



Curso Académico 2025-26

Educación Nutricional en el Aula de 0-6 años

Guía Docente

ASIGNATURA

Nombre de asignatura: Educación Nutricional en el Aula de 0-6 años (17151113)

Créditos: 6

Modalidad: Presencial

PLAN/ES DONDE SE IMPARTE

Plan: Grado en Educación Infantil (Plan 2015)

Curso: 1

Carácter: Básica

Duración: Segundo Cuatrimestre

Idioma/s en que se imparte: Español

Módulo/Materia: 05. Infancia, salud y alimentación/Educación nutricional en el aula de 0-6 años

Plan: Doble Grado en Educación Infantil y Educación Primaria

Curso: 1

Carácter: Básica

Duración: Segundo Cuatrimestre

Idioma/s en que se imparte: Español

Módulo/Materia: Asignaturas título/

PROFESOR/A RESPONSABLE O COORDINADOR/A

Profesor/a	Departamento	Correo electrónico
Siles Castellano, Ana Belén	Educación	

PROFESORADO

Profesor/a	Departamento	Correo electrónico
Molina Miras, Alejandro	Educación	
Siles Castellano, Ana Belén	Educación	

DATOS BÁSICOS

Modalidad

Presencial

ELEMENTOS DE INTERÉS PARA EL APRENDIZAJE DE LA ASIGNATURA

Justificación de los contenidos

Desde la formación del profesorado de infantil se debe contribuir a mejorar la calidad de vida de las personas en la medida en que se aportan conocimientos, experiencias y sobre todo, se ayuda a construir actitudes y adoptar hábitos destinadas a llevar una vida más sana y saludable. Es ésta una recomendación de los organismos internacionales quienes han levantado la voz de alarma por el elevadísimo número de personas y en especial, niños y niñas, que padecen enfermedades relacionadas con malos hábitos en su alimentación. La escuela, en un trabajo conjunto con la familia, es el lugar idóneo para trabajar esta materia dado que los hábitos en alimentación se forjan precisamente en edades tempranas y van a tener repercusiones a lo larga de toda nuestra vida. La labor de la escuela consistirá en potenciar la participación, dentro del enfoque comunitario y funcional, promoviendo la convergencia de intereses y esfuerzos de los distintos estamentos sociales (escuela, familia, centros de salud, etc.). Capacitar a los futuros maestros y maestras para educar de forma integral a los niños y niñas en la etapa de infantil, para que conozcan los principios básicos de un desarrollo y comportamiento saludable. Igualmente, formar al profesorado para que puedan detectar trastornos en la alimentación, el sueño, el desarrollo psicomotor o la atención que, inevitablemente, tendrían consecuencias en el grado de aprendizaje de los alumnos y alumnas. La adquisición de hábitos saludables en la edad escolar es decisiva para mantener y propiciar una buena salud en la etapa adulta. Se trata de incidir especialmente en las conductas, ya que estaremos sanos no por lo que sabemos sino por lo que hacemos.

Es fundamental enseñar a los alumnos y alumnas, desde edades tempranas, la importancia que tiene la alimentación y la actividad física en el mantenimiento de la salud, así como en el desarrollo emocional y psicosocial. El profesorado, en este sentido, desempeña un papel fundamental creando entornos saludables en la escuela que faciliten la adopción de conductas promotoras de salud. Los hábitos alimentarios adquiridos en estas etapas de educación Infantil y Primaria son decisivos en el comportamiento alimentario en la edad adulta, por ello se hace imprescindible colaborar con las familias para conseguir un desarrollo armónico de los niños y niñas. Mediante la educación nutricional se pretende mejorar el comportamiento alimentario de las personas, para que tengan una vida más sana y más plena, es decir, para que puedan alcanzar un estado de salud en su concepción más moderna y holística del término.

Materia con la que se relaciona en el Plan de Estudios

Se relaciona con la asignatura "Motricidad, salud y bienestar en la infancia" y junto con ésta forman parte del módulo: Infancia, salud y alimentación.

Conocimientos necesarios para abordar la asignatura

Esta asignatura se ofrecerá de forma presencial en los tres GD (A, B y C). Se requiere conocimientos previos informáticos a nivel de usuario (Word, powerpoint, Hojas de cálculo excell, etc) y conocimiento y manejo de la plataforma virtual de la UAL (WebCT). Se aconseja que el

alumno/a disponga en casa de conexión rápida a internet o que haga uso de salas de ordenadores de la UAL para el envío de trabajos o bajada de recursos y o materiales disponibles en la webct de la asignatura.

Requisitos previos recogidos en la memoria de la Titulación

No existen requisitos previos diferentes a los que se exige para la matriculación en el Grado de Infantil

RESULTADOS DEL PROCESO DE FORMACIÓN Y DE APRENDIZAJE

Competencias.

Comprender y poseer conocimientos

Aplicación de conocimientos

Capacidad de emitir juicios

Capacidad de comunicar y aptitud social

Competencia social y ciudadanía global

Capacidad para resolver problemas

Comunicación oral y escrita en la propia lengua

Habilidad en el uso de las TICs

Capacidad de crítica y autocrítica

Trabajo en equipo

Compromiso ético

Conocer los principios básicos de un desarrollo y comportamiento saludables

Detectar carencias afectivas, alimenticias y de bienestar que perturben el desarrollo físico y psíquico adecuado de los estudiantes

Conocer los fundamentos de dietéticas e higiene infantiles. Promover la adopción de hábitos saludables y conocer la injerencia que sobre ellos tiene la publicidad destinada al público infantil

Conocer la evolución histórica de la familia, los diferentes tipos de familia y buscar su colaboración para la adecuada nutrición de los niños y niñas

Conocimientos o contenidos

Comprender los conceptos básicos de Nutrición, así como la función de los principales nutrientes.

Diferenciar el crecimiento y desarrollo infantil en las distintas edades pediátricas, así como sus diferentes necesidades

Promover hábitos de vida saludable desde la infancia

Conocer la base de la alimentación de un niño/a según las distintas edades fisiológicas

Conocer en qué consiste y diseñar dietas equilibradas (proporciones entre nutrientes) para mejorar nuestra salud y desarrollar al máximo nuestro potencial

Adoptar una actitud crítica frente a la publicidad y sus estrategias de marketing nutricional

Convertir la escuela en un entorno saludable que incline a la adopción de conductas promotoras de salud.

Avanzar en el manejo de las TICs aplicadas al diseño de cuentas

Habilidades o destrezas.

Manejar tablas de composición de alimentos

Aplicar destrezas básicas en la utilización de las fuentes de información para, con sentido crítico, adquirir nuevos conocimientos

Detectar posibles trastornos alimentarios a través del análisis de los hábitos y conocer sus consecuencias en la salud

Indagar y desmitificar nuestras creencias previas en Nutrición. Análisis de las concepciones alternativas, mitos y falsas creencias sobre alimentación

Diseñar programas de intervención y/o propuestas didácticas para la educación nutricional en la escuela. Conocer diferentes estrategias de lucha contra la obesidad infantil

Colaborar con las familias y profesionales para el desarrollo y crecimiento saludable de los niños y niñas

PLANIFICACIÓN

Temario

Tema 1.- **Importancia de la alimentación Infantil.** Calidad de vida en la edad pediátrica. Clasificación de las edades pediátricas. La alimentación del recién nacido. Recomendaciones para la introducción de alimentos en el primer año de vida

Tema 2.- **Influencia de los hábitos alimentarios en la Salud.** Principales enfermedades vinculadas a malos hábitos alimentarios. Cambios sociales, culturales y nutricionales en nuestro país. Nuevas tendencias en los hábitos alimentarios y sus consecuentes problemas nutricionales. ¿Cómo abordamos estos cambios nutricionales?

Tema 3.- **Salud, alimentación y nutrición.** Introducción. Alimentación y Nutrición. Objetivos de la Nutrición. Fundamentos de la dieta equilibrada. Guías alimentarias. La alimentación de los niños y niñas de 0-6 años. Diseño, planificación y ajuste de dietas.

Tema 4.- **Influencia social y de los medios de comunicación sobre los hábitos alimentarios.** Factores culturales en la alimentación. Análisis de las concepciones alternativas, mitos y falsas creencias sobre alimentación. Influencia de la publicidad en nuestros hábitos alimentarios. Etiquetado de los alimentos. Alimentos funcionales. Legislación publicitaria en España. Contrapublicidad.

Tema 5.- **La educación y la promoción de la salud en la escuela. Propuesta de intervención docente.** Introducción. Los comedores escolares: funciones y requisitos de funcionamiento. Cuestiones previas de la Ed. Nutricional. Consideraciones sobre la enseñanza y aprendizaje de las actitudes. Breve guía sobre cómo trabajar la Ed. Nutricional en la escuela.

Actividades Formativas y Metodologías Docentes

"La creatividad es la inteligencia divirtiéndose".

"No hay pensamientos peligrosos; el pensamiento es peligroso"

Hanna Arendt

El principio básico para el diseño de las actividades formativas y uso de metodologías docentes en el aula es la adecuación al contexto. En este sentido, nos encontramos con el hecho de que esta materia se inserta en el primer curso del Grado de Ed. Infantil, con alumnos y alumnas recién llegados a la Universidad y cuyo número por aula no suele ser inferior a 65, llegando en ocasiones a superar los 70. Obviamente, estos dos condicionantes limitan e impiden la aplicación de determinadas metodologías, como por ejemplo, el seguimiento y evaluación continuado de los alumnos y alumnas. No obstante, se opta fundamentalmente por metodologías activas, que invitan a la implicación del alumnado, evitando en la medida de lo posible un papel pasivo del

mismo.

Con estas premisas, la metodología en los grupos docentes será interactiva, no unidireccional, promoviendo la participación y con ello la reflexión de los y las estudiantes con el fin de desarrollar un mayor espíritu crítico que les ayude a comprender y mejorar su salud y la de sus futuros alumnos y alumnas cuando se incorporen al mundo laboral, de modo que ellos mismos se erijan en auténticos agentes promotores de salud. Puesto que en última instancia lo que se persigue es que el alumnado adopte hábitos saludables, trabajaremos el hecho de que puedan elegir entre seguir con conductas poco saludables pero conociendo sus consecuencias, o adoptar otras más acordes con el concepto de salud. A las explicaciones del profesorado se suman las preguntas del mismo o de los estudiantes, creando debates útiles para evidenciar sus concepciones previas sobre la alimentación. En esta materia, donde abundan los mitos y creencias, percatarse de los suyos y que evolucionen hacia concepciones más científicas resulta vital, si lo que queremos es modificar hábitos erróneos de su alimentación, que en muchas ocasiones son inducidos por los medios de comunicación. De ahí la necesidad de aprender a diferenciar y manejar fuentes y canales de información fiables. Crear un clima del aula sereno donde se sientan confiados, es clave para que puedan explicitar sus opiniones en cuestiones sobre las que todos tenemos experiencias previas. La participación del alumnado en el aula siempre es importante, pero si tenemos en cuenta que los alumnos y alumnas cursan su primer año de Universidad, lo es todavía más, de forma que progresivamente se vayan amoldando a su nueva realidad universitaria y, de ahí, el interés en que las sesiones expositivas sean dinámicas, nunca pasivas.

Finalmente, el contenido y profundidad de los temas se ajustará a las inquietudes y diversidad del alumnado y del grupo, para una mayor comprensión e interés.

En los grupos de trabajo será fundamental el aprendizaje cooperativo, el respeto a las opiniones diferentes, la búsqueda de acuerdos en los debates suscitados, la adopción de posturas éticas y solidarias, etc. Se trabajará sobre búsquedas bibliográficas fiables para la desmitificación de errores o creencias alimentarias, visualización de documentales y debates para el desarrollo del espíritu crítico, manejo de tablas de composición de alimentos para conocer el contenido en nutrientes de los diferentes alimentos, evaluación nutricional de su propia dieta para que puedan compararla con las recomendaciones dietéticas oficiales, análisis crítico de la publicidad y de nuestra sociedad de consumo, etc. y, todo ello, con la finalidad de que adopten posturas y conductas más saludables.

Igualmente se trabajará el desarrollo de competencias profesionales para planificar, diseñar y actuar en las aulas con una especial consideración hacia el uso de los recursos TIC; en este sentido, cabe destacar la elaboración de cuentos propios mediante recursos como Power Point, StoryJumper o similares, de modo que sirvan también de réplica a los cuentos más tradicionales donde se señala negativamente a algunos alimentos.

Para la resolución de dudas o problemas que pudieran producirse (tanto en los GD como en los GT), el alumnado puede recurrir a tutorías que serán, si las condiciones sanitarias lo permiten, presenciales y en el horario habilitado para ello, sólo requerirá la petición del alumnado al profesor/a encargado.

Por último, en el caso de estudiantes con necesidades especiales, se establecerán planes adaptados cuando así se requiera y siempre en consonancia con la autoridad universitaria

competente que así lo aconseje e indique.

Plan de Contingencia:

Ante niveles de alerta sanitaria elevados, las actividades formativas planificadas en los Grupos Docentes se impartirán mediante videoconferencia. Los Grupos de Trabajo seguirán con la impartición presencial conforme a la planificación establecida.

Ante medidas más restrictivas acordadas por las autoridades sanitarias, los Grupos de Trabajo se realizarían también por videoconferencia.

Actividades de Innovación Docente

Esta asignatura participa en la Convocatoria para Proyectos de Innovación Docente (PID) durante el Bienio 24-25 en la Universidad de Almería. Dentro de la línea 8. Docencia y sociedad (ODS y APS) y Tipología Multidisciplinar en el Departamento de Educación con el título:

EDUCA-ODS. La educación en contexto. Propuestas innovadoras de Educación para la Sostenibilidad y los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS).

Diversidad Funcional

El estudiantado con discapacidad o necesidades específicas de apoyo educativo puede dirigirse a la Unidad de Inclusión y Atención a la Diversidad para recibir la orientación y el asesoramiento necesarios, facilitando así un mejor aprovechamiento de su proceso formativo. Asimismo, podrán solicitar las adaptaciones curriculares necesarias para garantizar la igualdad de oportunidades en su desarrollo académico. La información relativa a este alumnado se trata con estricta confidencialidad, en cumplimiento con la Ley Orgánica de Protección de Datos (LOPD). El equipo docente responsable de esta guía aplicará las adaptaciones aprobadas por la Unidad de Inclusión y Atención a la Diversidad, tras su notificación al Centro y a la coordinación del curso

PROCEDIMIENTO DE EVALUACIÓN

Pruebas orales/escritas Sí

Pruebas prácticas Sí

Realización de trabajos/ensayos Sí

Asistencia y participación en clase Sí

Realización de actividades prácticas Sí

Prácticas de laboratorio. Sí

Criterios

Como ya se ha comentado en apartados anteriores, la elevada ratio de alumnos y alumnas en esta materia (nunca por debajo de 70 por aula) condiciona los instrumentos y métodos de evaluación del alumnado, entendiéndose además, que la evaluación debería tener como objetivo efectuar un seguimiento y mejora de la enseñanza realizada por el profesor/a y de los aprendizajes del alumnado.

Por esta razón, serán objeto de evaluación cuantas actividades teóricas y prácticas se lleven a cabo durante el curso, valorando especialmente la implicación y participación de los estudiantes en el desarrollo del programa y en la dinámica de las clases. Se utilizarán estrategias de evaluación diferenciadas y acordes con la diversidad presente y las distintas necesidades de los y las estudiantes.

La calificación final se obtendrá del siguiente modo: asimilación de los contenidos teórico-prácticos de la asignatura mediante prueba escrita de opción múltiple (50%), diseño, realización y defensa de las actividades propuestas, algunas individuales, otras grupales y en número no inferior a 4, (40%). De entre todas las actividades, la que tendrá una mayor valoración es la evaluación y análisis de su propia dieta, de modo que hará media con el resto de trabajos prácticos. Como máximo, el número de faltas permitidas en la realización de las prácticas de esta asignatura será de 1, que además, deberá estar debidamente justificada. Para la ponderación de la calificación de estos dos bloques será necesario que en cada uno de ellos se obtenga como mínimo una nota de 4 sobre 10. Por último, se considerará la asistencia a clase y la participación asidua y original en los debates y puestas en común, tanto en los grupos docentes como en los de trabajo; en estos últimos, también se valorará la exposición clara y ordenada de las ideas y la singularidad y buena presentación de los trabajos (10%). Estos instrumentos y criterios de evaluación se mantendrán tanto en la convocatoria ordinaria como extraordinaria, si bien, en este último caso, se conservará la nota del bloque que se hubiera superado en la convocatoria ordinaria, aunque sólo durante el mismo curso académico.

Siempre que las condiciones sanitarias lo permitan, la prueba escrita de opción múltiple se podría realizar de forma presencial on line, a través del aula virtual o bien sobre papel en el aula asignada.

La asignatura tiene un carácter presencial y, así es como está diseñada, tanto en su desarrollo y metodología como en su evaluación; por tanto, cualquier situación excepcional que conlleve una evaluación final única y haya sido autorizada por el Departamento o autoridad competente, deberá ser comunicada al profesorado inmediatamente. En estos casos, el alumno/a realizará la prueba escrita junto con sus compañeros/as (50%) de la calificación final y deberá asimismo entregar dos actividades formativas (50%) que serán la evaluación de su dieta y la elaboración de un vídeo de contrapublicidad alimentaria mediante el uso de recursos TIC. Los criterios de evaluación que regirán en estos casos son los mismos que los descritos para los alumnos y alumnas con asistencia regular a clase.

Plan de Contingencia:

Se mantendrá lo indicado en el apartado de evaluación. En los casos en los que las autoridades sanitarias aconsejen y/o acuerden la no presencialidad de las pruebas de evaluación en las convocatorias ordinarias y/o extraordinarias, las pruebas indicadas se realizarán mediante plataforma virtual.

RECURSOS

Bibliografía básica.

Básica

- 1.- Carlos Casabona. Tú eliges lo que comes. Paidós. 2º. 2017.
- 2.- de Paz, P.. Alimentación, Higiene y Salud. Manual para maestros.. Unir. Logroño. 1ª. 2015.
- 3.- Jesús Román Martínez Álvarez. Nutrición y Alimentación en el ámbito escolar. Ergon. 2012.
- 4.- L. Jiménez. El cerebro obeso. Las claves para combatir la obesidad están en el cerebro.. 1.12. 2014.
- 5.- Miguel Ángel Lurueña. Que no te líen con la comida. Planeta, S.A.. 2º. 2021.

Bibliografía complementaria.

- 1.- Aitor Sánchez. Mi dieta cojea. Paidós. 8º. 2017.
- 2.- Felicity Lawrence. ¿Quién decide lo que comemos?. Tendencias. 2009.
- 3.- José M. López Nicolás. Vamos a comprar mentiras. Cálamo. 7ª. 2017.

Otros recursos.

Puede ver la bibliografía existente en la actualidad en el Sistema de Gestión de Biblioteca consultando en la siguiente dirección: https://www.ual.es/bibliografia_recomendada17151113
[http://.Las direcciones web se encuentran en la plataforma virtual de la asignatura \(webct\)](http://.Las direcciones web se encuentran en la plataforma virtual de la asignatura (webct))

