

PROGRAMACIÓN DOCENTE
Comer con ciencia

curso 2018-19

ESQUEMA XERAL

- i. Datos descritivos da materia
- ii. Contexto da materia
- iii. Obxectivos xerais
- iv. Adquisición de destrezas e habilidades
- v. Volume de traballo
- vi. Distribución de contidos: teóricos e prácticos
- vii. Metodoloxía docente
- viii. Avaliación da aprendizaxe
- ix. Observacións

I.- DATOS DESCRIPTIVOS DA MATERIA.

| | |
|---|-------------------|
| Nome da materia | Comer con Ciencia |
| Código | IV10503 |
| Curso | 1 |
| Créditos Totais | 15 |
| Horas totais de traballo da/o estudante | 15 |
| Cuadrimestre (especificar 1º/2º) | segundo |

I.1. Profesora/Profesor:

| Profesor/a | Créditos (especificar A, P ou V) | Horario titorías | Lugar de Impartición | Lingua |
|---------------------------------|--|----------------------------|-----------------------------------|---------|
| Julia De la Montaña Miguélez | A | Luns e martes de 10-13h | Despacho 101. Edf. Politécnico | Castelá |

A = aula P = laboratorio V = viaxe de estudos

I. 2. Coñecementos previos aconsellados para cursar a materia, se procede:

Teóricos:

Prácticos:

Observacións:

II.- ENCADRAMENTO DA MATERIA NO CICLO INTENSIVO

•

III.- OBXECTIVOS XERAIS

- Que o alumno teña unha visión global dos avances da ciencia que se han incorporado o mundo da alimentación
- Que o alumno coñeza as propiedades saudables dalgúns alimentos
- Coñecer a relación directa entre alimentación e saúde

IV.- ADQUISICIÓN DE DESTREZAS E HABILIDADES

Esperase dos alumnos que:

- Adquiran os coñecementos acerca dos alimentos o que lles permitirá exercer o seu papel de consumidor dunha maneira mais crítica

V.- VOLUME DE TRABALLO

| Técnica | Horas presenciais aula | Horas presenciais fora da aula | Factor de traballo do alumno | Horas de traballo persoal do alumno | Horas totais do alumno | Créditos |
|----------------------|------------------------|--------------------------------|------------------------------|-------------------------------------|------------------------|----------|
| Clase maxistral | 15 | | | | | 1.5 |
| Prácticas | | | | | | |
| Viaxe de estudos | | | | | | |
| Probas de avaliación | | | | | | |
| Total | 15 | | | | | 1.5 |

VI.- DISTRIBUCIÓN DE CONTIDOS

Programa teórico

| Tema | Contidos | Duración |
|------|---|----------|
| 1 | Alimentos funcionais: Definición. Clasificación. Características xerais de cada grupo | |
| 2 | Antioxidantes: Definición. Antioxidantes nutricionales e no nutricionales. Características xerais de cada grupo | |
| 3 | Antinutrientes: Definición. Antinutrientes en alimentos de orixe animal e vexetal. Características e sustancias representativas de cada un dos grupos | |

Programa práctico (se o houbera)

| Tema | Actividades a desenvolver | Duración |
|------|---------------------------|----------|
| 1 | | |
| 2 | | |

Viaxes de estudo (se as houbera)

| Tema | Actividades a desenvolver | Duración |
|------|---------------------------|----------|
| 1 | | |

Bibliografía básica

- Mataix, J., Aranceta, J. 2002 “Nutrición y Alimentación humana. I. Nutrientes y alimentos”. Mataix, J. (ed.) ERGON. Madrid.
- Mataix Verdú, J.; Carazo Marín, E. Nutrición para educadores. 2º Ed. Díaz de Santos. 2005
- Sociedad Española de Nutrición Comunitaria. Guías Alimentarias para la población Española: recomendaciones para una dieta saludable. 2001.
- Vázquez, C., de Cos, A.I., López-Nomdedem, C. 2005. “Alimentación y Nutrición. Manual teórico-práctico”. Díaz de Santos. Madrid.
- Gordon M. Wardlaw. 2008. “Perspectivas sobre nutrición. Ed. Paidotribo. Badalona.

Bibliografía complementaria**VII.- METODOLOGÍA DOCENTE**

Clases Exposición en sesións dunha hora dos contidos da materia utilizando medios audiovisuais

Prácticas (se procede)

Viaxes de estudo (se procede)

VIII.- AVALIACIÓN DA APRENDIZAXE

- Continua téndose en conta tanto a asistencia as clases como a participación nas mesmas. Contemplase a posibilidade dun exame final para mellora-la nota

IX.- OBSERVACIÓNS