, if necessary for reasons related to Covid-19. In this way, the achievement of the same knowledge and skills specified in this teaching plan will be ensured. The TecnoCampus will make available to teachers and students the digital tools necessary to carry out the subject, as well as guides and recommendations that facilitate adaptation to the non-presential modality.

Results

RA23. The student applies strategies for collecting scientific information and uses scientific evidence in the field of personal training, in the prevention of injuries and illnesses and in physical-sports rehabilitation.

RA24. The student determines and formulates the objectives and the working hypothesis according to the study proposed in the TFM.

RA25. The student selects and applies the appropriate research means, methods and procedures according to the characteristics of her study and the available sample.

RA26. The student collects, analyzes and explains the results obtained in the evaluation tests.

RA27. The student reasons and discusses the data obtained in contrast to the data reported in other studies.

RA28. The student draws consistent conclusions in accordance with the established objectives.

RA29. The student defends and explains in a reasoned, critical and constructive way her arguments in the face of other people's discrepancies.

Working methodology

MD4. Problem-based learning (PBL)

MD5. Project Oriented Learning

MD7. Inverted classes

MV1. Solving exercises and virtual problems

MV2. Learning based on virtual problems

MV3. Virtual cooperative learning

MV4. Virtual inverted classes

Contents

- Presentation of the TFM
- Selection of the theme
- Process of elaboration of the TFM project
- Criteria for preparing the report
- Criteria for the defense of the TFM

Activities

AF1. Master classes
AF2. Seminars / workshops
AF3. Practical classes

AF5. Tutorials
AV2. Online discussions
AV3. Online forums
AV4. Viewing Video Capsules
AV6. Online tutorials

Evaluation system

The acquisition of competences by the student will be evaluated through the continuous evaluation system, weighing and evaluating the results obtained from the application of the evaluation procedures described in each teaching plan of the subject.

The evaluation will conclude with an acknowledgment of the level of learning achieved by the student, materialized in the numerical qualification, in accordance with the provisions of current legislation. Qualification system (Royal Decree 1125/2003, of September 5, which establishes the European credit system and the qualification system in official university degrees and valid throughout the state territory):

0 - 4.9: Suspense (SS)

5.0 - 6.9: Pass (AP)

7.0 - 8.9: Notable (NT)

9.0 - 10: Excellent (SB)

Weighting

The weighting of the TFM will be the following:

a) Memory. Principal's evaluation (40%)

i. Initial memory 10%

ii. Final memory 30%

b) Evaluation of the defense (40%)

i. Final memory 20%

ii. Defense Act 20%

c) Individual work and other activities (20%)

SE3. Individual works	15%
SE5. Preparation of the TFM	40%
SE6. TFM defense	40%
SEV3. Participation in forums and online debates	5%

The final note

The final grade will have a value of 0 to 10. To pass the TFM, a grade of 5 must be achieved, corresponding to the weightings in sections a and b.

If the required grade is not achieved, the TFM will be considered as a failure and the defense of the same must be repeated in the next call.

To access the defense of the TFM before the court, the student must achieve a minimum grade of 6 in the director's evaluation (section a). Otherwise, the student must make the appropriate corrections suggested by the director in the TFM, until he considers the work as valid (grade 6) for his defense in court.

The total or partial copy in any of the learning activities will mean a "No Show" in the subject and will result in the impossibility of passing it, without prejudice to the opening of a disciplinary file for this reason.