

DATOS BÁSICOS DE LA GUÍA DOCENTE:

Materia:	NUTRICIÓN Y AYUDAS ERGOGÉNICAS		
Identificador:	34023		
Titulación:	GRADUADO EN CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEL DEPORTE. PLAN 2020		
Módulo:	ESPECIALIZACIÓN EN ENTRENAMIENTO Y MEJORA DEL RENDIMIENTO DEPORTIVO		
Tipo:	OPTATIVA		
Curso:	4	Periodo lectivo:	
Créditos:	6	Horas totales:	150
Actividades Presenciales:	0	Trabajo Autónomo:	0
Idioma Principal:		Idioma Secundario:	
Profesor:		Correo electrónico:	

PRESENTACIÓN:

- 1.- Introducción a la nutrición y su relación con la condición física y el rendimiento deportivo.
- 2.- Evaluación de la composición corporal en el rendimiento físico-deportivo.
- 3.- Métodos de valoración de la ingesta nutricional.
- 4.- necesidades energéticas y nutricionales en el deporte.
- 5.- Necesidades hídricas en el deporte.
- 6.- Análisis, valoración y planificación nutricional en el deporte.
- 7.- Patologías asociadas a la nutrición.
- 8.- Suplementos nutricionales, ayudas ergogénicas y dopaje en el deporte.

COMPETENCIAS PROFESIONALES A DESARROLLAR EN LA MATERIA:

Competencias Generales de la titulación	G03	Capacidad para la comunicación oral y escrita
	G05	Capacidad para aplicar conocimientos informáticos a las Ciencias de la actividad física y el deporte
	G12	Capacidad de razonamiento crítico
	G17	Capacidad de creatividad y motivación por la calidad
Competencias Específicas de la titulación	E01	Comprender, elaborar y saber aplicar los procedimientos, estrategias, actividades, recursos, técnicas y métodos que intervienen en el proceso de enseñanza-aprendizaje con eficiencia, en todos los sectores de intervención profesional de actividad física y deporte.
	E05	Saber orientar, diseñar, aplicar y evaluar técnico-científicamente ejercicio físico y condición física en un nivel avanzado, basado en la evidencia científica, en diferentes ámbitos, contextos y tipos de actividades para toda la población
	E08	Articular y desplegar un nivel avanzado de destreza en el análisis, diseño y evaluación de las pruebas de valoración y control de la condición física y del rendimiento físico-deportivo
	E10	Desplegar un nivel avanzado en la planificación, aplicación, control y evaluación de los procesos de entrenamiento físico y deportivo
	E24	Conocer y comprender las bases de la metodología del trabajo científico
	E25	Analizar, revisar y seleccionar el efecto y la eficacia de la práctica de métodos, técnicas y recursos de investigación y metodología de trabajo científica, en la resolución de problemas que requieren el uso de ideas creativas e innovadoras
	E30	Conocer y saber aplicar los principios éticos y deontológicos y de justicia social en el desempeño e implicación profesional
	E31	Conocer, elaborar y saber aplicar los condicionantes ético-deontológicos, estructurales-organizativos, desempeño profesional y las normativas del ejercicio profesional de los Graduados en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, en cualquier sector profesional de actividad física y deporte, así como ser capaz de desarrollar un trabajo multidisciplinar
Resultados de Aprendizaje	R01	Diseñar y aplicar el proceso metodológico integrado por la observación, la reflexión, el análisis, el diagnóstico, la ejecución y la evaluación científico-técnica de la composición corporal del deportista.



R02	Evaluar científico-técnicamente la condición física y el rendimiento deportivo en un nivel avanzado, a partir de la evidencia científica y con atención a la composición corporal, en diferentes ámbitos, contextos y tipos de actividades.
R03	Articular y desplegar un nivel avanzado de destreza en el análisis y evaluación nutricional de los deportistas, asociados al control de la condición física y del rendimiento físico-deportivo.
R04	Desplegar un nivel avanzado en el control y evaluación nutricional en el entrenamiento físico y deportivo.
R05	Comprender las bases de la metodología del trabajo científico.
R06	Analizar, revisar y seleccionar el efecto y la eficacia de la práctica de métodos, técnicas y recursos de investigación, así como de la metodología científica de trabajo, para la resolución de problemas.
R07	Conocer y saber aplicar los principios éticos y deontológicos y de justicia social en el desempeño e implicación profesional, así como tener hábitos de rigor científico y profesional en el ejercicio de su práctica profesional.
R08	Saber aplicar los condicionantes ético-deontológicos y organizativos y la normativa del ejercicio profesional de los educadores físicos en el ámbito del entrenamiento físico, siendo capaz de desarrollar un trabajo multidisciplinar.

PROGRAMACIÓN DE LA MATERIA:

Contenidos de la materia:

BIBLIOGRAFÍA Y DOCUMENTACIÓN:

Bibliografía recomendada:

Bibliografía básica:

Páginas web recomendadas: