

## Guía docente / *Course Syllabus*

2018-19

### 1. Descripción de la Asignatura / *Course Description*

Asignatura <i>Course</i>	NUTRICIÓN EN LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE
Códigos <i>Code</i>	601025
Facultad <i>Faculty</i>	Facultad de Ciencias del Deporte
Grados donde se imparte <i>Degrees it is part of</i>	Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte
Módulo al que pertenece <i>Module it belongs to</i>	Conocimientos aplicados
Materia a la que pertenece <i>Subject it belongs to</i>	Actividad física y salud
Departamento responsable <i>Department</i>	Biología Molecular e Ingeniería Bioquímica
Curso <i>Year</i>	4º
Semestre <i>Tern</i>	1º
Créditos totales <i>total credits</i>	6
Carácter <i>Type of course</i>	Obligatoria
Idioma de impartición <i>Course language</i>	Español
Modelo de docencia <i>Teaching model</i>	B1

Clases presenciales del modelo de docencia B1 para cada estudiante: 27 horas de enseñanzas básicas (EB), 18 horas de enseñanzas prácticas y de desarrollo (EPD) y 0 horas de actividades dirigidas (AD). Hasta un 10% de la enseñanza presencial puede sustituirse por docencia a distancia (también presencial, pero posiblemente asincrónica), de acuerdo con la programación de la Asignatura publicada antes del comienzo del curso.

*Number of classroom teaching hours of B1 teaching model for each student: 27 hours of general teaching (background), 18 hours of theory-into-practice (practical group tutoring and skill development) and 0 hours of guided academic activities. Up to 10% of face-to-face sessions can be substituted by online teaching, in accordance with the course schedule published before it begins.*

## 2. Responsable de la Asignatura / *Course Coordinator*

Nombre <i>Name</i>	María de los Ángeles Ortega de La Torre
Departamento <i>Department</i>	Biología Molecular e Ingeniería Bioquímica
Área de conocimiento <i>Field of knowledge</i>	Nutrición y Bromatología
Categoría <i>Category</i>	Profesora Titular de Universidad
Número de despacho <i>Office number</i>	Edificio 22, Planta 2ª, Despacho 01.C
Teléfono <i>Phone</i>	95 497 78 94
Página web <i>Webpage</i>	
Correo electrónico <i>E-mail</i>	maortega@upo.es

## 3. Ubicación en el plan formativo / *Academic Context*

Breve descripción de la asignatura <i>Course description</i>	Modelo de docencia: B1 a. Enseñanzas Básicas (EB): 60% b. Enseñanzas de Prácticas y Desarrollo (EPD): 40%
Objetivos (en términos de resultados del aprendizaje) <i>Learning objectives</i>	<p>El objetivo fundamental de esta asignatura es proporcionar unos conocimientos científicos elementales y prácticos, que den una visión general y crítica del papel de la nutrición en la práctica deportiva.</p> <p>Los objetivos específicos, descritos en forma de resultados de aprendizaje, son:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Ser capaz de identificar los sustratos energéticos utilizados a nivel muscular, en función del sistema de energía empleado según la modalidad deportiva (intensidad y duración del ejercicio).</li><li>2. Ser capaz de integrar desde una perspectiva global el metabolismo energético de los distintos nutrientes durante la realización de deportes de fuerza, resistencia y combinados.</li><li>3. Ser capaz de calcular los requerimientos de energía y distintos nutrientes para la práctica deportiva.</li><li>4. Ser capaz de evaluar la composición corporal y el estado nutricional del deportista e interpretar los resultados.</li><li>5. Ser capaz de desarrollar un plan de alimentación para el deportista teniendo en cuenta sus necesidades fisiológicas, su composición corporal, su modalidad deportiva, su periodo de actividad y su máximo rendimiento.</li><li>6. Ser capaz de valorar la idoneidad de suplementos y ayudas ergogénicas a nivel individual para alcanzar el óptimo de salud y rendimiento físico.</li><li>7. Ser capaz de consultar las principales fuentes de información en nutrición, salud y deporte.</li></ol>
Prerrequisitos <i>Prerequisites</i>	No se establecen requisitos previos.
Recomendaciones	Para cursar esta asignatura no se establecen requisitos previos. Sin

<i>Recommendations</i>	<p>embargo, para una mejor comprensión y aprovechamiento de los contenidos de esta asignatura, se aconseja el repaso de los conceptos aprendidos en las asignaturas de 1er curso Anatomía funcional del sistema motor y Fisiología Humana (especialmente lo relacionado con la fisiología de los sistemas digestivo, respiratorio, circulatorio y excretor), en las de 2º curso Bioquímica de la actividad física y del deporte y Fisiología de la actividad física (sobre todo lo relacionado con estructura, composición, funciones y metabolismo de proteínas, hidratos de carbono y lípidos), y en la de 3er curso Actividad Física y Salud.</p>
<p>Aportaciones al plan formativo <i>Contributions to the educational plan</i></p>	<p>La presencia de la asignatura Nutrición en la Actividad Física y el Deporte en el Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte es de suma importancia para el futuro profesional de ese campo.</p> <p>La Nutrición es uno de los principales factores que pueden influir no sólo en el rendimiento sino también en la salud del deportista. En este sentido, una correcta nutrición puede suponer un incremento del rendimiento deportivo, mientras que unos hábitos nutricionales incorrectos pueden ser uno de los principales riesgos para la salud.</p> <p>La Nutrición Deportiva es un área de estudio relativamente nueva cuyo objetivo es la aplicación de los principios nutricionales a la mejora del rendimiento deportivo, al mantenimiento de la salud del deportista y a la prevención de las lesiones y el sobre-entrenamiento. Por ello es totalmente necesario que los profesionales del deporte profundicen en los conocimientos de Nutrición Deportiva, y sean conscientes no sólo de los beneficios que una dieta equilibrada y correcta y el correcto empleo de los suplementos nutricionales pueden tener sobre la salud y rendimiento de la persona físicamente activa, sino también de los perjuicios que puede ocasionar el seguir recomendaciones, hábitos o tradiciones nutricionales sin fundamento científico.</p> <p>Desde el punto de vista instrumental se adquirirán contenidos y competencias específicos de la profesión en la mayoría de sus ámbitos profesionales:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- En el ámbito de la Actividad Física y la Salud</li> <li>- En el ámbito de la Docencia en Educación Física.</li> <li>- En el ámbito del Entrenamiento Deportivo.</li> <li>- El ámbito de la Gestión-Recreación Deportiva.</li> </ul>

#### 4. Competencias / Skills

<p>Competencias básicas de la Titulación que se desarrollan en la Asignatura <i>Basic skills of the Degree that are developed in this Course</i></p>	<p>CB1 - Que los estudiantes hayan demostrado poseer y comprender conocimientos en un área de estudio que parte de la base de la educación secundaria general, y se suele encontrar a un nivel que, si bien se apoya en libros de texto avanzados, incluye también algunos aspectos que implican conocimientos procedentes de la vanguardia de su campo de estudio</p> <p>CB3 - Que los estudiantes tengan la capacidad de reunir e interpretar datos relevantes (normalmente dentro de su área de estudio) para emitir juicios que incluyan una reflexión sobre temas relevantes de índole social, científica o ética</p> <p>CB5 - Que los estudiantes hayan desarrollado aquellas habilidades de aprendizaje necesarias para emprender estudios posteriores con un alto grado de autonomía</p>
<p>Competencias generales de la</p>	<p>CG1 - Poseer y comprender conocimientos básicos, generales y de</p>

<p>Titulación que se desarrollan en la Asignatura <i>General skills of the Degree that are developed in this Course</i></p>	<p>vanguardia en el campo de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. CG11 - Fomentar una cultura emprendedora en relación con los diferentes perfiles profesionales CG12 - Desarrollar habilidades de aprendizaje necesarias para emprender estudios posteriores con un alto grado de autonomía.</p>
<p>Competencias transversales de la Titulación que se desarrollan en la Asignatura <i>Transversal skills of the Degree that are developed in this Course</i></p>	<p>CT1 - Comprender la literatura científica del ámbito de la actividad física y el deporte en lengua inglesa y en otras lenguas de presencia significativa en el ámbito científico. CT2 - Saber aplicar las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. CT4 - Desarrollar competencias para la adaptación a nuevas situaciones y resolución de problemas, y para el aprendizaje autónomo. CT5 - Desarrollar hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional. CT6 - Conocer y actuar dentro de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional.</p>
<p>Competencias específicas de la Titulación que se desarrollan en la Asignatura <i>Specific competences of the Degree that are developed in the Course</i></p>	<p>CE2 - Promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica de la actividad física y del deporte.</p>
<p>Competencias particulares de la asignatura, no incluidas en la memoria del título <i>Specific skills of the Course, not included in the Degree's skills</i></p>	<p>Competencias cognitivas (“saber”): C1. Valorar la importancia de la Nutrición para el óptimo rendimiento deportivo. C2. Discutir el papel del profesional del deporte en la nutrición deportiva. C3. Conocer las funciones y utilización metabólica de los nutrientes y otros componentes de los alimentos y su repercusión para el rendimiento y estado de salud del deportista. C4. Conocer los sistemas de energía del músculo durante el ejercicio, y el grado de participación de los sustratos energéticos durante la actividad física y en diferentes modalidades deportivas. C5. Conocer las principales ayudas ergogénicas nutricionales y sus aplicaciones, y analizar su potencial aplicación en la práctica deportiva. C6. Conocer las necesidades y requerimientos de energía, nutrientes e hidratación que satisfagan nutricionalmente a la población físicamente activa. C7. Conocer las diferentes técnicas, instrumentos de evaluación nutricional y procedimientos para la valoración del estado nutricional del deportista, y posibles estados alterados. C8. Saber establecer pautas de alimentación, así como diseñar una alimentación que se acomode a los diferentes deportistas según su estado de salud, el tipo de deporte que practiquen, su peso corporal, su composición corporal, sus gustos culinarios. C9. Conocer las prácticas dietéticas erróneas más extendidas en el mundo deportivo por su riesgo potencial para la salud. Competencias procedimentales (“saber hacer”): D1. Ser capaz de calcular el contenido energético de los alimentos mediante la utilización de las tablas de composición de alimentos y/o herramientas informáticas apropiadas. D2. Ser capaz de usar los suplementos nutricionales y ayudas ergogénicas de la manera correcta y cuando se precisen.</p>

D3. Ser capaz de identificar el papel de los preparadores físicos, entrenadores, profesionales de la salud y entorno familiar de los deportistas en el cumplimiento, por parte de los deportistas, de sus objetivos nutricionales.

D4. Ser capaz de gestionar la información científica y técnica relacionada con la Nutrición Deportiva, aplicando los avances en Nutrición Deportiva fundamentados en un sólido conocimiento científico.

D5. Desarrollar capacidad de análisis y síntesis y habilidad en comunicación oral y escrita en lengua nativa, en relación a temas de Nutrición Deportiva.

Competencias actitudinales (“ser”):

E1. Potenciar el pensamiento reflexivo, con el planteamiento de temas de actualidad relacionados con la Nutrición Deportiva y sus posibles efectos beneficiosos o perjudiciales.

E2. Fomentar la inquietud por un trabajo de calidad, y compromiso por una formación permanente para renovar y actualizar constantemente los conocimientos adquiridos, potenciando el aprendizaje autónomo por parte del estudiante.

E3. Tener capacidad crítica y autocrítica en temas relacionados con la Nutrición Deportiva.

E4. Saber motivar a los deportistas sobre la importancia de una correcta nutrición en el mantenimiento de su salud y del rendimiento deportivo.

## 5. Contenidos de la Asignatura: temario / *Course Content: Topics*

<b>PARTE I</b>	<b>INTRODUCCIÓN.</b>
TEMA 1	INTRODUCCIÓN. IMPORTANCIA DE LA NUTRICIÓN PARA LA SALUD Y LA PRÁCTICA DEPORTIVA.
<b>PARTE II</b>	<b>FUNDAMENTOS DE NUTRICIÓN EN LA PRÁCTICA DEPORTIVA</b>
TEMA 2	NUTRICIÓN SALUDABLE PARA LA CONDICIÓN FÍSICA Y EL DEPORTE. VALOR NUTRICIONAL DE LOS ALIMENTOS.
TEMA 3	BALANCE ENERGÉTICO Y MEDICIÓN DEL GASTO ENERGÉTICO.
TEMA 4	SISTEMAS DE UTILIZACIÓN DE ENERGÍA POR PARTE DEL MÚSCULO.
TEMA 5	NECESIDADES NUTRICIONALES Y RECOMENDACIONES DEL SER HUMANO EN LA PRÁCTICA DEPORTIVA.
TEMA 6	VALORACIÓN DEL ESTADO NUTRICIONAL EN EL DEPORTISTA. PESO Y COMPOSICIÓN CORPORAL PARA EL MANTENIMIENTO DE LA SALUD Y EL RENDIMIENTO DEPORTIVO.
TEMA 7	HIDRATOS DE CARBONO: LA PRINCIPAL FUENTE DE ENERGÍA.
TEMA 8	LÍPIDOS: UNA FUENTE IMPORTANTE DE ENERGÍA DURANTE EL EJERCICIO.
TEMA 9	AMINOÁCIDOS Y PROTEÍNAS: FORMADORES DE TEJIDO.
TEMA 10	MICRONUTRIENTES: VITAMINAS Y MINERALES, LOS REGULADORES ORGÁNICOS E INORGÁNICOS.
TEMA 11	AGUA, ELECTROLITOS Y REGULACIÓN DE LA TEMPERATURA.
<b>PARTE III</b>	<b>NUTRICIÓN DEPORTIVA Y ALIMENTACIÓN EN LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE.</b>
TEMA 12	SUPLEMENTOS DIETÉTICOS Y AYUDAS ERGOGÉNICAS. BEBIDAS ENERGÉTICAS.

TEMA 13	PLANIFICACIÓN DE LA DIETA DEL DEPORTISTA: LA DIETA EN LA ÉPOCA DE ENTRENAMIENTO, EN LA COMPETICIÓN Y EN EL PERIODO DE RECUPERACIÓN.
TEMA 14	RECOMENDACIONES DIETÉTICAS PARA LAS DISTINTAS ACTIVIDADES DEPORTIVAS: DEPORTES DE CORTA Y LARGA DURACIÓN Y DEPORTES DE EQUIPO.
TEMA 15	ALIMENTACIÓN EN DEPORTES DE ESPECIAL REQUERIMIENTO: DEPORTES EN CONDICIONES AMBIENTALES EXTREMAS; DEPORTES QUE PLANTEAN PROBLEMAS DE PESO.
TEMA 16	CONSIDERACIONES NUTRICIONALES ESPECIALES EN LA PRÁCTICA DEPORTIVA: DEPORTISTAS NIÑOS Y ADOLESCENTES; LA MUJER DEPORTISTA; EL DEPORTISTA VEGETARIANO; EL DEPORTISTA DIABÉTICO. TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA EN DEPORTISTAS.
TEMA 17	EDUCACIÓN NUTRICIONAL PARA DEPORTISTAS, PREPARADORES FÍSICOS Y ENTRENADORES.

## 6. Metodología y recursos / *Methodology and Resources*

Metodología general <i>Methodology</i>	Para el desarrollo del temario de la asignatura y su evaluación se combinarán los siguientes procedimientos metodológicos, la mayoría de los cuales se describen en detalle a continuación: - Enseñanzas básicas - Enseñanzas prácticas y de desarrollo - Estudio personal del alumnado - Realización de pruebas de evaluación y/o exámenes
Enseñanzas básicas (EB) <i>General teaching</i>	-Presentación en el aula por parte de los profesores, en clases participativas, de conceptos y procedimientos asociados a los temas, con apoyo en material gráfico y documentos bibliográficos que el alumno debe analizar. -Preparación de discusiones y debates sobre temas relevantes en nutrición y alimentación deportiva. -Realización de actividades complementarias y ejercicios individuales o en equipo, presenciales o virtuales, consistentes fundamentalmente en la resolución de problemas o casos prácticos.
Enseñanzas prácticas y de desarrollo (EPD) <i>Theory-into-practice</i>	-Realización de prácticas de laboratorio en equipo, y de prácticas de simulación en ordenador, organizadas sobre grupos reducidos de alumnos, en el laboratorio de prácticas del Área de Nutrición y/o en aulas de informática, cuyo contenido se especificará en forma de cuadernos o guías, que el alumno deberá entregar para cada sesión práctica.
Actividades académicas dirigidas (AD) <i>Guided academic activities</i>	No tiene.

## 7. Criterios generales de evaluación / *Assessment*

Primera convocatoria ordinaria (convocatoria de curso) <i>First session</i>	El 60% de la calificación procede de la evaluación continua. El 40% de la calificación procede del examen o prueba final. La evaluación en la convocatoria de curso se regirá por el principio de evaluación continua, que permitirá al estudiante adquirir las competencias y conocimientos de forma progresiva. Para la superación de la asignatura se exige la presentación obligatoria a
--	--

todas las pruebas correspondientes a la convocatoria de curso (actividades prácticas o de desarrollo, seminarios, tareas, tutorías y otras actividades programadas), y la obtención en las mismas de una calificación que acredite un dominio mínimo de las competencias vinculadas al tema correspondiente.

Los instrumentos de evaluación, criterios y contribución a la nota final de los mismos, se detallan a continuación:

- Exámenes teóricos: Conjunto de pruebas on-line o de carácter presencial que se realizarán a lo largo del curso. Contribución global a la nota final: 10%. Los exámenes no eliminan materia, y para que este instrumento de evaluación contribuya a la nota final de la modalidad continua es necesario haber superado las distintas pruebas con una nota mínima de 5.

- Sesiones prácticas obligatorias: Se organizarán sobre grupos reducidos de alumnos, en el laboratorio de prácticas del Área de Nutrición y/o en aulas de informática. Su contenido se especificará en forma de cuadernos, guías o informes publicados previamente, que el alumno deberá entregar para cada práctica. La calificación final de cada práctica se realizará según evaluación continuada del trabajo en el laboratorio y la valoración del cuaderno del alumno. Contribución global a la nota final: 35%. Para que este instrumento compute en la evaluación continua es necesario haber superado cada una de las prácticas con una nota mínima de 5.

- Otras actividades desarrolladas durante el período de docencia presencial. Se valorará la actitud participativa en las herramientas virtuales Foro y Chat de la Plataforma Virtual, así como el interés, asistencia y participación en las tutorías presenciales y/o virtuales y la calificación de las actividades y tareas programadas que serán convocadas y difundidas con suficiente antelación. Adicionalmente se considerarán las aportaciones de ejercicios complementarios de carácter voluntario redactados sobre temas teóricos o prácticos relacionados con la asignatura. Contribución a la nota final: 15%. Para que este instrumento de evaluación contribuya a la nota final es necesario haber superado el conjunto de las mismas con una calificación que acredite un dominio mínimo de las competencias vinculadas.

Examen correspondiente a la convocatoria de curso (Contribución a la nota final 40%): Prueba final escrita de conocimientos y/o de resolución de problemas que se realizará de forma presencial en el período fijado en el calendario académico. Para que este instrumento compute en la evaluación continua es necesario haber superado el examen con una nota mínima de 5.

En el caso de estudiantes que, por estar incursos en un programa de movilidad o en un programa de deportistas de alto nivel, por razones laborales, de salud graves, o por causas de fuerza mayor debidamente acreditadas, no han realizado las pruebas de evaluación continua, la evaluación se diseñará para evaluar el total de los conocimientos (teórico y práctico) contemplados en la guía docente. Esta circunstancia ha de comunicarse de modo expreso y por escrito al profesor responsable de la asignatura, con un plazo mínimo de 10 días antes de la celebración de las pruebas, de cara a facilitar la organización del proceso evaluador.

a) Prueba final escrita de conocimientos teóricos. Contribución a la nota final: 65%.

b) Examen final de contenido teórico-práctico, y valoración de los conocimientos y competencias asociados a las Enseñanzas Prácticas y de Desarrollo y recogidos en forma de cuadernos, guías o informes que el alumno deberá entregar para cada práctica según

	<p>modelo indicado previamente. Contribución global a la nota final: 35%.</p>
<p>Segunda convocatoria ordinaria (convocatoria de recuperación) <i>Second session (to re-sit the exam)</i></p>	<p>La evaluación de la 2ª convocatoria y de recuperación será realizada por:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Aquellos estudiantes que superaron las actividades formativas desarrolladas durante el período de docencia pero no las evaluaciones teórico y/o práctica realizadas en 1ª convocatoria. En este caso la prueba de evaluación correspondiente a la convocatoria de recuperación tendrá el mismo valor porcentual que en la convocatoria de curso.</li> <li>- Aquellos estudiantes que no siguieron el proceso de evaluación continua o no superaron los requisitos para aprobar la asignatura en la convocatoria de curso y quieren renunciar a las notas de evaluación continua para la convocatoria de recuperación de curso. Podrán hacerlo solicitándolo previamente por escrito con un plazo mínimo de 10 días antes de la celebración de las pruebas, de cara a facilitar la organización del proceso evaluador. En este caso la convocatoria de recuperación de curso estará diseñada para evaluar el total de los conocimientos (teórico y práctico) contemplados en la guía docente, a efectos de optar al 100% de la calificación total de la asignatura:</li> </ul> <p>a) Prueba final escrita de conocimientos teóricos. Contribución a la nota final: 65%.</p> <p>b) Examen final de contenido teórico-práctico, y valoración de los conocimientos y competencias asociados a las Enseñanzas Prácticas y de Desarrollo y recogidos en forma de cuadernos, guías o informes que el alumno deberá entregar para cada práctica según modelo indicado previamente. Contribución global a la nota final: 35%.</p>
<p>Convocatoria extraordinaria de noviembre <i>Extraordinary November session</i></p>	<p>Se activa a petición del alumno siempre y cuando éste esté matriculado en todas las asignaturas que le resten para finalizar sus estudios de grado, tal y como establece la Normativa de Progreso y Permanencia de la Universidad.</p> <p>Se evaluará del total de los conocimientos y competencias que figuren en la guía docente del curso anterior, mediante el sistema de prueba única.</p> <p>La convocatoria extraordinaria de curso estará diseñada para evaluar el total de los conocimientos (teórico y práctico) contemplados en la guía docente, a efectos de optar al 100% de la calificación total de la asignatura:</p> <p>a) Prueba final escrita de conocimientos teóricos. Contribución a la nota final: 65%.</p> <p>b) Examen final de contenido teórico-práctico, y valoración de los conocimientos y competencias asociados a las Enseñanzas Prácticas y de Desarrollo y recogidos en forma de cuadernos, guías o informes que el alumno deberá entregar para cada práctica según modelo indicado previamente. Contribución global a la nota final: 35%.</p>
<p>Criterios de evaluación de las enseñanzas básicas (EB) <i>General teaching assessment criteria</i></p>	<p>Durante la evaluación continua: - Exámenes teóricos: El objetivo de los exámenes es valorar el dominio de los conocimientos teóricos y operativos de la asignatura, planificación y organización, ortografía y presentación. Los exámenes no eliminan materia, y para que este instrumento de evaluación contribuya a la nota final de la modalidad continua es necesario haber superado las distintas pruebas con una nota mínima de 5.</p> <p>- Otras actividades desarrolladas durante el período de docencia presencial. Se valorará la actitud participativa en las herramientas</p>



virtuales Foro y Chat de la Plataforma Virtual, así como el interés, asistencia y participación en las tutorías presenciales y/o virtuales y la calificación de las actividades y tareas programadas que serán convocadas y difundidas con suficiente antelación. Adicionalmente se considerarán las aportaciones de ejercicios complementarios de carácter voluntario redactados sobre temas teóricos o prácticos relacionados con la asignatura. Para que este instrumento de evaluación contribuya a la nota final es necesario haber superado el conjunto de las mismas con una calificación que acredite un dominio mínimo de las competencias vinculadas.

Durante el examen o prueba final (1ª convocatoria): Similar a Evaluación continua.

En el caso de estudiantes que por estar incursos en un programa de movilidad o en un programa de deportistas de alto nivel, por razones laborales, de salud graves, o por causas de fuerza mayor debidamente acreditadas, que no han realizado las pruebas de evaluación continua, la evaluación se diseñará para evaluar el total de los conocimientos (teórico y práctico) contemplados en la guía docente. Las EBs se evaluarán mediante prueba final escrita de conocimientos teóricos (contribución 65%).

Durante el examen o prueba final (2ª convocatoria): La evaluación de la 2ª convocatoria y de recuperación será realizada por:

- Aquellos estudiantes que superaron las actividades formativas desarrolladas durante el período de docencia pero no las evaluaciones teórico y/o práctica realizadas en 1ª convocatoria. En este caso la prueba de evaluación correspondiente a la convocatoria de recuperación tendrá el mismo valor porcentual que en la convocatoria de curso.

- Aquellos estudiantes que no siguieron el proceso de evaluación continua o no superaron los requisitos para aprobar la asignatura en la convocatoria de curso y quieren renunciar a las notas de evaluación continua para la convocatoria de recuperación de curso. Podrán hacerlo solicitándolo previamente por escrito con un plazo mínimo de 10 días antes de la celebración de las pruebas, de cara a facilitar la organización del proceso evaluador. En este caso la convocatoria de recuperación de curso estará diseñada para evaluar el total de los conocimientos (teórico y práctico) contemplados en la guía docente, a efectos de optar al 100% de la calificación total de la asignatura.

Las EBs se evaluarán mediante prueba final escrita de conocimientos teóricos (Contribución a la nota final: 65%).

Criterios de evaluación de las enseñanzas prácticas y de desarrollo (EPD)  
*Theory-into-practice assessment criteria*

Durante la evaluación continua: -Sesiones prácticas obligatorias: Su contenido se especificará en forma de cuadernos, guías o informes publicados previamente, que el alumno deberá entregar para cada práctica. En esos informes se valorarán resultados, estructura, calidad, originalidad, ortografía, presentación. La calificación final de cada práctica se realizará según evaluación continuada del trabajo en el laboratorio y la valoración del cuaderno del alumno. Para que este instrumento compute en la evaluación continua es necesario haber superado cada una de las prácticas con una nota mínima de 5.

Durante el examen o prueba final (1ª convocatoria): Similar a la evaluación continua.

En el caso de estudiantes que por estar incursos en un programa de movilidad o en un programa de deportistas de alto nivel, por razones laborales, de salud graves, o por causas de fuerza mayor debidamente acreditadas, que no han realizado las pruebas de evaluación continua, la evaluación se diseñará para evaluar el total

	<p>de los conocimientos (teórico y práctico) contemplados en la guía docente. Las EPDs se evaluarán mediante un Informe final sobre aspectos prácticos del soporte nutricional en un individuo concreto de la tercera edad (contribución 35%).</p> <p>Durante el examen o prueba final (2ª convocatoria): Examen final de contenido teórico-práctico, y valoración de los conocimientos y competencias asociados a las Enseñanzas Prácticas y de Desarrollo y recogidos en forma de cuadernos, guías o informes que el alumno deberá entregar para cada práctica según modelo indicado previamente. Contribución global a la nota final: 35%</p>
<p>Criterios de evaluación de las actividades académicas dirigidas (AD)</p> <p><i>Criteria of assessment of guided academic activities</i></p>	<p>Durante la evaluación continua: No tiene</p> <p>Durante el examen o prueba final (1ª convocatoria): No tiene</p> <p>Durante el examen o prueba final (2ª convocatoria): No tiene</p>
<p>Puntuaciones mínimas necesarias para aprobar la Asignatura</p> <p><i>Minimum passing grade</i></p>	<p>1ª convocatoria: - Examen correspondiente a la convocatoria de curso. Para que este instrumento compute en la evaluación continua es necesario haber superado el examen con una nota mínima de 5.</p> <p>- Exámenes teóricos. Los exámenes no eliminan materia, y para que este instrumento de evaluación contribuya a la nota final de la modalidad continua es necesario haber superado las distintas pruebas con una nota mínima de 5.</p> <p>- Sesiones prácticas obligatorias. Para que este instrumento compute en la evaluación continua es necesario haber superado cada una de las prácticas con una nota mínima de 5.</p> <p>- Otras actividades desarrolladas durante el período de docencia presencial. Para que este instrumento de evaluación contribuya a la nota final es necesario haber superado el conjunto de las mismas con una calificación que acredite un dominio mínimo de las competencias vinculadas.</p> <p>Las EBs y las EPDs deben aprobarse de forma independiente para poder superar la asignatura.</p> <p>2ª convocatoria: Similar a la primera convocatoria.</p>
<p>Material permitido</p> <p><i>Materials allowed</i></p>	<p>En caso de que se los estudiantes puedan utilizar algún material en concreto en las pruebas (calculadoras, bibliografía, guiones, ordenadores, etc.) se especificará en la convocatoria oficial correspondiente.</p>
<p>Identificación en los exámenes</p> <p><i>Identification during exams</i></p>	<p>En cualquier momento de la realización de una prueba de evaluación los profesores podrán requerir la acreditación de la identidad de cualquier estudiante, mediante la exhibición de su carnet de estudiante, documento nacional de identidad, pasaporte u otro documento válido a juicio del examinador. Si no lo hiciese, el estudiante podrá continuar la prueba, que será calificada solo si la documentación es presentada en el plazo que el examinador establezca.</p>
<p>Observaciones adicionales</p> <p><i>Additional remarks</i></p>	<p>La calificación podrá ser: No Presentado (NP); Suspenso (0-4.99); Aprobado (5-6.99); Notable (7-8.99); Sobresaliente (9-10); Matrícula de Honor (según Normativa establecida por la Universidad Pablo de Olavide).</p> <p>Nota: Según el Artículo 18 de la Normativa de Evaluación de los Estudiantes de Grado de la UPO publicada en el Boletín Oficial de la Universidad el 03/06/2014 sobre las incidencias en la celebración de las pruebas de evaluación:</p> <p>1. Durante la celebración de un examen, la utilización por parte de</p>

un estudiante de material no autorizado expresamente por el profesorado, así como cualquier acción no autorizada dirigida a la obtención o intercambio de información con otras personas, será considerada causa de calificación de suspenso de la asignatura, sin perjuicio de que pueda derivar en sanción académica.

2. En la realización de trabajos, el plagio y la utilización de material no original, incluido aquel obtenido a través de internet, sin indicación expresa de su procedencia será considerada causa de calificación de suspenso de la asignatura, y si procede, de sanción académica.

3. Corresponderá a la Dirección del Departamento responsable de la asignatura, a propuesta de la Comisión de Docencia y Ordenación Académica, solicitar la apertura del correspondiente expediente sancionador, una vez oídos el profesorado responsable de la misma, los estudiantes afectados y cualquier otra instancia académica.

Los estudiantes inmersos en un programa de movilidad o en un programa de deportistas de alto nivel, así como los afectados por razones laborales, de salud graves o por causas de fuerza mayor debidamente acreditadas, tendrán derecho a que en la convocatoria de curso se les evalúe mediante un sistema de evaluación de prueba única. Para ello, deberán comunicar la circunstancia al profesor responsable de la asignatura antes del fin del periodo docencia presencial.

*Students enrolled in a mobility program or a program for high-level athletes, as well as students affected by work or serious health problems or reasons of force majeure duly accredited, will have the right to be evaluated during the first session through a single test evaluation system. To do this, they must report changes in their circumstances to the program coordinator before the end of the teaching period.*

## 8. Bibliografía / Bibliography

Manual	<ul style="list-style-type: none"> <li>• WILLIAMS, M.H. (2006) “Nutrición para la salud, la condición física y el deporte. 7ª edición.”, <i>Ed. McGraw-Hill</i>.</li> <li>• BERNARDOT, D. (2013) “Nutrición Deportiva Avanzada. 2ª Ed.”, <i>Ed. Tutor Ediciones</i>.</li> <li>• BURKE L. (2010) “Nutrición en el deporte.”, <i>Ed. Médica Panamericana</i>.</li> <li>• BENITO-PEINADO, PJ. (2014) “Alimentación y nutrición en la vida activa: ejercicio físico y deporte.”, <i>Editorial UNED</i>.</li> </ul>
--------	--