



Universitat d'Alacant  
Universidad de Alicante

## Memorias del Programa de Redes de investigación en docencia universitaria

Convocatoria  
**2021-22**

## Memòries del Programa de Xarxes de investigació en docència universitària

Convocatòria  
**2021-22**

Satorre Cuerda, Rosana (Coordinación)  
Menargues Marcilla, María Asunción; Díez Ros, Rocío; Pellín Buades, Neus (Eds.)

UA

UNIVERSITAT D'ALACANT  
UNIVERSIDAD DE ALICANTE

Vicerectorat de Transformació Digital  
Vicerrectorado de Transformación Digital  
Institut de Ciències de l'Educació  
Instituto de Ciencias de la Educación

*Memorias del Programa de Redes de investigación en docencia universitaria. Convocatoria 2021-22 / Memòries del Programa de Xarxes d'investigació en docència universitària. Convocatòria 2021-22*

Organització: Institut de Ciències de l'Educació (Vicerectorat de Transformació Digital) de la Universitat d'Alacant/ Organización: Instituto de Ciencias de la Educación (Vicerrectorado de Transformación Digital) de la Universidad de Alicante

Edició / Edición: Rosana Satorre Cuerda (Coord.), Asunción Menargues Marcilla, Rocío Díez Ros, Neus Pellin Buades

Revisió i maquetació: ICE de la Universitat d'Alacant/ Revisión y maquetación: ICE de la Universidad de Alicante

Primera edició / Primera edición: desembre 2022

© De l'edició/ De la edición: Rosana Satorre Cuerda, Asunción Menargues Marcilla, Rocío Díez Ros & Neus Pellin Buades

© Del text: les autores i autors / Del texto: las autoras y autores

© D'aquesta edició: Universitat d'Alacant / De esta edición: Universidad de Alicante

ice@ua.es

*Memorias del Programa de Redes de investigación en docencia universitaria. Convocatoria 2021-22 / Memòries del Programa de Xarxes d'investigació en docència universitària. Convocatòria 2021-22*

© 2022 by Universitat d'Alacant / Universidad de Alicante is licensed under CC BY-NC-ND 4.0

ISBN: 978-84-09-45382-5

Qualsevol forma de reproducció, distribució, comunicació pública o transformació d'aquesta obra només pot ser realitzada amb l'autorització dels seus titulars, llevat de les excepcions previstes per la llei. Adreceu-vos a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos, [www.cedro.org](http://www.cedro.org)) si necessiteu fotocopiar o escanejar algun fragment d'aquesta obra. / Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública o transformación de esta obra sólo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley. Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos, [www.cedro.org](http://www.cedro.org)) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra.

Producció: Institut de Ciències de l'Educació (ICE) de la Universitat d'Alacant / Producción: Instituto de Ciencias de la Educación (ICE) de la Universidad de Alicante

Aquesta publicació s'ha fet seguint les directrius d'accessibilitat UNE-EN 301549:2020 / Esta publicación se ha hecho siguiendo las directrices de accesibilidad UNE-EN 301549:2020.

EDITORIAL: Les opinions i continguts dels treballs publicats en aquesta obra són de responsabilitat exclusiva de les autores i dels autors. / Las opiniones y contenidos de los trabajos publicados en esta obra son de responsabilidad exclusiva de las autoras y de los autores.

# 146. Análisis de la carga de trabajo autónomo fuera del aula del alumnado de la asignatura de Actividad Física y Calidad de Vida

García-Jaén Miguel<sup>1</sup>; García-Luna Marco Andrés<sup>1</sup>; Sanchis-Soler Gema<sup>1</sup>; Sebastià-Amat Sergio<sup>1</sup>; Ríos-Riquelme Raul<sup>1</sup>; Muñoz-Palomares, Francisco<sup>1</sup>; Laurino-Franchini, Santiago<sup>1</sup>; Cortell-Tormo Juan Manuel<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Universidad de Alicante, [m.garciajaen@ua.es](mailto:m.garciajaen@ua.es); [marco.garcia@ua.es](mailto:marco.garcia@ua.es); [gema.sanchis@ua.es](mailto:gema.sanchis@ua.es); [sergio.sebastia@ua.es](mailto:sergio.sebastia@ua.es); [raul.rios@ua.es](mailto:raul.rios@ua.es); [fmp14@alu.ua.es](mailto:fmp14@alu.ua.es); [slf13@alu.ua.es](mailto:slf13@alu.ua.es); [jm.cortell@ua.es](mailto:jm.cortell@ua.es)

## RESUMEN

Desde hace unos años, dentro de la asignatura Actividad Física y Calidad de Vida (16530) del Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte se está llevando a cabo un proceso de mejora y actualización de la asignatura a través del programa REDES de innovación docente. En este sentido, se han venido revisando los sistemas de evaluación y el programa teórico-práctico de la asignatura para adaptarlo a las competencias establecidas en el Marco Español de Cualificación para la Educación Superior para las Ciencias del Deporte, y se ha renovado la metodología docente para adaptar la asignatura a la docencia dual en el actual contexto de pandemia provocado por la COVID-19. En esta línea de mejora e innovación docente de la asignatura, se plantea este año verificar si los datos que estima la Universidad de Alicante de 90 horas de dedicación de trabajo autónomo fuera del aula se están cumpliendo en realidad por los estudiantes o si, por el contrario, se le dedica más (o menos) tiempo que el estipulado por la Universidad, en aplicación de las directrices derivadas del Espacio Europeo de Educación Superior. En concreto, esta asignatura tiene asignados 6 créditos ECTS, de los cuales 0,60 corresponden a créditos teóricos, 1,80 a créditos prácticos y 3,60 a carga autónoma no presencial.

Según estipula la Universidad de Alicante, cada crédito ECTS se corresponde a un total de 25 horas, lo que implicaría un total de 15 horas presenciales de clases teóricas, 45 horas presenciales de clases prácticas y 90 horas de trabajo autónomo no presencial. Así, y ante la falta de un control y verificación real de esta cuestión, surgió este proyecto de red, en el que los objetivos específicos se concretaron en los siguientes: 1) examinar las horas que el alumnado de la asignatura Actividad Física y Calidad de Vida dedica al trabajo autónomo fuera del aula; 2) verificar si ese tiempo es acorde al tiempo establecido como carga no presencial para esta asignatura; y 3) optimizar el programa teórico-práctico de la asignatura mediante un plan de mejora docente a partir de la experiencia analizada. La metodología del proyecto se enmarcó desde una perspectiva mixta (cuantitativa-cualitativa). La muestra utilizada en este proyecto está formada por el alumnado matriculado en la asignatura durante el curso 2021-2022 y que forma parte de la evaluación continua y las implicaciones que esto conlleva. Se ha administrado semanalmente (en cada una de las 12 prácticas) un cuestionario diseñado y desarrollado *ad hoc* con objeto de cuantificar tanto el tiempo de trabajo en el aula como el tiempo dedicado de manera autónoma a cada práctica. Durante la última semana se ha registrado, además, una valoración cualitativa para complementar los resultados cuantitativos. Como resultados de esta investigación, se prevé obtener un análisis preciso y real de la carga lectiva no presencial que permita al profesorado optimizar el programa teórico-práctico de la asignatura mediante un plan docente que contribuya a la actualización y mejora de ésta para el próximo curso. De los análisis realizados se pretenden extraer conclusiones sobre la adecuación de la estimación de la carga de trabajo autónomo no presencial, planteándose problemas a solucionar tanto si esta estimación difiere por defecto como por exceso de la carga real reportada por el alumnado.

**PALABRAS CLAVE:** Actividad Física y Salud, Créditos ECTS, CAFD, Innovación docente, EEES.

## **PUBLICACIÓN JUSTIFICA LA RED:**

Satorre Cuerda, Rosana (coord.). Redes de Investigación e Innovación en Docencia Universitaria. Volumen 2022. Xarxes d'investigació i innovació en docència universitària. Volum 2022. Alacant: Institut de Ciències de l'Educació (ICE) de la Universitat d'Alacant, 2022. ISBN 978-84-09-39082-3, 445 p.

<http://rua.ua.es/dspace/handle/10045/128623>