UNIVERSIDADE DA CORUÑA

Teaching Guide					
Identifying Data					2020/21
Subject (*)	Physical Activity and Research in Anthropometry			Code	653862210
Study programme	Mestrado Universitario en Asistencia e Investigación Sanitaria (plan 2012)				
Descriptors					
Cycle	Period	Year		Type	Credits
Official Master's Degree	1st four-month period	First		Optional	3
Language	SpanishGalician				
Teaching method	Hybrid				
Prerequisites					
Department	Ciencias Biomédicas, Medicina e FisioterapiaEducación Física e DeportivaFisioterapia, Medicina e Ciencias Biomédicas				
Coordinador	Agrasar Cruz, Carlos Maria		E-mail	carlos.agrasar@udc.es	
Lecturers	Agrasar Cruz, Carlos Maria		E-mail	carlos.agrasar@udc.es	
Web	www.udc.es/fcs/ga/index.htm				
General description	A asignatura ten como obxectivos introducir ao alumnado no campo da actividade física relacionada coa saúde, para permitirlle adquirir os coñecementos tanto teóricos como prácticos. Abórdanse aspectos da fisioloxía do exercicio, composición corporal e aspectos relacionados coa prescripción de exercicio e a saúde. A Antropometría é unha disciplina moi utilizada no eido das Ciencias do Deporte e a Saúde, utilizándose parámetros antropométricos na valoración e control do exercicio físico e no control ponderal e nutricional. Outro obxectivo é proporcionar as bases que permitan comprender os procesos patolóxicos que afectan aos seres humanos, para mitigar os seus efectos cunha adecuada prescripción de exercicio. Por último, fomentar e desarrollar no alumnado unha conciencia crítica e unha inquietude investigadora que sirva de cauce para esta formación en estudos de terceiro ciclo.				
Contingency plan	1. Modifications to the contents 2. Methodologies *Teaching methodologies that are maintained *Teaching methodologies that are modified 3. Mechanisms for personalized attention to students 4. Modifications in the evaluation *Evaluation observations: 5. Modifications to the bibliography or webgraphy				

Study programme competences	
Code	Study programme competences

Learning outcomes			
Learning outcomes	Study programme competences		
Adquirir coñecementos sobre as bases da actividade física e o exercicio e a súa relación coa saúde.			
Coñecer os aspectos conceptuais, históricos e metodolóxicos da Anatomía e Cinesioloxía humanas e adquirir o suficiente dominio operativo dos mesmos.			

Coñecer os aspectos conceptuais, históricos e metodolóxicos da Anatomía e Cinesioloxía humanas e adquirir o suficiente dominio operativo dos mesmos.			
Adquirir coñecementos sobre as bases da actividade física e o exercicio e a súa relación coa saúde.			
Adquirir coñecementos sobre a estrutura e función dos diferentes aparatos e sistemas corporais que interveñen na práctica da actividade física e do exercicio.			
Coñecer e utilizar correctamente a terminoloxía anatómica e cinesiolóxica.			
Coñecer e utilizar correctamente a terminoloxía anatómica e cinesiolóxica.			
Adquirir coñecementos sobre a estrutura e función dos diferentes aparatos e sistemas corporais que interveñen na práctica da actividade física e do exercicio.			
Coñecer cales son as repercusións fisiolóxicas dunha axeitada práctica de exercicio e as lesións que se poden producir cunha mala práctica.			
Coñecer, comprender e describir os aspectos xerais relacionados coa forma, estrutura e funcións de cada un dos diferentes sistemas do aparato locomotor (óseo, articular e neuromuscular).			
Coñecer, comprender e describir os aspectos xerais relacionados coa forma, estrutura e funcións de cada un dos diferentes sistemas do aparato locomotor (óseo, articular e neuromuscular).			
Coñecer cales son as repercusións fisiolóxicas dunha axeitada práctica de exercicio e as lesións que se poden producir cunha mala práctica.			
Coñecer as liñas de investigación actuais no eido da antropometría e a composición corporal relacionadas coa actividade física e a saúde.			
Coñecer os detalles da forma, estrutura e función de cada órgano ou elemento do aparato locomotor e comprender como intervén na estática e na dinámica corporal.			
Coñecer os detalles da forma, estrutura e función de cada órgano ou elemento do aparato locomotor e comprender como intervén na estática e na dinámica corporal.			
Coñecer as liñas de investigación actuais no eido da antropometría e a composición corporal relacionadas coa actividade física e a saúde.			
Coñecer e saber realizar sesións prácticas de diferentes tipos de adestramento (forza, flexibilidade, resistencia).			
Identificar, comprender e describir os diferentes movementos e os elementos internos e externos que interveñen neles, producíndoos ou limitándoos, no contexto da unidade funcional do organismo humano.			
Identificar, comprender e describir os diferentes movementos e os elementos internos e externos que interveñen neles, producíndoos ou limitándoos, no contexto da unidade funcional do organismo humano.			
Coñecer e saber realizar sesións prácticas de diferentes tipos de adestramento (forza, flexibilidade, resistencia).			
Adquirir a capacidade de elaborar e expoñer un traballo en público.			
Analizar e deseñar exercicios (posturas e movementos) destiñados á utilización ou adestramento dos diferentes elementos do aparato locomotor.			
Analizar exercicios (posturas e movementos) destiñados á utilización ou adestramento dos diferentes elementos do aparato locomotor.			
Adquirir a capacidade de elaborar e expoñer un traballo en público.			
Comprender, analizar e aplicar os principios biomecánicos das capacidades motrices, así como a súa interrelación co medio.			
Comprender, analizar e aplicar os principios biomecánicos das capacidades motrices, así como a súa interrelación co medio.			
Encauzar a curiosidade natural do alumnado para estimular a análise crítica dos coñecementos transmitidos e das circunstancias e feitos relacionados coa actividade física, habituándoos a reflexionar sobre os seus fundamentos científicos a a súa pertinencia, fomentando a inquietude investigadora e a profundización nos temas da disciplina.			
Encauzar a curiosidade natural do alumnado para estimular a análise crítica dos coñecementos transmitidos e das circunstancias e feitos relacionados coa actividade física, habituándoos a reflexionar sobre os seus fundamentos científicos a a súa pertinencia, fomentando a inquietude investigadora e a profundización nos temas da disciplina.			
Desenrolar actitudes favorables para a colaboración interdisciplinar, o traballo en equipo e a toma de decisións baseadas na reflexión personal.			
Desenrolar actitudes favorables para a colaboración interdisciplinar, o traballo en equipo e a toma de decisións baseadas na reflexión personal.			

Adquirir as habilidades básicas para a búsqueda, identificación e manexo das fontes de información bibliográfica e a análise reflexiva e crítica da información obtida.			
Adquirir as habilidades básicas para a búsqueda, identificación e manexo das fontes de información bibliográfica e a análise reflexiva e crítica da información obtida.			

Contents	
Topic	**Sub-topic**
CLASES TEÓRICAS Tema 1.- Relación entre a actividade física e a saúde: estilos de vida saudables. Tema 2.- O músculo esquelético: estrutura e función. Tema 3.- Estrutura e función do sistema cardiovascular e o aparato respiratorio. Tema 4.- Antropometría: aplicacións. Composición corporal. Tema 5.- O quencemento: aspectos teóricos. Temas 6.- A flexibilidade: bases anatómicas. Tema 7.- A forza: bases para o adestramento da forza. Tema 8.- Teoría do adestramento aeróbico. Tema 9.- O entorno laboral: ergonomía e ximnasia laboral.	CLASES PRÁCTICAS-SEMINARIOS - Quencemento: aspectos prácticos. - Flexibilidade: sesión práctica. - Forza: sesión práctica. - Resistencia: sesión práctica. - Antropometría: taller práctico. - Seminarios de discusión bibliográfica de aplicación do exercicio físico e parámetros antropométricos ás distintas patoloxías. - Exposición pública dos traballos tutelados.

Planning				
Methodologies / tests	**Competencies**	**Ordinary class hours**	**Student?s personal work hours**	**Total hours**
Guest lecture / keynote speech		6	12	18
Document analysis		4	0	4
Workbook		0	20	20
Objective test		2	0	2
Supervised projects		1	12	13
Physical exercise		8	8	16
Personalized attention		2	0	2
(*)The information in the planning table is for guidance only and does not take into account the heterogeneity of the students.				

Methodologies	
Methodologies	**Description**
Guest lecture / keynote speech	Clases teóricas a todo o grupo de alumnos.
Document analysis	Lectura e discusión de artigos de revistas que comprendan os aspectos mías relevantes das investigacións actuais no eido da antropometría e da actividade física en relación coa saúde.

Workbook	Lecturas de capítulos recomendados de libros e revistas científicas, completada cunha busca bibliográfica do tema do traballo tutelado.
Objective test	Proba final consistente en responder a varias preguntas curtas referidas aos contidos teóricos da asignatura.
Supervised projects	Realización dun traballo tutelado no que o alumno/a deberá expoñer un tema de antropometría e/ou de actividade física e saúde preferiblemente relacionado coa actividade laboral que desempeña o alumno/a ou que pensa desenvolver no futuro.
Physical exercise	Sesións prácticas de métodos antropométricos. Sesións de quencemento, exercicios de flexibilidade, e circuitos de forza e resistencia aeróbica.

Personalized attention	
Methodologies	**Description**
Physical exercise Supervised projects	Enténdese por atención personalizada o tempo que cada profesor reserva para atender e resolver dúbidas ao alumnado en relación a unha materia concreta. Comprenderá toda a actividade académica desenvolvida polo profesorado (de xeito individual ou en pequeno grupo) que ten como finalidade atender as necesidades e consultas do alumnado relacionadas co estudo e/ou temas vinculados coa materia, proporcionándolle orientación, apoio e motivación no proceso de aprendizaxe. Esta actividade pode desenvolverse de forma presencial (directamente na aula, nas prácticas e nos momentos que o profesor ten asignados a titorías de despacho) ou de forma non presencial (a través do correo electrónico ou do campus virtual).

Assessment			
Methodologies	**Competencies**	**Description**	**Qualification**
Objective test		Exame consistente en preguntas curtas de tódolos contidos teóricos e prácticos.	50
Supervised projects		Avaliación baseada na organización, relevancia, exposición pública e bibliografía actualizada do traballo.	50

Assessment comments
Será necesaria unha asistencia a un mínimo do 50% do total das sesións teóricas e prácticas da asignatura.

Sources of information	
Basic	Hardman, A.; Stensel D. (2009). Physical activity and health. New York. Routledge. Carol West Suitor; Vivica I. Kraak (2007). Adequacy of Evidence for Physical Activity Guidelines Development: Workshop Summary. National Academic Press Paffenbarger R.S.; Blair S.N.; Lee, I. (2001). A history of physical activity, cardiovascular health and longevity: the scientific contributions of Jeremy N Morris. International Journal of Epidemiology 2001 30:1184-92 Klee, Andreas (2010). Movilidad y flexibilidad. Método práctico de estiramientos.. Editorial Paidotribo Aragonés Clemente, Mt; Casajús Mallen, Ja; Rodríguez Guisado, F.; Cabañas Armesilla, Md. (1993). Protocolo de medidas antropométricas. En: Manual de Cineantropometría. . Colección de Monografías de Medicina del Deporte Femede nº 3, pp 35-66
Complementary	

Recommendations
Subjects that it is recommended to have taken before
Subjects that are recommended to be taken simultaneously

Subjects that continue the syllabus
Other comments

<p>As sesións prácticas aconsellan a utilización de roupa deportiva.
As sesións de prácticas de antropometría faránse coa menor roupa posible (bañador en homes e bikini en mulleres).</p><p><!--[if gte mso 9]><xml>
 <o:officedocumentsettings>
  <o:allowpng/>
 </o:officedocumentsettings>
</xml><![endif]--><!--[if gte mso 9]><xml>
 <w:worddocument>
  <w:view>Normal</w:view>
  <w:zoom>0</w:zoom>
  <w:trackmoves/>
  <w:trackformatting/>
  <w:hyphenationzone>21</w:hyphenationzone>
  <w:punctuationkerning/>
  <w:validateagainstschemas/>
  <w:saveifxmlinvalid>false</w:saveifxmlinvalid>
  <w:ignoremixedcontent>false</w:ignoremixedcontent>
  <w:alwaysshowplaceholdertext>false</w:alwaysshowplaceholdertext>
  <w:donotpromoteqf/>
  <w:lidthemeother>ES</w:lidthemeother>
  <w:lidthemeasian>X-NONE</w:lidthemeasian>
  <w:lidthemecomplexscript>X-NONE</w:lidthemecomplexscript>
  <w:compatibility>
   <w:breakwrappedtables/>
   <w:snaptogridincell/>
   <w:wraptextwithpunct/>
   <w:useasianbreakrules/>
   <w:dontgrowautofit/>
   <w:splitpgbreakandparamark/>
   <w:enableopentypekerning/>
   <w:dontflipmirrorindents/>
   <w:overridetablestylehps/>
  </w:compatibility>
  <m:mathpr>
   <m:mathfont m:val="Cambria Math"/>
   <m:brkbin m:val="before"/>
   <m:brkbinsub m:val="--"/>
   <m:smallfrac m:val="off"/>
   <m:dispdef/>
   <m:lmargin m:val="0"/>
   <m:rmargin m:val="0"/>
   <m:defjc m:val="centerGroup"/>
   <m:wrapindent m:val="1440"/>
   <m:intlim m:val="subSup"/>
   <m:narylim m:val="undOvr"/>
  </m:mathpr></w:worddocument>
</xml><![endif]--><!--[if gte mso 9]><xml>
 <w:latentstyles deflockedstate="false" defunhidewhenused="false"
  defsemihidden="false" defqformat="false" defpriority="99"
  latentstylecount="371">
  <w:lsdexception locked="false" priority="0" qformat="true" name="Normal"/>

<w:lsdexception locked="false" priority="9" qformat="true" name="heading 1"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="9" semihidden="true"
unhidewhenused="true" qformat="true" name="heading 2"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="9" semihidden="true"
unhidewhenused="true" qformat="true" name="heading 3"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="9" semihidden="true"
unhidewhenused="true" qformat="true" name="heading 4"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="9" semihidden="true"
unhidewhenused="true" qformat="true" name="heading 5"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="9" semihidden="true"
unhidewhenused="true" qformat="true" name="heading 6"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="9" semihidden="true"
unhidewhenused="true" qformat="true" name="heading 7"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="9" semihidden="true"
unhidewhenused="true" qformat="true" name="heading 8"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="9" semihidden="true"
unhidewhenused="true" qformat="true" name="heading 9"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="index 1"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="index 2"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="index 3"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="index 4"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="index 5"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="index 6"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="index 7"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="index 8"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="index 9"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="39" semihidden="true"
unhidewhenused="true" name="toc 1"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="39" semihidden="true"
unhidewhenused="true" name="toc 2"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="39" semihidden="true"
unhidewhenused="true" name="toc 3"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="39" semihidden="true"
unhidewhenused="true" name="toc 4"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="39" semihidden="true"
unhidewhenused="true" name="toc 5"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="39" semihidden="true"
unhidewhenused="true" name="toc 6"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="39" semihidden="true"
unhidewhenused="true" name="toc 7"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="39" semihidden="true"

unhidewhenused="true" name="toc 8"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="39" semihidden="true"
unhidewhenused="true" name="toc 9"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="Normal Indent"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="footnote text"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="annotation text"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="header"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="footer"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="index heading"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="35" semihidden="true"
unhidewhenused="true" qformat="true" name="caption"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="table of figures"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="envelope address"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="envelope return"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="footnote reference"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="annotation reference"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="line number"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="page number"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="endnote reference"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="endnote text"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="table of authorities"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="macro"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="toa heading"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="List"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="List Bullet"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="List Number"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="List 2"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"

name="List 3"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="List 4"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="List 5"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="List Bullet 2"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="List Bullet 3"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="List Bullet 4"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="List Bullet 5"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="List Number 2"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="List Number 3"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="List Number 4"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="List Number 5"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="10" qformat="true" name="Title"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="Closing"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="Signature"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="1" semihidden="true"
unhidewhenused="true" name="Default Paragraph Font"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="Body Text"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="Body Text Indent"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="List Continue"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="List Continue 2"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="List Continue 3"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="List Continue 4"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="List Continue 5"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="Message Header"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="11" qformat="true" name="Subtitle"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="Salutation"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="Date"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"

name="Body Text First Indent"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="Body Text First Indent 2"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="Note Heading"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="Body Text 2"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="Body Text 3"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="Body Text Indent 2"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="Body Text Indent 3"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="Block Text"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="Hyperlink"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="FollowedHyperlink"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="22" qformat="true" name="Strong"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="20" qformat="true" name="Emphasis"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="Document Map"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="Plain Text"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="E-mail Signature"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="HTML Top of Form"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="HTML Bottom of Form"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="Normal (Web)"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="HTML Acronym"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="HTML Address"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="HTML Cite"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="HTML Code"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="HTML Definition"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="HTML Keyboard"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="HTML Preformatted"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="HTML Sample"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"

name="HTML Typewriter"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="HTML Variable"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="Normal Table"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="annotation subject"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="No List"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="Outline List 1"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="Outline List 2"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="Outline List 3"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="Table Simple 1"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="Table Simple 2"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="Table Simple 3"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="Table Classic 1"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="Table Classic 2"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="Table Classic 3"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="Table Classic 4"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="Table Colorful 1"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="Table Colorful 2"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="Table Colorful 3"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="Table Columns 1"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="Table Columns 2"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="Table Columns 3"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="Table Columns 4"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="Table Columns 5"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="Table Grid 1"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="Table Grid 2"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"

name="Table Grid 3"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="Table Grid 4"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="Table Grid 5"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="Table Grid 6"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="Table Grid 7"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="Table Grid 8"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="Table List 1"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="Table List 2"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="Table List 3"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="Table List 4"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="Table List 5"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="Table List 6"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="Table List 7"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="Table List 8"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="Table 3D effects 1"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="Table 3D effects 2"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="Table 3D effects 3"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="Table Contemporary"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="Table Elegant"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="Table Professional"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="Table Subtle 1"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="Table Subtle 2"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="Table Web 1"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="Table Web 2"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="Table Web 3"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"

name="Balloon Text"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="39" name="Table Grid"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" unhidewhenused="true"
name="Table Theme"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" name="Placeholder Text"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="1" qformat="true" name="No Spacing"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="60" name="Light Shading"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="61" name="Light List"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="62" name="Light Grid"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="63" name="Medium Shading 1"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="64" name="Medium Shading 2"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="65" name="Medium List 1"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="66" name="Medium List 2"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="67" name="Medium Grid 1"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="68" name="Medium Grid 2"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="69" name="Medium Grid 3"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="70" name="Dark List"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="71" name="Colorful Shading"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="72" name="Colorful List"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="73" name="Colorful Grid"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="60" name="Light Shading Accent 1"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="61" name="Light List Accent 1"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="62" name="Light Grid Accent 1"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="63" name="Medium Shading 1 Accent 1"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="64" name="Medium Shading 2 Accent 1"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="65" name="Medium List 1 Accent 1"/>
<w:lsdexception locked="false" semihidden="true" name="Revision"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="34" qformat="true"
name="List Paragraph"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="29" qformat="true" name="Quote"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="30" qformat="true"
name="Intense Quote"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="66" name="Medium List 2 Accent 1"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="67" name="Medium Grid 1 Accent 1"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="68" name="Medium Grid 2 Accent 1"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="69" name="Medium Grid 3 Accent 1"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="70" name="Dark List Accent 1"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="71" name="Colorful Shading Accent 1"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="72" name="Colorful List Accent 1"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="73" name="Colorful Grid Accent 1"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="60" name="Light Shading Accent 2"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="61" name="Light List Accent 2"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="62" name="Light Grid Accent 2"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="63" name="Medium Shading 1 Accent 2"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="64" name="Medium Shading 2 Accent 2"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="65" name="Medium List 1 Accent 2"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="66" name="Medium List 2 Accent 2"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="67" name="Medium Grid 1 Accent 2"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="68" name="Medium Grid 2 Accent 2"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="69" name="Medium Grid 3 Accent 2"/>

<w:lsdexception locked="false" priority="70" name="Dark List Accent 2"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="71" name="Colorful Shading Accent 2"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="72" name="Colorful List Accent 2"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="73" name="Colorful Grid Accent 2"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="60" name="Light Shading Accent 3"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="61" name="Light List Accent 3"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="62" name="Light Grid Accent 3"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="63" name="Medium Shading 1 Accent 3"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="64" name="Medium Shading 2 Accent 3"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="65" name="Medium List 1 Accent 3"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="66" name="Medium List 2 Accent 3"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="67" name="Medium Grid 1 Accent 3"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="68" name="Medium Grid 2 Accent 3"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="69" name="Medium Grid 3 Accent 3"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="70" name="Dark List Accent 3"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="71" name="Colorful Shading Accent 3"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="72" name="Colorful List Accent 3"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="73" name="Colorful Grid Accent 3"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="60" name="Light Shading Accent 4"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="61" name="Light List Accent 4"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="62" name="Light Grid Accent 4"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="63" name="Medium Shading 1 Accent 4"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="64" name="Medium Shading 2 Accent 4"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="65" name="Medium List 1 Accent 4"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="66" name="Medium List 2 Accent 4"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="67" name="Medium Grid 1 Accent 4"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="68" name="Medium Grid 2 Accent 4"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="69" name="Medium Grid 3 Accent 4"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="70" name="Dark List Accent 4"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="71" name="Colorful Shading Accent 4"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="72" name="Colorful List Accent 4"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="73" name="Colorful Grid Accent 4"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="60" name="Light Shading Accent 5"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="61" name="Light List Accent 5"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="62" name="Light Grid Accent 5"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="63" name="Medium Shading 1 Accent 5"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="64" name="Medium Shading 2 Accent 5"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="65" name="Medium List 1 Accent 5"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="66" name="Medium List 2 Accent 5"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="67" name="Medium Grid 1 Accent 5"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="68" name="Medium Grid 2 Accent 5"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="69" name="Medium Grid 3 Accent 5"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="70" name="Dark List Accent 5"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="71" name="Colorful Shading Accent 5"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="72" name="Colorful List Accent 5"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="73" name="Colorful Grid Accent 5"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="60" name="Light Shading Accent 6"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="61" name="Light List Accent 6"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="62" name="Light Grid Accent 6"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="63" name="Medium Shading 1 Accent 6"/>

<w:lsdexception locked="false" priority="64" name="Medium Shading 2 Accent 6"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="65" name="Medium List 1 Accent 6"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="66" name="Medium List 2 Accent 6"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="67" name="Medium Grid 1 Accent 6"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="68" name="Medium Grid 2 Accent 6"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="69" name="Medium Grid 3 Accent 6"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="70" name="Dark List Accent 6"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="71" name="Colorful Shading Accent 6"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="72" name="Colorful List Accent 6"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="73" name="Colorful Grid Accent 6"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="19" qformat="true"
name="Subtle Emphasis"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="21" qformat="true"
name="Intense Emphasis"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="31" qformat="true"
name="Subtle Reference"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="32" qformat="true"
name="Intense Reference"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="33" qformat="true" name="Book Title"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="37" semihidden="true"
unhidewhenused="true" name="Bibliography"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="39" semihidden="true"
unhidewhenused="true" qformat="true" name="TOC Heading"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="41" name="Plain Table 1"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="42" name="Plain Table 2"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="43" name="Plain Table 3"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="44" name="Plain Table 4"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="45" name="Plain Table 5"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="40" name="Grid Table Light"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="46" name="Grid Table 1 Light"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="47" name="Grid Table 2"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="48" name="Grid Table 3"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="49" name="Grid Table 4"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="50" name="Grid Table 5 Dark"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="51" name="Grid Table 6 Colorful"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="52" name="Grid Table 7 Colorful"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="46"
name="Grid Table 1 Light Accent 1"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="47" name="Grid Table 2 Accent 1"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="48" name="Grid Table 3 Accent 1"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="49" name="Grid Table 4 Accent 1"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="50" name="Grid Table 5 Dark Accent 1"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="51"
name="Grid Table 6 Colorful Accent 1"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="52"
name="Grid Table 7 Colorful Accent 1"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="46"
name="Grid Table 1 Light Accent 2"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="47" name="Grid Table 2 Accent 2"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="48" name="Grid Table 3 Accent 2"/>

<w:lsdexception locked="false" priority="49" name="Grid Table 4 Accent 2"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="50" name="Grid Table 5 Dark Accent 2"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="51"
name="Grid Table 6 Colorful Accent 2"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="52"
name="Grid Table 7 Colorful Accent 2"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="46"
name="Grid Table 1 Light Accent 3"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="47" name="Grid Table 2 Accent 3"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="48" name="Grid Table 3 Accent 3"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="49" name="Grid Table 4 Accent 3"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="50" name="Grid Table 5 Dark Accent 3"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="51"
name="Grid Table 6 Colorful Accent 3"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="52"
name="Grid Table 7 Colorful Accent 3"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="46"
name="Grid Table 1 Light Accent 4"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="47" name="Grid Table 2 Accent 4"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="48" name="Grid Table 3 Accent 4"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="49" name="Grid Table 4 Accent 4"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="50" name="Grid Table 5 Dark Accent 4"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="51"
name="Grid Table 6 Colorful Accent 4"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="52"
name="Grid Table 7 Colorful Accent 4"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="46"
name="Grid Table 1 Light Accent 5"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="47" name="Grid Table 2 Accent 5"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="48" name="Grid Table 3 Accent 5"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="49" name="Grid Table 4 Accent 5"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="50" name="Grid Table 5 Dark Accent 5"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="51"
name="Grid Table 6 Colorful Accent 5"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="52"
name="Grid Table 7 Colorful Accent 5"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="46"
name="Grid Table 1 Light Accent 6"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="47" name="Grid Table 2 Accent 6"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="48" name="Grid Table 3 Accent 6"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="49" name="Grid Table 4 Accent 6"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="50" name="Grid Table 5 Dark Accent 6"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="51"
name="Grid Table 6 Colorful Accent 6"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="52"
name="Grid Table 7 Colorful Accent 6"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="46" name="List Table 1 Light"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="47" name="List Table 2"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="48" name="List Table 3"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="49" name="List Table 4"/>

<w:lsdexception locked="false" priority="50" name="List Table 5 Dark"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="51" name="List Table 6 Colorful"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="52" name="List Table 7 Colorful"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="46"
name="List Table 1 Light Accent 1"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="47" name="List Table 2 Accent 1"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="48" name="List Table 3 Accent 1"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="49" name="List Table 4 Accent 1"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="50" name="List Table 5 Dark Accent 1"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="51"
name="List Table 6 Colorful Accent 1"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="52"
name="List Table 7 Colorful Accent 1"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="46"
name="List Table 1 Light Accent 2"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="47" name="List Table 2 Accent 2"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="48" name="List Table 3 Accent 2"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="49" name="List Table 4 Accent 2"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="50" name="List Table 5 Dark Accent 2"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="51"
name="List Table 6 Colorful Accent 2"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="52"
name="List Table 7 Colorful Accent 2"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="46"
name="List Table 1 Light Accent 3"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="47" name="List Table 2 Accent 3"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="48" name="List Table 3 Accent 3"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="49" name="List Table 4 Accent 3"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="50" name="List Table 5 Dark Accent 3"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="51"
name="List Table 6 Colorful Accent 3"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="52"
name="List Table 7 Colorful Accent 3"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="46"
name="List Table 1 Light Accent 4"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="47" name="List Table 2 Accent 4"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="48" name="List Table 3 Accent 4"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="49" name="List Table 4 Accent 4"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="50" name="List Table 5 Dark Accent 4"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="51"
name="List Table 6 Colorful Accent 4"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="52"
name="List Table 7 Colorful Accent 4"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="46"
name="List Table 1 Light Accent 5"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="47" name="List Table 2 Accent 5"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="48" name="List Table 3 Accent 5"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="49" name="List Table 4 Accent 5"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="50" name="List Table 5 Dark Accent 5"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="51"

name="List Table 6 Colorful Accent 5"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="52"
name="List Table 7 Colorful Accent 5"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="46"
name="List Table 1 Light Accent 6"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="47" name="List Table 2 Accent 6"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="48" name="List Table 3 Accent 6"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="49" name="List Table 4 Accent 6"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="50" name="List Table 5 Dark Accent 6"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="51"
name="List Table 6 Colorful Accent 6"/>
<w:lsdexception locked="false" priority="52"
name="List Table 7 Colorful Accent 6"/>
</w:latentstyles>
</xml><![endif]--><!--[if gte mso 10]>
<style>
/* Style Definitions */
table.MsoNormalTable
{mso-style-name:"Tabla normal";
mso-tstyle-rowband-size:0;
mso-tstyle-colband-size:0;
mso-style-noshow:yes;
mso-style-priority:99;
mso-style-parent:"";
mso-padding-alt:0cm 5.4pt 0cm

(*)The teaching guide is the document in which the URV publishes the information about all its courses. It is a public document and cannot be modified. Only in exceptional cases can it be revised by the competent agent or duly revised so that it is in line with current legislation.