

**Proyecto/Guía docente de Infancia y hábitos de vida saludable**

<b>Asignatura</b>	INFANCIA Y HÁBITOS DE VIDA SALUDABLE		
<b>Materia</b>	INFANCIA, SALUD Y ALIMENTACIÓN		
<b>Módulo</b>	FORMACIÓN BÁSICA		
<b>Titulación</b>	GRADO EN EDUCACIÓN INFANTIL		
<b>Plan</b>	398	<b>Código</b>	40154
<b>Periodo de impartición</b>	1º SEMESTRE	<b>Tipo/Carácter</b>	FORMACIÓN BÁSICA
<b>Nivel/Ciclo</b>	1º CICLO	<b>Curso</b>	1º CURSO
<b>Créditos ECTS</b>	6 ECTS		
<b>Lengua en que se imparte</b>	CASTELLANO		
<b>Profesor/es responsable/s</b>	PAULA ODRIEZOLA GONZÁLEZ ROBERTO REINOSO TAPIA		
<b>Datos de contacto (E-mail, teléfono...)</b>	<a href="mailto:paula.odriezola.gonzalez@uva.es">paula.odriezola.gonzalez@uva.es</a> 983184581 <a href="mailto:roberto.reinoso@uva.es">roberto.reinoso@uva.es</a> 983423238		
<b>Departamento</b>	Psicología Didáctica de las Ciencias Experimentales, Sociales y de la Matemática		



## 1. Situación / Sentido de la Asignatura

---

### 1.1 Contextualización

---

La asignatura Infancia y hábitos de vida saludable forma parte del Módulo de Formación Básica del Título, y su núcleo de competencias básicas aparece ya definido en la ORDEN ECI/3854/2007, de 27 de diciembre, por la que se establecen los requisitos para la verificación de los títulos universitarios oficiales que habiliten para el ejercicio de la profesión de Maestro en Educación Infantil.

En el marco de la educación infantil se plantea la actividad orientadora y preventiva asociada a la labor educativa.

Los hábitos de vida saludables están íntimamente relacionados con la conservación de la salud y la prevención de enfermedades.

Favorece la adquisición de hábitos saludables. Ayuda a conocer las necesidades nutricionales del niño en la edad escolar fundamental para el buen desarrollo del mismo y de su rendimiento escolar. Incide por tanto de forma especial en la capacitación del futuro maestro para educar de forma integral a los niños en la etapa infantil.

### 1.2 Relación con otras materias

---

Esta asignatura pretende contribuir al desarrollo ético y de compromiso social del alumnado en su configuración como profesional de la educación en una etapa vital para el futuro de la sociedad. Trata de potenciar la idea de una educación integral, con formación y actitud crítica y responsable. En ese sentido, se relaciona con asignaturas que pueden tener contenidos cercanos a los abordados en ella: "Fundamentos de la atención temprana", "Intervención educativa en dificultades de aprendizaje y trastornos de desarrollo", "Estructura familiar y estilos de vida", "Orientación y tutoría con el alumnado y las familias", "Fundamentos psicopedagógicos de atención a la diversidad" y de una u otra forma se vincula, por su carácter preventivo, con todas las asignaturas que pertenecen a la titulación.

### 1.3 Prerrequisitos

---

No se precisan prerrequisitos.



## 2. Competencias

### 2.1 Generales

Se atenderá al trabajo de las competencias generales que son exigibles para el Título, pero se hará incidencia, de un modo particular, en las siguientes (se recoge la numeración de la Memoria del Título):

CG3. Que los estudiantes tengan la capacidad de reunir e interpretar datos esenciales (normalmente dentro de su área de estudio) para emitir juicios que incluyan una reflexión sobre temas esenciales de índole social, científica o ética. Esta competencia se concretará en el desarrollo de habilidades que formen a la persona titulada para:

- a. Ser capaz de interpretar datos derivados de las observaciones en contextos educativos para juzgar su relevancia en una adecuada praxis educativa.
- b. Ser capaz de reflexionar sobre el sentido y la finalidad de la praxis educativa.
- c. Ser capaz de utilizar procedimientos eficaces de búsqueda de información, tanto en fuentes de información primarias como secundarias, incluyendo el uso de recursos informáticos para búsquedas en línea.

CG4. Que los estudiantes puedan transmitir información, ideas, problemas y soluciones a un público tanto especializado como no especializado. Esta competencia conlleva el desarrollo de:

- a. Habilidades de comunicación oral y escrita en el nivel C1 en Lengua Castellana, de acuerdo con el Marco Común Europeo de Referencia para las Lenguas.
- b. Habilidades interpersonales, asociadas a la capacidad de relación con otras personas y de trabajo en grupo.

CG5. Que los estudiantes hayan desarrollado aquellas habilidades de aprendizaje necesarias para emprender estudios posteriores con un alto grado de autonomía. La concreción de esta competencia implica el desarrollo de:

- a. La capacidad de actualización de los conocimientos en el ámbito socioeducativo.
- b. La adquisición de estrategias y técnicas de aprendizaje autónomo, así como de la formación en la disposición para el aprendizaje continuo a lo largo de toda la vida.
- c. El conocimiento, comprensión y dominio de metodologías y estrategias de autoaprendizaje.
- d. La capacidad para iniciarse en actividades de investigación.
- e. El fomento del espíritu de iniciativa y de una actitud de innovación y creatividad en el ejercicio de su profesión.

### 2.2 Específicas

Corresponden las siguientes (según la numeración de la Memoria del Título):

CE23. Conocer fundamentos de dietética e higiene infantiles, así como de primeros auxilios, y adquirir capacidad para entender los principios básicos de un desarrollo y comportamiento saludables.

CE24. Capacidad para saber identificar trastornos en el sueño, la alimentación, el desarrollo psicomotor, la atención y la percepción auditiva y visual.

CE25. Capacidad para colaborar con los profesionales especializados para solucionar dichos trastornos.

CE26. Capacidad para saber detectar carencias afectivas, alimenticias y de bienestar que perturben el desarrollo físico y psíquico adecuado de los estudiantes.

CE27. Conocer el desarrollo psicomotor y diseñar intervenciones destinadas a promoverle.



CE28. Potenciar en los niños y las niñas el conocimiento y control de su cuerpo y sus posibilidades motrices, así como los beneficios que tienen sobre la salud.





### 3. Objetivos

- Conocer los principios básicos del desarrollo y comportamiento saludables.
- Identificar trastornos en el desarrollo psicomotor, sueño, alimentación, atención y percepción auditiva y visual.
- Colaborar con profesionales especializados para solucionar posibles trastornos.
- Detectar carencias afectivas, alimentarias, etc. que perturben el desarrollo físico y psíquico adecuado de los alumnos.





#### 4. Contenidos y/o bloques temáticos

##### Bloques

##### 1 y 2: “Problemas psicopatológicos en la infancia”

Carga de trabajo en créditos ECTS:

##### a. Contextualización y justificación

En esta parte de la asignatura se proporcionan por un lado, los conocimientos básicos sobre la conceptualización de las psicopatologías generales y específicas en la infancia y por otro se pretende que el futuro educador adquiera rigor y capacidad para discernir entre comportamientos evolutivos y señales de alerta de futuras patologías. Además debe desarrollar la capacidad de colaboración con la familia y profesionales especializados que permitan solucionar posibles trastornos psicopatológicos.

##### b. Objetivos de aprendizaje

- Reconocer los principios básicos del desarrollo psicológico y el crecimiento infantil.
- Entender los principios básicos de una alimentación equilibrada y saludable en la etapa infantil.
- Discriminar los mensajes y estereotipos entorno a los hábitos de consumo.
- Detectar señales de comportamiento no saludable.
- Promover el comportamiento saludable.
- Detectar trastornos psicopatológicos que alteren el desarrollo adecuado del niño.
- Desarrollar la capacidad de colaboración con los profesionales especializados para solucionar posibles trastornos en los diferentes contextos.
- Comprender y comentar artículos de divulgación científica relacionados con la materia.

##### c. Contenidos

##### Bloque 1: Desarrollo psicológico normal y patológico en la infancia.

###### Programa teórico:

- Tema 1. Problemas psicopatológicos comunes o menores.
- Tema 2. Problemas psicopatológicos mayores más frecuentes.
- Tema 3. Trastornos de la conducta alimentaria.
- Tema 4. Trastornos de control esfinteriano.
- Tema 5. Trastornos del sueño.
- Tema 6. Trastornos psicomotores.
- Tema 7. Síndromes clínicos específicos. Ansiedad. Mutismo. Autismo. Depresión. Hiperactividad. Comportamiento Disocial.

##### Bloque 2: Aspectos psicopatológicos en diferentes contextos.

###### Programa teórico:

- Tema 1. Contexto familiar. Abuso y abandono.
- Tema 2. Problemas físicos con importante base psicológica (asma, diabetes) y su repercusión en el



entorno escolar.

Tema 3. Contexto social. El acoso escolar (bullying).

### Bloque 3: “Crecimiento y nutrición”

Carga de trabajo en créditos ECTS:

#### a. Contextualización y justificación

Se pretende que el futuro educador adquiera los conocimientos básicos para promover una alimentación saludable y pueda discernir entre dietas adecuadas e inadecuadas o perjudiciales en la etapa infantil. Para ello es preciso comprender la relación entre crecimiento y nutrición, así como conocer la función de los alimentos como fuente de energía y nutrientes, los tipos de nutrientes y los aspectos básicos de la digestión, absorción y metabolismo. Debe además desarrollar la capacidad de colaboración con los profesionales especializados para solucionar posibles trastornos de la alimentación.

#### b. Objetivos de aprendizaje

- Reconocer los principios básicos del desarrollo psicológico y el crecimiento infantil.
- Comprender la relación entre crecimiento y nutrición.
- Conocer la función de los alimentos como fuente de energía y nutrientes.
- Identificar los tipos de nutrientes presentes en los alimentos.
- Conocer los aspectos básicos de la digestión, absorción y metabolismo.
- Entender los principios básicos de una alimentación equilibrada y saludable en la etapa infantil.
- Distinguir entre dietas adecuadas e inadecuadas o perjudiciales en la etapa infantil.
- Adquirir destreza en el empleo de las tablas de composición de los alimentos y de la ingesta recomendada para cada grupo de edad.
- Evaluar la información de las etiquetas alimentarias y fomentar una visión crítica de la publicidad alimentaria.
- Intervenir en actividades de promoción de consumo racional de alimentos y dietas saludables.
- Desarrollar la capacidad de colaboración con los profesionales especializados para solucionar posibles trastornos en los diferentes contextos.
- Comprender y comentar artículos de divulgación científica relacionados con la materia.

#### c. Contenidos

##### Bloque 3: Crecimiento y nutrición.

##### Programa teórico:

Tema 1. El desarrollo corporal y el crecimiento: factores genéticos, hormonales y nutricionales. Etapas de crecimiento. Indicadores de crecimiento.

Tema 2. Alimentos, nutrientes y dieta. Valor energético de los alimentos. Necesidades nutricionales en la etapa infantil. Clasificación de los nutrientes. Macronutrientes y micronutrientes.

Tema 3. Aspectos básicos de las funciones de digestión. Órganos de la digestión. Estructura del tracto gastrointestinal. Digestión mecánica y química. Absorción y metabolismo de los nutrientes.



Tema 4. Clasificación de los alimentos. Grupos de alimentos. Nuevas tendencias en alimentación. Alimentación en la etapa infantil y necesidades calóricas. El comedor escolar.

Tema 5. Seguridad: epidemiología, prevención de los accidentes y primeros auxilios en la escuela.

**Clases prácticas y resolución de problemas:**

1. Antropometría y composición corporal. Cálculos energéticos.
2. Índices pondero-estaturales: usos y aplicaciones; Interpretación de tablas y estándares de referencia.
3. Localización de los órganos digestivos y sus relaciones topográficas sobre un modelo anatómico.
4. Análisis de menús de los centros escolares.

**Seminarios:**

Exposición de trabajos orales y escritos en grupo. Debates y sesiones de autoevaluación.

---

**d. Métodos docentes**

---

**A- Presenciales**

1. Clases magistrales de carácter conceptual y como introducción del bloque temático.
2. Resolución de problemas en grupos estables de alumnos que trabajan durante un tiempo y posteriormente exponen sus resultados al resto de compañeros.
3. Clases prácticas.
4. Seminarios.
5. Tutorías especializadas colectivas o individualizadas y revisión y discusión de trabajos.
6. Evaluación mediante pruebas escritas.

**B- No Presenciales**

1. Trabajos teóricos y prácticos, de preparación de los seminarios, lectura de trabajos científicos, actividades para exponer, etc.
2. Estudio personal de los contenidos teóricos y prácticos.

---

**e. Plan de trabajo**

---

1. Presentación en el aula de los temas del programa utilizando el método de la clase magistral participativa.
2. Estudio, exposición y discusión de temas relacionados con la asignatura.
3. Trabajo en grupos estables de estudiantes sobre determinados aspectos y posterior exposición al resto de compañeros.
4. Clases de puesta en práctica de aspectos teóricos y seminarios.
5. Tutorías grupales o individuales.
6. Estudio independiente del estudiante.
7. Evaluación de cada una de las actividades grupales e individuales.



## f. Evaluación

---

Evaluación continuada a través de la participación y de la realización de actividades escritas y orales. Estas actividades o trabajos pueden ser autoevaluados por el estudiante y co-evaluados por sus pares, además de por el profesorado de la asignatura. La participación del alumnado también será valorada (40%).

Prueba escrita final: Examen final que consistirá un examen test de respuesta múltiple (60%).

## g. Bibliografía básica

---

Caballo, V.E. y Simón, M.A. (2001). Manual de psicología clínica infantil y del adolescente. Ed. Pirámide.

Mataix, J. y Carazo, E. Nutrición para educadores. (2005). Editorial Díaz de Santos.

Thibodeau, G.A. y Patton, K.T. Anatomía y Fisiología. (2007). Ed. Harcourt Temas 25,26 y 27.

## h. Bibliografía complementaria

---

Astiasarán, I., Martínez, J.A. y Muñoz, M. (2007) Claves para una alimentación óptima. Ed. Díaz de Santos.

Ballenato, G. (2007). Educar sin gritar (6ª Ed.). Madrid: La esfera de los libros.

Bertrand, C. (2000). Nutrición infantil. Ed Masson.

Biesalski & Grimm. (2007) Nutrición. Texto y Atlas. Ed. Médica Panamericana.

Caballo, V.E. y Simón, M.A. (2002). Manual de psicología clínica infantil y del adolescente. Trastornos específicos. Ed. Pirámide.

Carvajal, M.A y otros. Tablas de composición de alimentos. (1999). Ed. Pirámide

Cervera, P., Clapes, J. y Rigolfas, R. (2002) Alimentación y dietoterapia. Ed. McGraw Hill Interamericana.

Grande-Covián F. (1988) Nutrición y salud. Ediciones Temas de Hoy. Madrid.

Kast-Zahn, A. (2002). Aprender normas y límites. Ed. Medici. Barcelona.

Mahan, L.K. y Scott-Stump, S. (2001) Nutrición y dietoterapia de Kraus. Ed. McGraw-Hill

Rodríguez Sacristán, J. (2000). Psicopatología infantil básica. Ed. Pirámide.

Rodríguez-Santos F, Aranceta Bartrina, J. y Serra Majem, L. Psicología y Nutrición. (2008). Ed Elsevier Masson.

## i. Recursos necesarios

---

- El cañón de proyección para la presentación en Power Point con altavoces adecuados para permitir la reproducción de audio y videos.
- Plataforma Moodle: con la documentación e información necesaria.
- Se llevará al aula el material teórico y manipulativo necesario para apoyar y documentar el trabajo: bibliografía teórica, artículos científicos, vídeos con casos reales.
- El propio trabajo elaborado por los estudiantes.



## j. Temporalización

CARGA ECTS	PERIODO PREVISTO DE DESARROLLO
Bloque 1 (3 ECTS)	(Septiembre-Enero)
Bloque 2 (1 ECTS)	
Bloque 3 (2 ECTS)	

## 5. Métodos docentes y principios metodológicos

Esta asignatura se documentará a través de la plataforma MOODLE.

A partir de los conocimientos previos que tengan los estudiantes se irá construyendo el aprendizaje de los nuevos contenidos, interrelacionando los contenidos teóricos con actividades prácticas con el fin de consolidar los nuevos contenidos.

Se utilizarán diferentes estrategias didácticas:

**CLASES MAGISTRALES PARTICIPATIVAS:** basadas en el método expositivo para las explicaciones teóricas, apoyadas con presentaciones en Power Point. Se plantearán cuestiones, resolverán dudas, resaltarán aspectos más relevantes, interrelacionarán y aclararán conceptos, se explicarán prácticas y trabajos propuestos.

**TUTORÍAS:** se llevarán a cabo de tres formas. Tutorías concertadas en el despacho, para asesorar, orientar y realizar el seguimiento de los trabajos elaborados por los estudiantes, resolución de dudas, etc. Tutorías en el aula (para resolver dudas de interés general) y vía correo electrónico para aquellos aspectos puntuales.

**SEMINARIOS Y PRÁCTICAS:** el alumnado participa activamente en la realización de diferentes actividades prácticas individuales o grupales sobre los temas de la asignatura.

**6. Tabla de dedicación del estudiante a la asignatura**

ACTIVIDADES PRESENCIALES	HORAS	ACTIVIDADES NO PRESENCIALES*	HORAS*
Clases teóricas (T)	<b>33</b>	Estudio y trabajo autónomo individual	<b>70</b>
Clases prácticas de aula (A), seminarios y prácticas de campo	<b>12</b>	Estudio y trabajo autónomo grupal	<b>20</b>
Laboratorios (L)	<b>15</b>		
<b>Total, presencial</b>	<b>60</b>	<b>Total, no presencial</b>	<b>90</b>

**7. Sistema y características de la evaluación**

INSTRUMENTO/ PROCEDIMIENTO	PESO EN LA NOTA FINAL	OBSERVACIONES
Examen final escrito	60 %	<p>Para superar la asignatura es necesario (aunque no suficiente) tener una calificación mínima de 5,0 sobre 10,0 en la prueba escrita o examen final.</p> <p>El resultado de esta nota se obtiene al sumar las notas obtenidas en cada una de las partes impartidas por los profesores de la asignatura, ponderadas en función del periodo impartido por cada uno: <math>0.7 * (\text{bloque 1} + \text{bloque 2}) + 0.3 * (\text{bloque 3})</math>. Esta suma se realizará <u>únicamente</u>, cuando la nota obtenida en cada parte impartida por cada profesor sea igual o superior a 5 sobre 10.</p> <p>Si en 1ª convocatoria, se saca calificación menor de 5, en una o dos partes, se considerará/n esta/s suspendida/s y por tanto suspensa la asignatura, de modo que en la 2ª convocatoria, deberán examinarse de las partes suspendidas pero no así de la parte/s aprobada/s.</p>
Seminarios, proyectos de trabajo, actividades prácticas de aula y participación activa del alumnado	40 %	<p>La nota de las actividades prácticas, ponderada con el peso del 40%, <u>solo</u> se sumará a la nota de la prueba escrita (60%) si es igual o superior a 4 sobre 10, teniendo cada parte (prácticas, trabajos, actividades de clase y participación) un peso específico diferente.</p>



### CRITERIOS DE CALIFICACIÓN

- **Convocatoria ordinaria:**

1ª Convocatoria: La asignatura se considera superada si el estudiante obtiene una calificación de 5,0, considerando conjuntamente la prueba escrita y las actividades, de acuerdo con el sistema de calificaciones ya explicado.

2ª convocatoria: Cuando el alumno se presenta a la 2ª convocatoria, con 1 ó 2 partes suspensas y vuelve a suspender alguna de ellas, no se le guardará la nota de las aprobadas para posteriores convocatorias.

La nota sacada en la parte de Prácticas, proyectos de trabajo, actividades prácticas de aula y participación, se guardará para la 2ª convocatoria, pero no para posteriores convocatorias.

- **Convocatoria extraordinaria:**

Se mantiene el criterio de calificación de las convocatorias ordinarias.

