

## FORMACIÓN INICIAL A LA DOCENCIA UNIVERSITARIA (100h.)

### I Edición

MÓDULO	
TRANSVERSAL	
ÁMBITO DE FORMACIÓN	
Bienestar y salud laboral	
HORAS PRESENCIALES (Teórico-prácticas)	HORAS DE TRABAJO AUTÓNOMO
2	0

Formador/a: Nombre	Correo electrónico
José Pedro Novalbos Ruiz	josepedro.novalboz@uca.es
Formador/a: Categoría profesional	Universidad
Profesor Titular de Universidad de la UCA	Universidad de Cádiz
Formador/a: Nombre	Correo electrónico
José Ramón Martínez Tabares	ramon.tabares@uca.es
Formador/a: Categoría profesional	Universidad
Director/a General de Recursos y Eficiencia Energética Director/a Técnico Servicio Prevención Riesgos Laborales	Universidad de Cádiz

PLANIFICACIÓN
Competencias
CB13. Aplicar los conocimientos adquiridos y su capacidad de resolución de problemas en entornos educativos dentro de contextos más amplios (o multidisciplinares) relacionados con su área de conocimiento. CT5. Diseñar espacios de aprendizaje que fomenten un ambiente de trabajo saludable, colaborativo y comprometido orientados al bienestar.
Resultados de aprendizaje
RA3. Diseñar la guía de una asignatura aplicando los criterios de sostenibilidad, equidad e inclusión, atendiendo al bienestar y salud laboral.

**Contenidos**

1. Servicio de Prevención de la UCA.
  - 1.1. Estructura del Servicio de Prevención de la UCA.
  - 1.2. Competencias.
  - 1.3. Ámbito de aplicación.
  - 1.4. CAU del Servicio de Prevención: Contenidos.
  - 1.5. Planes de Autoprotección.
2. Salud Laboral
  - 2.1. Conceptos básicos: bienestar y salud laboral.
  - 2.2. Estrés y salud mental.
  - 2.3. Salud física. Hábitos y rutinas saludables.
  - 2.4. Creación de un ambiente laboral saludable.
  - 2.5. Herramientas y recursos.

**Metodología**

Durante las horas presenciales, se expondrán los aspectos teórico-prácticos. En líneas generales, y en función de los contenidos a tratar, algunas de las actividades formativas serán:

- Método expositivo/lección magistral, para introducir los contenidos.
- Actividades individuales o grupales para consolidar los contenidos y los aprendizajes adquiridos a modo de retroalimentación.
- Casos prácticos, resolución de ejercicios y problemas.
- Manejo de bibliografía específica aportada durante las sesiones.

**Evaluación (horas de trabajo autónomo)**

No procede.