

MEMORIA FINAL¹

Compromisos y Resultados

Proyectos de Innovación y Mejora Docente 2021/2022

Identificación del proyecto	
Código	sol-202100203531-tra
Título	UCArecetario con ciencia
Responsable	Cristina Casals Vázquez

1. Describa los resultados obtenidos a la luz de los objetivos y compromisos que adquirió en la solicitud de su proyecto. Incluya tantas tablas como objetivos contempló.

Objetivo nº 1	
Título:	Crear un UCArecetario con ciencia
Actividades previstas:	<ol style="list-style-type: none"> 1. <i>En las Asignaturas de Composición Corporal y Nutrición (Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte) y Optimización de la Alimentación para la Salud, se desarrollará un recetario.</i> 2. <i>Cada UCAreceta tendrá una valoración nutricional estimada con DIAL (el Departamento y ambos títulos cuentan con licencia para que pueda ayudar el becario/a y el alumnado de Máster en colaboración con los de Grado) y un mensaje científico al respecto basado en artículos científicos.</i> 3. <i>Este trabajo será parte del trabajo individual de la asignatura suponiendo un 15% de la calificación final.</i>
Actividades realizadas y resultados obtenidos:	<p><i>Actividad 1: Se incluyó el recetario como parte del trabajo obligatorio en evaluación continua de ambas asignaturas.</i></p> <p><i>Actividad 2: El alumnado que usaba Mac tuvo problemas con la licencia, pero gracias a la colaboración con compañeros o los ordenadores de préstamo de la biblioteca se pudo llevar a cabo.</i></p> <p><i>Actividad 3: Se incluyó como trabajo individual (15%).</i></p> <p><i>Se considera que la actividad ha sido realizada.</i></p>

Objetivo nº 2	
Título:	Incluir vídeos cortos de las UCArecetas
Actividades previstas:	<ol style="list-style-type: none"> 1. <i>Cada alumno/a, como parte de su trabajo individual creará un vídeo para que la persona responsable (becario/a si se financia y sino profesorado responsable) lo suba a la cuenta de YouTube, incluyendo el enlace al vídeo en el propio recetario.</i> 2. <i>Dentro de este vídeo, se incluirá también el mensaje científico (para quien solo siga los vídeos y no consulte el UCArecetario).</i>

¹ Esta memoria no debe superar las 6 páginas.

Actividades realizadas y resultados obtenidos:	<p>Actividad 1: Se modificó la utilización de YouTube por la cuenta de Instagram de NutriSport_UCA a petición del propio alumnado que, en su mayoría, ya seguían la cuenta y les había gustado la iniciativa.</p> <p>Actividad 2: Se realizó incluyó en las stories de Instagram.</p> <p>Se considera que las actividades han sido realizadas con éxito y que la adaptación mejoró la propuesta inicial.</p>
--	---

Objetivo nº 3	
Título:	Difundir el UCARECETARIO con ciencia y adaptarlo a las demandas de la sociedad
Actividades previstas:	<ol style="list-style-type: none"> 1. El UCARECETARIO con Ciencia se difundirá tanto antes como después de su creación. En la fase PRE, se realizará una consulta a i) alumnado de la asignatura, ii) alumnado de otros cursos/titulaciones de la UCA, iii) expertos en Nutrición Humana y iv) buzón de petición abierto al público general 2. De acuerdo a la información recabada se establecerán las categorías para los recetarios (por ejemplo: recetas rápidas y bajas en calorías, recetas altas en calorías y nutritivas para deportistas, recetas veganas ricas en aminoácidos esenciales, etc.). 3. Tras la elaboración, en la fase POST, el UCARECETARIO y los vídeos serán difundidos y tendrán libre acceso. Se pretende que pueda ser un material flexible y que, si tiene éxito la propuesta, pueda ampliarse en posteriores cursos.
Actividades realizadas y resultados obtenidos:	<p>Actividad 1: Se realizó con éxito y, de hecho, en esta fase se detectó la petición de cambio de red social (de YouTube a Instagram).</p> <p>Actividad 2: Se realizaron numerosas categorías: 1) light, 2) "gorduras light", 3) realfooders, 4) proteína, 5) vegetarianos, 6) vegans, 7) postres fáciles, 8) postres sin azúcar, 9) desayunos de postre, y 10) post entreno.</p> <p>Actividad 3: A petición del alumnado se realizó a través de stories de Instagram con las mencionadas categorías en destacadas.</p> <p>Se considera que las actividades han sido realizadas con éxito.</p>

2. Adjunte las tasas de éxito² y de rendimiento³ de las asignaturas implicadas y realice una valoración crítica sobre la influencia del proyecto ejecutado en la evolución de estos indicadores.

Asignatura ⁴	Tasa de Éxito		Tasa de Rendimiento	
	Curso 2020/21	Curso 2021/22	Curso 2020/21	Curso 2021/22
41120039- COMPOSICIÓN CORPORAL Y NUTRICIÓN	100	100	100	97
1168102- OPTIMIZACIÓN DE LA	94	100	89	95

² Tasa de éxito = Número de estudiantes aprobados / Número de estudiantes presentados.

³ Tasa de rendimiento = Número de estudiantes aprobados / Número de estudiantes matriculados.

⁴ Incluya tantas filas como asignaturas se contemplen en el proyecto.

ALIMENTACIÓN PARA LA SALUD Y EL FITNESS				
<i>Informe crítico sobre la evolución de las tasas de éxito y rendimiento</i>				
<p>Se debe tener en cuenta que el curso 2020-21 fue atípico en cuanto al sistema de evaluación e impartición de contenidos (sistema mixto con clases y con exámenes online en nuestra facultad).</p> <p>En el siguiente apartado se muestran resultados, más allá de los presentes indicadores, que creemos que aportan evidencia del éxito del trabajo de innovación docente.</p>				

3. Incluya en la siguiente tabla el número de alumnos matriculados y el de respuestas recibidas en cada opción y realice una valoración crítica sobre la influencia que el proyecto ha ejercido en la opinión de los alumnos.

Opinión de los alumnos al inicio del proyecto				
Número de alumnos matriculados: 83 (sumando ambas asignaturas)				
<i>Valoración del grado de dificultad que cree que va a tener en la comprensión de los contenidos y/o en la adquisición de competencias asociadas a la asignatura en la que se enmarca el proyecto de innovación docente</i>				
Ninguna dificultad	Poca dificultad	Dificultad media	Bastante dificultad	Mucha dificultad
1	70	8	3	1
Opinión de los alumnos en la etapa final del proyecto				
<i>Valoración del grado de dificultad que ha tenido en la comprensión de los contenidos y/o en la adquisición de competencias asociadas a la asignatura en la que se enmarca el proyecto de innovación docente</i>				
Ninguna dificultad	Poca dificultad	Dificultad media	Bastante dificultad	Mucha dificultad
30	39	12	0	2
<i>Los elementos de innovación y mejora docente aplicados en esta asignatura han favorecido mi comprensión de los contenidos y/o la adquisición de competencias asociadas a la asignatura</i>				
Nada de acuerdo	Poco de acuerdo	Ni en acuerdo ni en desacuerdo	Muy de acuerdo	Completamente de acuerdo
0	0	2	34	47
En el caso de la participación de un profesor invitado				
<i>La participación del profesor invitado ha supuesto un gran beneficio en mi formación</i>				
Nada de acuerdo	Poco de acuerdo	Ni en acuerdo ni en desacuerdo	Muy de acuerdo	Completamente de acuerdo
-	-	-	-	-
Valoración crítica sobre la influencia que ha ejercido el proyecto en la opinión de los alumnos				
<p>Los resultados son muy favorables respecto al trabajo del curso previo en la asignatura de Máster, ya que se pudo llevar de una forma mucho más práctica. En el Grado, quizás aumentó un poco la dificultad de los contenidos, pero esto, lejos de ser algo negativo, nos pareció un logro al profesorado ya que conseguimos aumentar el “nivel” y la adquisición de competencias del</p>				

alumnado en la materia, en un entorno en el que se desenvuelven muy bien (elaboración y maquetación de vídeos, más que en la parte escrita).

El alumnado mostró una buena valoración de la propuesta respecto a la adquisición de competencias y aprendizaje de contenidos. Además, las encuestas de satisfacción docentes con el profesorado de la asignatura también fueron excelentes (y por encima de la media del Departamento y del Grado).

El principal logro que puede destacarse es que desde que se han ido implementando los diferentes proyectos de innovación docente, el número de estudiantes que se matriculan de la optativa de COMPOSICIÓN CORPORAL Y NUTRICIÓN va en aumento, en concreto:

- Curso previo a proyectos de innovación docente, 2018-19: 40 alumnos
- Curso de implantación de otro proyecto de innovación docente, 2019-20: 28 alumnos.
- Curso 2020-21: 60 alumnos.
- Curso de implantación del presente proyecto, 2021-22: 64 alumnos.
- Curso 2022-23, sin haber acabado el periodo de matriculación: 71 alumnos (de unos 80-85 alumnos que hay por cursos en las asignaturas obligatorias).

Ello demuestra que la opinión del alumnado es muy favorable en respuesta a estas actividades, pasando de 28 alumnos a ser más del doble desde el siguiente curso tras aplicar proyectos de innovación docente y atraer al resto de promociones a matricularse.

4. Marque una X bajo las casillas que correspondan en la siguiente tabla. Describa las medidas a las que se comprometió en la solicitud y las que ha llevado a cabo.

Compromiso de compartición / difusión de resultados en el entorno universitario UCA adquirido en la solicitud del proyecto				
1. Sin compromisos	2. Compromiso de impartición de una charla o taller para profesores	3. Adicionalmente fecha y centro donde se impartirá	4. Adicionalmente programa de la presentación	5. Adicionalmente compromiso de retransmisión o grabación para acceso en abierto
<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Descripción de las medidas comprometidas en la solicitud				
2. Compromiso de impartición de una charla o taller para profesores				
Sí				
3. Adicionalmente, fecha y centro donde se impartirá				
En el mes de abril 2022 se realizará una charla para el profesorado interesado en la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad de Cádiz, Campus de Puerto Real. Si la situación de pandemia no permitiera la celebración presencial del taller se hará una presentación a través de Google Meet/Zoom.				
4. Adicionalmente, programa de la presentación				
Se facilitará un programa en formato PDF con el resumen de la propuesta, objetivos conseguidos, resultados, propuestas de mejoras y un turno para el debate/mesa redonda.				
5. Adicionalmente, compromiso de retransmisión o grabación para acceso en abierto				
El UCARECETARIO con Ciencia estará disponible en abierto a través de RODIN y el canal de YouTube, tanto para el profesorado, como para el alumnado y resto de la comunidad universitaria. Se pretende incluso que el UCARECETARIO pueda ser utilizado como material docente de las asignaturas.				
Además, se subirá al canal un breve resumen de la propuesta, resultados y propuestas de mejoras obtenidas tras la presentación al profesorado en ese intercambio de opiniones..				

Descripción de las medidas que se han llevado a cabo

2. Compromiso de impartición de una charla o taller para profesores

La responsable del proyecto de innovación, junto con el profesorado del equipo, expusieron los resultados obtenidos a sus compañeros/as del área de Educación Física y Deportiva.

3. Adicionalmente, fecha y centro donde se impartirá

Se llevó a cabo el 4 de abril a las 11:00 h en el Aula 02 de la Facultad de Ciencias de la Educación, Campus de Puerto Real, UCA.

4. Adicionalmente, programa de la presentación

En la propia convocatoria de la charla, teniendo en cuenta al profesorado que no pudiera asistir, se adjuntó el PDF de la solicitud y las siguientes publicaciones:

- Comunicación oral: "UCARECETARIO CON CIENCIA EN EL GRADO EN CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEL DEPORTE", III Congreso Internacional de Innovación Docente e Investigación en Educación Superior: Cambios en el proceso de enseñanza-aprendizaje de las Áreas del Conocimiento (III CIDICO).
- Capítulo de libro: REDES SOCIALES PARA LA ENSEÑANZA DE LA ALIMENTACIÓN EN EL GRADO EN CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEL DEPORTE: UCARECETARIO CON CIENCIA. Capítulo número 48 (pp. 551-557), reflejado en el libro titulado INNOVACIÓN DOCENTE E INVESTIGACIÓN EN EDUCACIÓN Y CIENCIAS SOCIALES: NUEVOS ENFOQUES EN LA METODOLOGÍA DOCENTE, editado por DYKINSON con número de ISBN: 978-84-1122-007-1.

5. Adicionalmente, compromiso de retransmisión o grabación para acceso en abierto

Los canales de difusión se vieron modificados ya que el alumnado realizó el UCAREcetario de una forma más visual (vídeos) en lugar de redactarlas, ya que el estudiante universitario mostró mucha más motivación por esa vía y declararon “ver recetas en Instagram” argumentando que su generación no ve recetas en YouTube (como la profesora había planteado inicialmente) ni las lee en libros de cocina. Esta diferencia entre generaciones, tras una reunión del profesorado que forma parte del proyecto de innovación, se creyó importante de atender.

Este compromiso se llevó a cabo, aunque no de la manera que se especificó en la memoria (está en abierto en la cuenta de Instagram de NutriSport_UCA, por lo que queda a juicio de la comisión evaluadora determinar su grado de consecución. En nuestra propuesta y en las charlas divulgativas, así como publicaciones, es uno de los principales aspectos de mejora que se proponen respecto a la propuesta inicial que no les parecía al alumnado tan llamativa.