



Universidad Autónoma de Zacatecas
"Francisco García Salinas"

Unidad Académica de Enfermería
Licenciatura en Nutrición



Identificación de la UDI

Programa Educativo:	Licenciatura en Nutrición	Unidad Didáctica Integradora:	Ejercicio en el ciclo vital
Créditos SATCA:		Semestre:	3
Horas/Semana Teoría	2	Clasificación:	Eje transversal
Horas/Semana Práctica	2	UDI Prerrequisitos :	Actividad física y salud
Plan de Estudios	2017	Clave UDI:	
Ponderación teoría/práctica	30/70	Área:	Ciencias de la Salud

Objetivo General de la UDI	Identificar las diferentes etapas de la vida para realizar actividad física sistemática de acuerdo a sus edad y fases sensibles
-----------------------------------	---

Contenidos	<p>Características físicas y fisiológicas en las distintas etapas de la vida</p> <p>Recomendaciones de actividad física en niños</p> <p>Recomendaciones de actividad física en adolescentes</p> <p>Recomendaciones de actividad física en adultos</p> <p>Recomendaciones de actividad física en adultos mayores</p>
-------------------	---

Estrategias de Enseñanza - Aprendizaje	<p>Exposición por parte del maestro</p> <p>Presentaciones con apoyo de las tics</p> <p>Portafolios</p> <p>Examen teórico</p> <p>Examen físico</p> <p>Evidencia de trabajo a través de manuales de practica</p>
---	--

Recursos y Materiales Empleados	<p>Aula equipada Laboratorio de antropometría Presentaciones electrónicas Instalaciones deportivas Uniforme deportivo Biblioteca Centro de computo Material didáctico específico para las disciplinas a desarrollar. Reglamento del programa.</p>
Procedimiento de Evaluación	<p>Evaluación teórica 30% Evaluación física 70 %</p>
Bibliografía	<p>1.Recomendaciones mundiales sobre actividad física para la salud 2010 2.Estrategia mundial sobre régimen alimentario, actividad física y salud 2004 3.Brown Judith E., Nutrición en las Diferentes Etapas de la Vida, Ed. Mc Graw Hill, Ed. Segunda, México 2006.</p>