





**RESUMEN DE LA TESIS DOCTORAL**

**DATOS DEL/ DE LA DOCTORANDO/A:**

Apellidos y nombre: Hall López Javier Arturo	NIF/ Pasaporte: [REDACTED]	Nacionalidad: [REDACTED]
Dirección a efectos de notificaciones: [REDACTED]		
Teléfono: [REDACTED]	EMAIL: [REDACTED]	

**DATOS DE LA TESIS DOCTORAL:**

Título: Actividad Física Moderada a Vigorosa en Educación Física
Programa Oficial de Doctorado al que se adscribe: Doctorado en Investigación en la Enseñanza y el Aprendizaje de la Ciencias Experimentales, Sociales, Matemáticas y de la Actividad Física y Deportiva.
Departamento de Didácticas Integradas, Facultad de Educación, Psicología y Ciencias del Deporte.
Director/es: Dr. Pedro Sáenz-López Buñuel  ORCID: <a href="https://orcid.org/0000-0002-2979-5842">https://orcid.org/0000-0002-2979-5842</a> Dr. Bartolomé Jesús Almagro Torres  ORCID: <a href="http://orcid.org/0000-0002-0807-5694">http://orcid.org/0000-0002-0807-5694</a>
Resumen en <b>castellano</b> que será usado para la base de datos del Ministerio TESEO ( <b>máx. 4000 caracteres</b> ). <b>RESUMEN</b> <b>Actividad Física Moderada a Vigorosa en Educación Física</b> Esta tesis doctoral, titulada actividad física moderada a vigorosa en educación física, tuvo como objetivo estudiar la relación de diferentes factores relacionados con el sedentarismo y la obesidad infantil en el contexto escolar mexicano. Estos problemas de salud pública pueden ser abordados desde la educación básica, teniendo como oportunidad el tiempo dedicado al recreo y la educación física durante la jornada escolar, donde los profesores mediante un programa orientado a aprender y aplicar estrategias pedagógicas que fomenten la actividad física moderada a vigorosa coadyuven a mejorar el consumo máximo de oxígeno y disminuir la grasa corporal en los estudiantes. La presente tesis está compuesta de 17 publicaciones científicas, presentadas en 5 fases de abordaje con una coherencia de acuerdo a la línea de investigación, las cuales se dividen en 1.- Estado de la Cuestión, 2.- Estudios Descriptivos, 3.- Diseño y Evaluación de la Formación Docente, 4.- Intervención y 5.- Implicaciones Prácticas. En el estudio se usó una metodología, con diseños transversales y cuasi-experimentales, con cohorte cuantitativo. Entre los resultados más destacados, se puede citar la utilidad del programa de formación orientado a mejorar el índice de actividad física moderada a vigorosa en profesores de educación física durante su fase de licenciatura en actividad física y deporte, y posteriormente en su labor profesional como profesores de educación física en educación básica. En este sentido, otro resultado destacado fue el evaluar el efecto de un programa actividad física con intensidad moderada a vigorosa bajo el modelo CATCH (avance coordinado para la salud de los niños por sus siglas en inglés) con secuencias didácticas impartidas por el profesor, donde por lo menos la mitad de la clase de educación física el alumno permaneció, al menos, el 50% de la duración de la clase con actividad física moderada a vigorosa; mostrando su efectividad mediante las variables de porcentaje de grasa corporal y capacidad aeróbica en niños con sobrepeso u obesidad y encontrando después de 10 meses de intervención diferencias significativas en las variables estudiadas, coadyuvando en la salud de los estudiantes. Se presenta una copia completa de los trabajos de investigación, donde se puede encontrar información más detallada respecto a las aportaciones científicas. Palabras clave: Educación Física, Recreo, Formación docente, Obesidad Infantil, Porcentaje de Grasa Corporal, Capacidad Aeróbica.

The research moderate to vigorous physical activity in physical education, aimed to study the relationship of different factors related to sedentary lifestyle and childhood obesity in the Mexican school context, in order to these public health problems can be addressed from basic education, taking as an opportunity the time dedicated to recess and physical education during the school day, where teachers through a program oriented to learn and apply pedagogical strategies that encourage moderate to vigorous physical activity help to improve the maximal oxygen uptake and decrease body fat percentage in the students. This thesis is composed of 17 scientific contributions, presented in 5 phases of approach with a coherence according to the line of research, which are divided into 1.- State of the Question, 2.- Descriptive Studies, 3.- Design and Evaluation of Teacher Training, 4.- Intervention and 5.- Practical Implications. To determine the data cross-sectional and quasi-
---



experimental designs with quantitative cohort were used, our main findings were the usefulness of the training program aimed at improving the moderate to vigorous physical activity index in education teachers during his bachelor's phase in physical activity and sport and later in his professional work as physical education teachers in basic education. Other main finding was the effect of a physical activity program with moderate to vigorous intensity using the CATCH model (coordinated approach the children health). This model was based on outlined that students should engage in moderate to vigorous physical activity at least 50% of the physical education lesson, showing significant differences in the variables of body fat percentage and aerobic capacity in overweight and obese children after 10 months of intervention. A complete copy of the research works is presented, where it can find more detailed information regarding the scientific contributions.

Keywords: Physical Education, Recess, Teacher Training, Child Obesity, Body Fat Percentage, Aerobic Capacity.

Palabras claves en **castellano** que deben coincidir con las enviadas a la base de datos TESEO (**máx. 5 descriptores o palabras claves, separadas por coma**)

**Palabras clave:** Educación Física, Recreo, Formación docente, Porcentaje de Grasa Corporal, Capacidad Aeróbica.

Palabras claves en **inglés** que deben coincidir con las enviadas a la base de datos TESEO (**máx. 5 descriptores o palabras claves, separadas por coma**)

**Keywords:** Physical Education, Recess, Teacher Training, Body Fat Percentage, Aerobic Capacity.

¿TESIS POR COMPENDIO DE PUBLICACIONES?  SI  NO (tachar lo que no proceda)

Algunas publicaciones, por respeto a los posibles conflictos de propiedad intelectual relativos a su difusión, serán sustituidas por referencia, resumen y DOI o enlace al artículo.

En Huelva, 1 de septiembre de 2019  
Firma del interesado

Fdo. \_\_\_\_\_