



AYUNTAMIENTO DE  
**MOTRIL**



Aula  
Permanente  
de Formación  
Abierta

**PROGRAMA UNIVERSITARIO  
PARA ESTUDIANTES MAYORES**

**MOTRIL**

**2020-2021**



**UNIVERSIDAD  
DE GRANADA**

# ÍNDICE

---

<b>1. Presentación</b> .....	<b>3</b>
<b>2. Saluda de la alcaldesa</b> .....	<b>5</b>
<b>3. Bienvenida del Coordinador</b> .....	<b>6</b>
<b>4. Organización</b> .....	<b>7</b>
4.1. Estructura del APFA de la Universidad de Granada.....	7
4.2. Ayuntamiento de Motril.....	7
4.3. Organigrama .....	7
<b>5. Programa provincial</b> .....	<b>8</b>
5.1. Desarrollo del curso .....	8
5.2. Título de Graduado/a y diploma.....	8
5.3. Cuadro de asignaturas y responsables .....	9
5.4. Calendario curso académico 2020/2021 .....	10
<b>6. Preinscripción y matriculación</b> .....	<b>11</b>
6.1. Preinscripción .....	11
8.1. Matriculación .....	11
6.2. Becas .....	12
6.3. Tarjeta Universitaria Inteligente (TUI) .....	12
<b>7. Descriptores de las asignaturas</b> .....	<b>14</b>
7.1. Troncales .....	14
7.2. Complementarias .....	17
7.3. Optativas especiales .....	22
<b>8. Información</b> .....	<b>24</b>
8.1. Direcciones postales.....	24
8.2. En Granada .....	24
8.3. En Internet .....	24

# 1. Presentación

Con estas líneas queremos dar la bienvenida a los estudiantes que se han matriculado en el programa del Aula Permanente de Formación Abierta (APFA) de la Universidad de Granada para el curso 2020-2021 y a su profesorado; e invitar a quienes aún no se hayan sumado a este proyecto académico y vital que es el Aula Permanente a hacerlo, convencidos de que les cautivará.

Nuestro programa universitario es un programa abierto a toda persona mayor de cincuenta años que tenga curiosidad, ganas de aprender y el afán de seguir creciendo intelectual y personalmente. Sin necesidad de pruebas de acceso, sin límite de permanencia, cualquiera que sea su bagaje académico y profesional previo, y con un programa de becas para que el aspecto económico no suponga un escollo para acceder a él.

Este programa no sólo ofrece un enriquecimiento a nivel formativo, sin duda esencial en un programa universitario; sino que también procura la mejora del bienestar personal y de las relaciones sociales de nuestros estudiantes, auténticos expertos en poner Vida, con mayúscula, a los años.

Aunque la presencialidad y el contacto personal y la socialización que ello conlleva son piezas esenciales de nuestro Programa formativo, ante la situación sanitaria provocada por el Covid-19 tenemos que informar en estas líneas que la programación de este Libro se ha diseñado pensando en su impartición de forma presencial siempre que las condiciones de seguridad para nuestro alumnado así lo permitan; pero, con el compromiso de todos los docentes de impartir sus clases de forma on-line a través de Meet, para que sean accesibles a quienes no puedan o no deseen asistir presencialmente y, si fuera preciso, para todo el alumnado en aquellos periodos puntuales del curso que así lo pudieran requerir. Ya en el curso 2019-2020 hemos comprobado que nuestros estudiantes y profesores son capaces de vencer con su entusiasmo la “brecha digital”. Con esa experiencia, nuestro objetivo para el curso 2020-2021 es que la pandemia no suponga un freno para la labor del Aula y el entusiasmo y la vitalidad que la caracterizan.

En sus primeros veinticinco años de historia, el Aula Permanente de Formación Abierta ha sido galardonada con la Granada de Plata concedida por la Comisión de Honores y Distinciones del Ayuntamiento de Granada, y la Bandera de Andalucía, concedida por la Junta de Andalucía, en reconocimiento de la oportunidad y calidad de este proyecto, puesto en marcha a iniciativa de la hoy Rectora, siendo entonces Vicerrectora de Estudiantes y Rector Don Lorenzo

Morillas Cueva, cuando aún eran pocos los que conocían y se hacían eco de algo que hoy nos resulta incuestionable: las bondades del envejecimiento activo, para el bienestar físico, psicológico e intelectual de la persona.

En su segundo cuarto de vida, nos toca afrontar nuevos retos, y con ello seguir escribiendo con buena letra la historia de esta Institución, con la colaboración y la confianza de nuestros estudiantes.

En el desarrollo de esta labor hay que agradecer la inestimable colaboración con la Universidad de Granada de la Consejería de Igualdad, Políticas Sociales, y Conciliación de la Junta de Andalucía, los Ayuntamientos de las sedes provinciales del Aula (Baza, Guadix y Motril) y las Consejerías de Educación y Cultura de las Ciudades Autónomas de Ceuta y Melilla.

También queremos agradecer la labor de colaboración en la difusión y extensión de las actividades del APFA a la sociedad, que llevan a cabo las asociaciones de estudiantes del Aula: ALUMA y UNIGRAMA en Granada, BASTI en Baza, UGRAMOTRIL en Motril, AULACE en Ceuta y APFAMEL en Melilla.

En suma, confiamos en que todos los que formamos parte del equipo del Aula Permanente (personal docente, estudiantado y personal de administración y servicios), disfrutemos de nuestra tarea y alcancemos los objetivos planteados para este nuevo curso académico; animándoles a participar activamente en las actividades programadas, y, en particular, en el XXIV Encuentro Interprovincial de Sedes del APFA que tendrá lugar en Ceuta los días 16 a 18 de abril de 2021.

Un afectuoso saludo

María del Carmen García Garnica – Directora  
María del Carmen García Ríos – Subdirectora  
Juan Antonio Maldonado Jurado – Subdirector

## 2. Saluda de la alcaldesa

Estimados alumnos y alumnas, docentes y dirección del Aula Permanente de Formación Abierta de la Universidad de Granada en Motril:

Un curso más, y después de más de un cuarto de siglo de existencia de andadura de esta experiencia académica apasionante, volvéis a reencontraros en un momento crucial y trascendental; el de iniciar un nuevo periplo formativo valioso y valiente que trasciende su dimensión eminentemente educativa para erigirse en un símbolo de la perseverancia humana, de la voluntad de abrir aún más el horizonte de nuestras vidas o de la importancia de que la sociedad aproveche, en positivo, toda esa vuestra experiencia que ahora se engrandece con la patina solemne de la universidad.

Soy plenamente consciente de que esta apuesta de la UGR tiene, en Motril, un buen ejemplo de hasta qué punto la superación de las personas no entiende de barreras y que la edad, en este caso, es un incentivo para todos los que amáis el conocimiento no como un acto egoísta, sino que pretendéis revertirlo en el entorno geográfico y humano de quienes, como alumnos, habéis optado por una opción universitaria que en su momento supuso abrir la puerta para que miles de estudiantes mayores tuviesen una oportunidad, una gran oportunidad.

Ello ha supuesto un giro de 180 grados para nuestra realidad como colectividad, como pueblo, porque Motril tiene un potente bastión cultural y profesional, representado por todos esos alumnos y alumnas que han formado parte de este aula desde sus inicios; y todo ello potenciado por la validez y eficacia del equipo directivo y docente hacia quienes no hay palabras suficientes de reconocimiento.

En este momento, con retos enormes y comprometidos por delante derivados de la situación sanitaria mundial, con objetivos ambiciosos como superar y con nota la brecha digital (algo que el alumnado está consiguiendo, de manera brillante), afrontamos un curso 2020-21 que os vuelve a situar a todos como modelos a imitar por todos nosotros.

¡Ánimo y adelante!

Vuestra alcaldesa Luisa María García Chamorro

### **3. Bienvenida del Coordinador**

Estimados estudiantes del Aula Permanente de Formación Abierta de Motril. Es difícil redactar unas breves líneas de bienvenida a un nuevo curso académico empezando por recordar a las alumnas que nos dejaron el curso pasado, y también a sus familias, en las difíciles circunstancias en las que nos hemos encontrado. Pero en estos días difíciles los alumnos/as del aula de Motril han demostrado que son algo más que un grupo de estudiantes.

En estos tiempos de incertidumbre sí que me ha quedado claro la calidad humana de las personas que componen el APFA, la Dirección, el profesorado, personal administrativo y estudiantes han realizado un esfuerzo tremendo por mantener activa la docencia en unos momentos muy difíciles y en los que parecía que la educación y la formación habían pasado a un segundo plano. La adaptación del alumnado de Motril a las nuevas circunstancias ha sido ejemplar y solo cabe darles mi enhorabuena.

En este nuevo y complicado curso tenemos que recuperar todos los retos y proyectos que no quedaron olvidados, tan solo aplazados. Es precisamente ahora cuando se necesita un apoyo institucional más fuerte para mantener el Aula y todo lo que significa, que por lo que hemos podido comprobar, va más allá de la mera recepción de clases. Espero que podamos afrontar el nuevo curso con ilusión, y estoy seguro de que juntos podremos dar respuesta a los problemas que se nos presenten.

Todos los abrazos que no nos hemos podido dar y buen curso.

José Luis Fernández Moreno  
Coordinador en Motril del Aula Permanente de Formación Abierta

## 4. Organización

### 4.1. Estructura del APFA de la Universidad de Granada

#### 4.1.1. Dirección

Directora

D.<sup>a</sup> María del Carmen García Garnica

Subdirectora

D.<sup>a</sup> María del Carmen García Ríos

Subdirector

D. Juan Antonio Maldonado Jurado

#### 4.1.2. Coordinación Sedes provinciales y Ciudades Autónomas

Sede Baza

D.<sup>a</sup> Carmen Eva Mateos Martínez

Sede Guadix

D.<sup>a</sup> Valia García Simón

Sede Motril

D. José Luis Fernández Moreno

Sede Ceuta

D. José María Heredia Jiménez

Sede Melilla

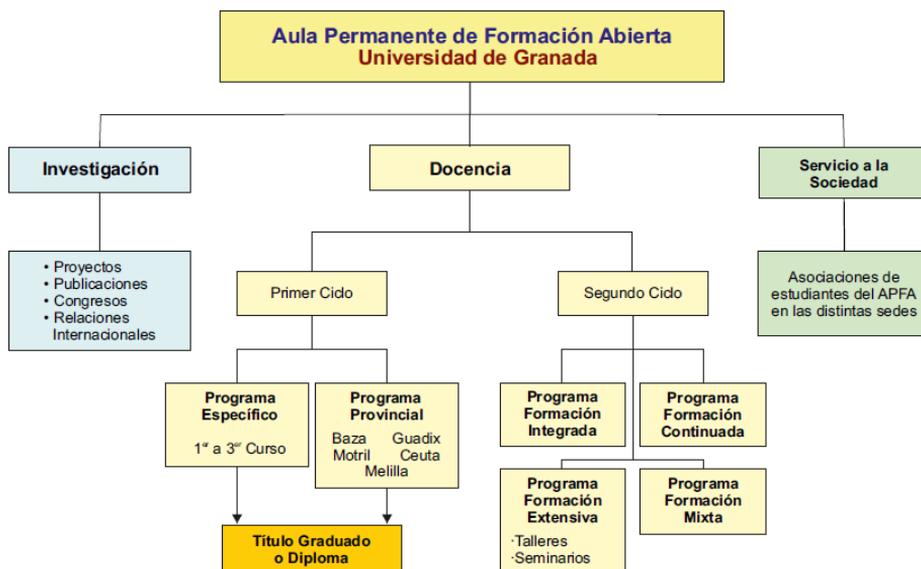
D.<sup>a</sup> Carmen Enrique Mirón

### 4.2. Ayuntamiento de Motril

Alcaldesa

D.<sup>a</sup> Luisa María García Chamorro

### 4.3. Organigrama



## 5. Programa provincial

### 5.1. Desarrollo del curso

#### 5.1.1. Lugar y horario de clase

Ayuntamiento – Salón de Plenos..... Plaza de España, 1  
*Programa provincial* ..... 18:00 a 20:00 horas

Centro San Agustín ..... Avda. San Agustín, 3  
*Informática* ..... 17:00 a 19:00 horas

Centro Cívico “La Matraquilla” ..... Plaza de la Coronación  
*Educación Física* ..... 12:30 a 13:30 horas

#### 5.1.2. Algunas fechas a tener en cuenta

Oct 2020 Presentación del curso 2020/2021 (*Salón de Plenos Ayto, 18:00 h.*)

Oct 2020 Acto de inauguración del Curso Académico 2010/2021.

Oct 2020 Elección de Delegado/a al terminar la clase.

6 mar 2021 Santas Felicidad y Perpetua, Patronas del APFA.

16-18 abr 2021 XXIV Encuentro Interprovincial del APFA en Ceuta.

Junio 2021 Acto de Clausura del Curso Académico 2020/2021.

### 5.2. Título de Graduado/a y diploma

El programa para estudiantes mayores de la UGR está organizado según un plan de estudios de **tres años de duración**. Este programa permite estudiar un número importante de asignaturas troncales, complementarias y optativas especiales, durante más de 600 horas de clase. Asimismo, y con la condición de presentar dentro de los plazos establecidos un trabajo por cada una de las asignaturas cursadas, los/as estudiantes pueden obtener el **“Título de Graduado/a en el Programa Específico para Estudiantes Mayores”** de la Universidad de Granada. Cada responsable de asignatura establecerá los requisitos del trabajo que se ha de presentar al finalizar la asignatura.

### 5.3. Cuadro de asignaturas y responsables

#### 5.3.1. Troncales

(18 sesiones de 2 horas)

Asignatura	Día
<b>T1M. Ciencias Naturales y Medioambiente</b> D. Diego Pablo Ruiz Padillo	Martes 6-10-2020 a 23-02-2021
<b>T2M. Inteligencia Emocional / Nutrición, Salud y Bienestar</b> D. José Luis Cabezas Casado / D.ª María Pilar Sánchez Medina	Jueves 10-12-2020 a 13-05-2021

#### 5.3.2. Complementarias

(9 sesiones de 2 horas)

Asignatura	Día
<b>C1M. Astronomía y ciencias del espacio</b> D. Francisco Valero López	Miércoles 7-10-2020 a 2-12-2020
<b>C2M. El arte de la sensatez; liderazgo en positivo</b> D. José Manuel Cambero Cenzano	Jueves 8-10-2020 a 3-12-2020
<b>C3M. Historia del arte en su contexto histórico de los siglos XIX y XX</b> D. Juan Antonio Flores Pulido	Martes 2-03-2021 a 11-05-2021
<b>C4M. Los hitos más destacados de la apasionante aventura de la arqueología</b> D. Antonio Luis Bonilla Martos	Miércoles 13-01-2021 a 10-03-2021
<b>C5M. Música, talento y emoción</b> D.ª Sara Mercado Palomino	Miércoles 17-03-2021 a 26-05-2021

#### 5.3.3. Optativas especiales

Asignatura	Día
<b>OE1M. Educación Física para Mayores</b> D. Abel Cáceres Quiles	L-X 40 ses-1h 5-10-2020 a 12-04-2021
<b>OE2M. Informática básica</b> D. Antonio Jesús Martín Manzano	Lunes 20 ses-2h 5-10-2020 a 12-04-2021

## 5.4. Calendario curso académico 2020/2021

### octubre 2020

L	M	X	J	V	S	D
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

### noviembre 2020

L	M	X	J	V	S	D
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

### diciembre 2020

L	M	X	J	V	S	D
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

### enero 2021

L	M	X	J	V	S	D
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

### febrero 2021

L	M	X	J	V	S	D
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28

### marzo 2021

L	M	X	J	V	S	D
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

### abril 2021

L	M	X	J	V	S	D
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

### mayo 2021

L	M	X	J	V	S	D
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

Recuperación de clases	XXIV Encuentro Interprovincial
Vacaciones	Patronas del APFA
Semana Cultural	

## 6. Preinscripción y matriculación

### 6.1. Preinscripción

Los estudiantes de nuevo ingreso, o aquellos cuya última matrícula se hizo hace más de 5 años, deberán hacer una **preinscripción** previa a la matriculación, **preferiblemente on line** (enviando un correo electrónico a [apfa@ugr.es](mailto:apfa@ugr.es) adjuntando el formulario de preinscripción y la fotocopia del DNI), y excepcionalmente de forma presencial. Es totalmente gratuita y será necesaria para poder formalizar la matriculación.

*Lugar de preinscripción (excepcional):*

Contactar con el coordinador en [apfa.motril@ugr.es](mailto:apfa.motril@ugr.es)

*Periodo de preinscripción (los días indicados se consideran inclusive)*

Del 10 al 30 de septiembre de 2020

De lunes a jueves, en horario de 17 a 19 h.

*Documentación:*

Fotocopia del DNI

Impreso de preinscripción cumplimentado <sup>(1)</sup>

### 8.1. Matriculación

#### 6.2.1 Lugar de matriculación

La matriculación se realizará online a través de la “Oficina Virtual” de la UGR: <https://oficinavirtual.ugr.es/ai/>

La matriculación en las actividades de campo se realizará en los plazos y forma que se establezcan para cada actividad.

#### 6.2.2 Período de matriculación (los días indicados se consideran inclusive)

Del 16 al 30 de septiembre de 2020

#### 7.2.2 Precios públicos

Programa provincial . . . . .	110 €
Optativas Especiales ( <i>mínimo 10 estudiantes</i> ) ( <i>cada una</i> ) . . . . .	25 €
Actividades de campo ( <i>cada una</i> ) . . . . .	10 €

<sup>(1)</sup> Los impresos se pueden descargar de <https://apfa.ugr.es>

#### *6.2.4 Pago de los precios públicos*

Una vez realizada la matrícula, el pago del importe de la misma se realizará en el plazo de **dos días hábiles**, a través de la “Oficina Virtual”, opción “Pago Electrónico UGR” o imprimiendo la/s carta/s de pago y efectuando el ingreso de forma presencial en la entidad bancaria.

#### *6.2.5 Anulación de la matrícula y devolución de precios públicos*

Se podrá solicitar la anulación de la matrícula hasta las 14 horas del día 31 de octubre de 2020, no procediendo la devolución de precios públicos en el caso de solicitudes presentadas con posterioridad, salvo causa imputable a la administración universitaria, siendo requisito imprescindible la devolución de la tarjeta universitaria inteligente en caso de que haya sido entregada.

La devolución de precios públicos correspondiente a la inscripción en actividades de campo estará sujeta a lo establecido en el procedimiento que regula la organización de las mismas.

Se procederá de oficio a la anulación de la matrícula si transcurridos el plazo estipulado no se ha efectuado el ingreso del importe de los precios públicos.

### **6.2. Becas**

Se concederán becas por un importe igual al 75% del importe de la matrícula (exceptuando optativas especiales y actividades de campo). Su concesión compete a una Comisión convocada por el Secretariado de Becas de la Universidad de Granada. La solicitud de beca se realizará en los plazos y forma establecidos en la Resolución de convocatoria de la beca que publica el Vicerrectorado de Estudiantes y Empleabilidad.

La beca se podrá solicitar a través de la Oficina Virtual de la UGR (<https://oficinavirtual.ugr.es/ai/>), desde el 16 al 31 de octubre de 2020.

### **6.3. Tarjeta Universitaria Inteligente (TUI)**

Los estudiantes matriculados podrán obtener su TUI de manera inmediata dirigiéndose a cualquiera de los 2 Puntos de Emisión Instantánea en las Facultades de Ciencias (Campus Fuentenueva) y Ciencias Empresariales (Campus Cartuja). También se puede realizar la solicitud de la TUI a través de la “Oficina Virtual”, pero este procedimiento tarda al menos 30 días.

**Para cada gestión administrativa que se realice a través de internet hay un documento de ayuda en la web del APFA: <https://apfa.ugr.es>**



The logo is a square divided into four triangles by a black cross. The top-left triangle is black with a white coat of arms. The top-right triangle is white with a black coat of arms. The bottom-left triangle is white with a black coat of arms. The bottom-right triangle is black with a white coat of arms. In the center of the cross is a red and white coat of arms. The text 'XXIV ENCUESTRO INTERPROVINCIAL' is on the left, '16-18 abril 2021' is on the right, 'Aula Permanente Formación Abierta' is at the bottom left, and 'UNIVERSIDAD DE GRANADA' is at the bottom right.

**XXIV**  
**ENCUESTRO**  
**INTERPROVINCIAL**

16-18 abril  
2021

Aula Permanente  
Formación Abierta

UNIVERSIDAD  
DE GRANADA

## 7. Descriptores de las asignaturas

### 7.1. Troncales

#### **T1M. Ciencias Naturales y Medioambiente**

*Responsable:* D. Diego Pablo Ruiz Padillo

*Profesores colaboradores:*

Wenceslao Martín Rosales, Federico Zurita Martínez, Inmaculada Foyo Moreno, Amador Martínez Jiménez, Carlos Norman Barea, Ángel Ramos Ridaó, Mercedes Sánchez Cózar, José Luis Rosúa Campos, Francisco Serrano Bernardo

*Descriptor:*

Este curso está destinado a aquellos alumnos con interés en profundizar en el conocimiento del sistema Tierra, en sus aspectos biológicos, geológicos y ambientales, centrándonos en la influencia que tienen por y para el ser humano, resaltando todas aquellas implicaciones que se derivan en su bienestar y salud. Lo trataremos desde una perspectiva centrada en el desarrollo sostenible y el control de la contaminación, y las posibles soluciones que serían factibles desde el punto de vista de la ciencia y la tecnología.

Primeramente analizaremos las partes del planeta en el que desarrollamos nuestra vida (hidrosfera, atmósfera y litosfera) junto con la biosfera o ecosistema global, prestando especial atención al proceso evolutivo de los seres humanos y su adaptación al ambiente. Posteriormente, se estudiarán las principales amenazas a las que nos enfrentamos debido a la acción del ser humano y los efectos de la contaminación sobre los seres vivos. En este aspecto trataremos aspectos como la legislación de impacto ambiental, la protección espacios naturales protegidos, el cambio climático, las técnicas de potabilización de aguas, la contaminación del aire urbano; el ruido y el problema de la energía y la gestión de los residuos en una economía global. Planteados estos problemas se discutirán sus implicaciones y soluciones desde el punto de vista del desarrollo sustentable.

*Programa:*

Tema 1. Patrimonio geológico

Tema 2. El ciclo integral del agua. Potabilización, depuración y reutilización.

Tema 3. Evolución, biodiversidad y conservación.

Tema 4. Evolución, naturaleza y alimentos.

Tema 5. Evaluación de impacto ambiental.

Tema 6. Restauración de espacios degradados.

Tema 7. Espacios naturales protegidos.

Tema 8. Recursos litorales en andalucía: presente y futuro.

Tema 9. Escasez de agua dulce: el agua subterránea.

Tema 10. Contaminación alimentaria. Efectos sobre la salud.

Tema 11. Disruptores endocrinos.

Tema 12. Radiaciones ionizantes. Efectos biológicos.

Tema 13. Uso de la energía en el hogar.

Tema 14. El protocolo de kyoto y el cambio climático.

Tema 15. La atmosfera y contaminación del aire.

Tema 16. Contaminación acústica. Efectos para la salud.

Tema 17. Contaminación electromagnética: telefonos móviles.

Tema 18. Gestión de residuos

## **T2M. Inteligencia Emocional / Nutrición, Salud y Bienestar**

### **Inteligencia Emocional:**

*Responsable:*

D. José Luis Cabezas Casado

*Profesores colaboradores:*

Ana Portillo Portillo, Jerónimo Barranco Navarro, Laura Rubio Rubio, José Olmedo, Carmen Pichardo, Iván Vílchez.

*Descriptor:*

La Inteligencia emocional es un tema de enorme actualidad en la Psicología del siglo XXI con una vertiente aplicada especialmente al envejecimiento satisfactorio. Tras este constructo encontramos elementos apasionantes tales como la inteligencia emocional, habilidades sociales, la automotivación, manejo de las emociones, etc... En el presente curso se pretende, de un modo aplicado, dar a conocer todas aquellas claves que permitan optimizar procesos y competencias necesarios para vivenciar el paso de los años de un modo satisfactorio a la luz de la experiencia y el optimismo vital.

*Programa:*

- La inteligencia Emocional y la autoestima como base de una adecuada I.E.
- Las propias emociones: saber reconocerlas y su trabajo en la vida cotidiana.
- Inteligencia Emocional y habilidades sociales.
- Actitudes positivas e Inteligencia Emocional.
- Música para despertar.
- Empatía, Inteligencia Emocional y aprender a resolver conflictos.
- Inteligencia Emocional y los peligros que la acechan.
- Musicoterapia e Inteligencia Emocional. Jondoperapia.
- En busca de la felicidad en el “aquí y el ahora” sobre la base de la Inteligencia Emocional.

### **Nutrición, Salud y Bienestar:**

*Responsable:*

D.<sup>a</sup> María Pilar Sánchez Medina

*Profesores colaboradores:*

María Jesús Álvarez Cubero, Marta Cuadros Celorrio, María Isabel Rodríguez Lara, Luis Javier Martínez González, Sonia García Rodríguez.

### *Descriptor:*

Una buena alimentación es la clave para el correcto desarrollo de las personas, así como para prevenir enfermedades. Esta asignatura enseñará los principios básicos de nutrición y ayudará a formular dietas sanas, así como valorar diferentes tipos de dieta y entender la nutrición dentro de un estilo de vida saludable. Para ello, tratará sobre la importancia de una dieta variada, equilibrada y de los adecuados hábitos de vida. Se estudiarán los mitos sobre la alimentación saludable. Además, se abordará sobre los beneficios de la dieta mediterránea, destacando su papel para algunas enfermedades con una elevada predisposición genética. Del mismo modo, se darán a conocer el uso de productos vegetales para la prevención de enfermedades, y el estudio de dietas adecuadas para tratar enfermedades relacionadas con la alimentación.

### *Programa*

- Conceptos básicos de nutrición, alimentación y la salud.
- Dieta mediterránea: características y beneficios.
- Mitos sobre la alimentación y la salud, ¿verdadero o falso?
- Vida saludable: dieta y deporte.
- Alergias alimentarias o intolerancias alimentarias.
- Nutrición y enfermedades inmunológicas.
- ¿Cómo influye la genética en nuestra alimentación?
- Interacción genético ambiental del riesgo de obesidad, intolerancias y otros trastornos nutricionales.
- Propiedades terapéuticas del uso de las plantas en beneficio de la salud.
- Interpretar y analizar con criterio la información presente etiquetado de los alimentos.

## 7.2. Complementarias

### **C1M. Astronomía y ciencias del espacio**

*Responsable:* D. Francisco Valero López

*Descriptor:*

Visión general de la Astronomía como ciencia y sus implicaciones directas en el desarrollo de la humanidad.

*Programa:*

- Breve recorrido histórico de la Astronomía como ciencia al servicio del ser humano.
- Movimientos de la Tierra y su relación con el cielo que vemos.
- Conceptos básicos para observar el cielo.
- Primeros pasos en la observación del cielo nocturno.
- El Sistema Solar, nuestra familia cósmica.
- Estrellas, cúmulos estelares, galaxias.
- Más allá de nuestra Galaxia; Cosmología y Astronáutica.
- Observación del cielo nocturno: taller experimental de observación del cielo nocturno.

## **C2M. El arte de la sensatez; liderazgo en positivo**

*Responsable:* D. José Manuel Cambero Cenzano

### *Descriptor:*

Esta asignatura trata el liderazgo desde el punto de vista positivo para la persona y la sociedad. ¿Por qué es importante? ¿Cómo influye en mí? ¿Cómo puedo recrearlo, desarrollarlo y potenciarlo?

¿Cómo mejoro mi propio liderazgo?

Empleando el método del caso, de tal modo que la participación en las sesiones sea lo más amplia posible, desarrollaremos las siguientes capacidades:

- Entender algunos tipos de liderazgo, haciendo un especial énfasis en el autoconocimiento.
- Establecer diferencias entre estas tres realidades diferenciadas.
- Cómo es el proceso de toma de decisiones, qué hay detrás de este proceso.
- Distinguir entre estos tres conceptos, desde un punto de vista práctico.
- Camino para cambiar el estilo de liderazgo personal.
- Las decisiones correctas: proceso de toma de decisiones.
- Siempre en desarrollo, la experiencia es una clave en el crecimiento personal.
- Balance de motivos, intereses, decisiones
- Proyecto de puesta en acción.

### *Programa:*

1ª Sesión: ¿Qué liderazgo es el mío?

2ª Sesión: ¿Acompañar, dirigir o liderar?

3ª Sesión: ¿Por qué tomo estas decisiones?

4ª Sesión: Hábitos, valores, virtudes: Conocerlos, crearlos, potenciarlos.

5ª Sesión: ¿Puedo aprender a liderar? Liderando, aprendo.

6ª Sesión: ¿Puedo aprender a decidir? Decidiendo aprendo.

7ª Sesión: ¿Creando hábitos? ¿Creando valores?

8ª Sesión: Viviendo en... sintonía.

9ª Sesión: ¿Y se me lidero a mí mismo?

### **C3M. Historia del arte en su contexto histórico de los siglos XIX y XX**

*Responsable:* D. Juan Antonio Flores Pulido

*Descriptor:*

Se trata de estudiar las formas de utilización del arte como herramienta del poder establecido, en busca de construir el imaginario colectivo e identitario de las historias nacionales. En el convulso mundo que va desde las Revoluciones Liberales del siglo XIX a la época postcolonial y la postmodernidad actual, realizaremos un recorrido histórico analizando el papel de la pintura histórica, la escultura, la arquitectura y otras formas de expresión artísticas, en el proceso histórico de construcción de historias nacionales y relatos identitarios (aquello que Benedict Anderson llamó “Comunidades imaginadas”) como vía de legitimación del poder y de identificación del pueblo con el mismo.

*Programa:*

- Primera sesión. La pintura historicista española en la segunda mitad del siglo XIX. Las exposiciones nacionales de Bellas Artes.
- Segunda sesión. El monumento conmemorativo a finales del siglo XIX y principios del siglo XX.
- Tercera sesión. El arte fascista. Eclecticismo, vanguardia, futurismo y clasicismo.
- Cuarta sesión. El arte del Tercer Reich.
- Quinta sesión. El arte bajo la tutela soviética. El Realismo Socialista.
- Sexta sesión. La cartelería en el siglo XX. El caso de la Guerra Civil Española.
- Séptima sesión. Arte en el Franquismo.
- Octava sesión. El arte después de la Segunda Guerra Mundial.
- Novena sesión. El arte postcolonial. En busca de la identidad.

## **C4M. Los hitos más destacados de la apasionante aventura de la arqueología**

*Responsable:* D. Antonio Luis Bonilla Martos

### *Descriptor:*

Durante las sesiones de esta asignatura se hace un recorrido por los hitos más importantes de nuestra historia, para dar una visión general y conocer algunos de los descubrimientos, ciudades, monumentos, culturas, personajes y lugares más emblemáticos del pasado.

Ciudades rescatadas del pasado como Pompeya. Tesoros sacados de las profundidades del pasado y ganados a los expoliadores como el del barco Ntra. Sra. de las Mercedes, con su trágico destino. Momias con mucha historia que contar como Otzi. Apasionados de la historia como Luis Siret o las Misteriosas líneas de Nazca.

Estos son solo algunos de los temas a los que la arqueología, vista desde el punto, no solo científico sino también como aventura, nos acerca como algo apasionante y maravilloso que nos hará respetar y amar más el importante patrimonio que las distintas culturas nos han legado a lo largo de los siglos.

### *Programa:*

1. En busca de nuestro origen.
2. Tumbas y momias famosas.
3. Principales monumentos megalíticos.
4. El legado ibérico.
5. ¡Y llegaron los romanos!
6. El Islam en la península Ibérica.
7. El mundo submarino: Barcos y pecios que hicieron historia.
8. Exploradores y arqueólogos.
9. Culturas precolombinas.

## **C5M. Música, talento y emoción**

*Responsable:* D.<sup>a</sup> Sara Mercado Palomino

### *Descriptor:*

Es una asignatura motivadora, práctica e inspiradora. El talento, la música y la emoción, brilla en el interior de todas las personas. Desde el ángulo teórico y práctico, pretenderemos acercar, este apasionante idioma universal. A través del canto, adentrándonos en el corazón del ritmo, la emoción y el recuerdo que nos transporta y eleva al alma de las personas. La música será compañera de viaje en el aprendizaje, y por qué no, ¿por qué no aprovechamos sus múltiples beneficios (de atención, concentración, coordinación, memoria...) mientras aprendemos disfrutando y disfrutamos aprendiendo?

### *Programa:*

\*Todas las sesiones, contarán con una parte teórica con presentación power point, conceptos básicos y una segunda parte práctica.

Sesión 1: ¿QUÉ ES LA MÚSICA? IMPROVISA TU TALENTO. Pequeña presentación musical en donde detectaremos el punto de partida para adaptar la materia a los perfiles. Y las cualidades del sonido (Intensidad, timbre, duración y tempo)

Sesión 2 : MÚSICA Y EMOCIÓN.

Tonalidades musicales, la emoción a través de la música de diferentes estilos. ¿Qué emoción te inspira esta música? Imagina y saca tu creatividad

Sesión 3 : ¿A QUÉ HUELE LA MÚSICA? LA MÚSICA ME TRANSPORTA A UN RECUERDO –EMOCIÓN. Ejercicio PNL (Programación neurolingüística y relajación con música en directo)

Sesión 4: MÚSICA Y CANTO

Pinceladas de técnica vocal, impostación de la voz. Repertorios de coros y versiones adaptadas

Sesión 4: MELODÍA, RITMO Y ARMONÍA. Pautas básicas del lenguaje musical con ejercicios prácticos.

Sesión 5: ORQUESTA MUSICAL Y COMBOS. Fusión del lenguaje con diferentes patrones rítmicos y melódicos

Sesión 6: BREVE HISTORIA DE LA MÚSICA con ejercicios prácticos

Sesión 7: TRABAJAMOS MONOGRÁFICOS EN EQUIPO sobre grupos musicales, repertorio e historia (elección del alumnado)

Sesión 8: EL PODER DE LA MÚSICA EN NUESTRO CEREBRO. LA MÚSICA EN EL NEUROMARKETING Y NEUROCIENCIA.

Sesión 9: DESARROLLA TU INTELIGENCIA CAPACIDAD SUPERIOR Y NEUROPSICOLOGÍA A TRAVÉS DE LA MÚSICA

Finalizamos con la banda sonora que prepararemos para esta asignatura.

### 7.3. Optativas especiales

*(Para que se impartan estas asignaturas optativas especiales será necesario un mínimo de 10 estudiantes matriculados. El máximo de estudiantes para las asignaturas de Informática es de 25)*

#### **OE1M. Educación Física para Mayores**

*Responsable:* D. Abel Cáceres Quiles

*Descriptor:*

En esta asignatura se persigue que el alumnado mejore las diferentes capacidades y habilidades físicas básicas, en especial aquellas relacionadas directamente con la calidad de vida y la salud de personas en la llamada tercera edad. También se tiene como objetivo el adquirir hábitos saludables en cuanto a la postura corporal, el descanso, el ejercicio físico o la hidratación. Todo ello se hará a través de una metodología participativa y lúdica, con preponderancia de los juegos motores, que además influirá positivamente en otros aspectos como son la socialización y el divertimento.

*Programa:*

#### CONTENIDOS PRINCIPALES:

- Capacidades Físicas Básicas: Resistencia aeróbica básica.
- Capacidades Físicas Básicas: Amplitud de movimientos y flexibilidad.
- Capacidades Físicas Coordinativas: Coordinación y equilibrio.
- Habilidades Físicas Básicas: Desplazamientos
- Conceptos teórico-prácticos vida saludable: ejercicio físico, nutrición, hidratación y descanso.
- Juegos motores: reglas, beneficios y práctica.
- Juegos socialización: reglas, beneficios y práctica.

#### CONTENIDOS SECUNDARIOS:

- Capacidades Físicas Básicas: Fuerza máxima básica.
- Capacidades Físicas Básicas: Velocidad. Habilidades Físicas Básicas: Saltos, giros, lanzamientos y recepciones.
- Agilidad y velocidad de reacción.

## **OE2M. Informática básica**

*Responsable:* D. Antonio Jesús Martín Manzano

*Descriptor:*

Con esta asignatura se pretende consolidar la oferta formativa que desde hace muchos años se lleva a cabo en el Aula Permanente en distintos aspectos relacionados con el uso de las nuevas Tecnologías de la Información y de las Comunicaciones de forma totalmente práctica, centrándonos así en mejorar la alfabetización digital de nuestros estudiantes.

*Programa:*

- Introducción a la Informática
- Trámites administrativos online APFA. Oficina Virtual:
  - Número PIN: obtención y recuperación.
  - Automatrícula.
  - Solicitud de beca.
  - Configuración del correo electrónico.
  - Tarjeta Universitaria Inteligente (TUI)
- Gestión del correo electrónico.
- Plataforma E-Campus.
- Tratamiento de imágenes. Nivel básico.
- Sincronización móvil/tableta/pc.
- Algunas aplicaciones móviles de uso habitual.

Programa específico:

- Servicios en la nube.
- Almacenamiento en la nube: Drive, Dropbox, Cloud, etc.
- Seguridad en internet.
- Servicios colaborativos: ofimática en la red.
- Introducción a la administración electrónica: certificados y firma digital.

## 8. Información

### 8.1. Direcciones postales

<i>Coordinadora</i>	D. José Luis Fernández Moreno
<i>Dirección</i>	Área de Educación del Ayuntamiento de Motril Casa Condesa de Torre-Isabel Tahora, 2 18600 Motril
<i>Teléfono</i>	676986590
<i>Correo electrónico</i>	apfa.motril@ugr.es

### 8.2. En Granada

<i>Dirección</i>	Avda. de Madrid, 11. Espacio V Centenario 18071 Granada
<i>Teléfono</i>	958 249375
<i>Correo electrónico</i>	apfa@ugr.es

### 8.3. En Internet

Para obtener información relacionada con la actividad del Aula Permanente de Formación Abierta y realizar diferentes gestiones en la UGR, pueden ser de utilidad las siguientes direcciones de internet:

<i>Universidad de Granada</i>	<a href="http://www.ugr.es">www.ugr.es</a>
<i>Aula Permanente de Formación Abierta</i>	<a href="https://apfa.ugr.es">https://apfa.ugr.es</a>
<i>Nº PIN</i>	<a href="https://oficinavirtual.ugr.es/apli/solicitudFA/registroFA00.jsp">https://oficinavirtual.ugr.es/apli/solicitudFA/registroFA00.jsp</a>
<i>Oficina virtual</i>	<a href="https://oficinavirtual.ugr.es/ai">https://oficinavirtual.ugr.es/ai</a>
<i>Gestión correo electrónico</i>	<a href="https://webmailest.ugr.es">https://webmailest.ugr.es</a>
<i>Tarjeta universitaria</i>	<a href="https://udigital.ugr.es/emision_tui/">https://udigital.ugr.es/emision_tui/</a>

La información contenida en esta publicación podrá sufrir variaciones en función de las circunstancias, necesidades e incidencias que puedan surgir a lo largo del curso académico y de las que se informará puntualmente a través de los canales de comunicación con que cuenta el APFA.