

## CURSOS DE FORMACIÓN DEL PROFESORADO EN RED DEL INTEF

### Alimentación y nutrición para una vida saludable

*1ª EDICIÓN 2017*



#### ***PRESENTACIÓN DEL CURSO***

La educación en nutrición, ha sido reconocida como uno de los elementos esenciales para contribuir a la prevención y control de los problemas relacionados con la alimentación en el mundo es clave para alcanzar el conocimiento sobre la importancia de una dieta saludable y de la actividad física entre los escolares.

En este sentido, también es relevante la educación del gusto, basada en el despertar y formación de nuestros sentidos, en la degustación como experiencia formativa y de conocimiento. El ser humano tiene la capacidad de convertir la alimentación en un hecho cultural, alimentarse es una necesidad pero también un placer del que se debe disfrutar con los cinco sentidos. El conjunto de todas las sensaciones, estímulos y percepciones que captamos cuando tomamos un alimento, van a determinar que deseemos introducirlo o no en nuestra alimentación.

Los niños en edad escolar constituyen uno de los grupos prioritarios que deben recibir una educación en nutrición, ya que, los hábitos alimentarios adquiridos a esta edad se mantendrán durante toda la vida.

El objetivo de la educación en nutrición en el colegio es lograr que los niños adquieran una capacidad crítica para elegir una alimentación saludable. Al desarrollar en los escolares hábitos de alimentación saludables, se contribuye a su desarrollo físico, mental y social y a la prevención de las enfermedades relacionadas con la dieta (OMS, 1998; FAO, 1998; FAO/OMS, 1995).

## **DIRIGIDO A**

Profesorado que imparte docencia en todos los niveles educativos anteriores al universitario, asesores de formación y asesores técnico docentes de las administraciones educativas, miembros del departamento de orientación y de equipos de orientación o de atención temprana.

## **OBJETIVOS**

- Educar en alimentación, nutrición y gastronomía al profesorado en activo de centros con alumnos de Educación Infantil, Primaria y Secundaria (FP y Bachillerato).
- Trasmitir al profesorado los conocimientos necesarios para formar a los escolares en alimentación, nutrición y gastronomía.
- Educar al alumnado de los centros educativos en alimentación, nutrición y gastronomía, motivándolos a adoptar unos hábitos de vida saludables.
- Transmitirles la importancia de una alimentación variada, equilibrada y sana.
- Crear en ellos la motivación por comer bien, disfrutar con la comida y enseñarles a pasarlo bien comiendo.

## **CONTENIDOS**

- Alimentos y nutrientes: ¿Por qué debo aprender a comer?, ¿Qué es el alimento?, ¿De qué me alimento?, ¿Qué tienen los alimentos?, ¿Cómo me alimento?, ¿Cuánto debo comer?
- El placer de comer y cocinar: Me alimento por necesidad y por placer. Buenas costumbres en alimentación, Alimentación como hecho cultural. La educación del gusto, El buen aprovechamiento de los alimentos, Tecnología de alimentos. Técnicas culinarias, Etiquetado de los alimentos.
- Educación y estilo de vida activo: Comedores escolares, Ejercicio físico y hábitos de vida.
- Nutrición en la enfermedad: Enfermedades relacionadas con la alimentación, Mitos, errores y realidades, El placer de comer y cocinar, Educación y estilo de vida activo.

## **METODOLOGÍA**

Los participantes realizarán actividades en línea en el aula de Formación del Profesorado, orientadas a la realización de un producto o artefacto digital de aplicación directa en el aula. Para ello, consultarán recursos didácticos e interactuarán entre sí y con los tutores del curso.

Todos los proyectos de los participantes podrán ser divulgados y compartidos tanto en el aula de formación como a través de las redes sociales, con el correspondiente reconocimiento de autoría y licencia de uso. Para ello el curso pondrá a disposición de los participantes diversos espacios colectivos digitales entre otros, la Comunidad en Procomún [Alimentación y nutrición para una vida saludable](#) y la red social Twitter utilizando la etiqueta (hashtag) [#Alimenta\\_INTEF](#) donde se podrán compartir recursos e información de interés para los participantes.

En cuanto a la [metodología](#) de este curso, se trata de una metodología activa y basada en la idea de aprender haciendo. En el planteamiento del curso y de sus actividades, se incide especialmente en el carácter social y conectado del aprendizaje, por lo que se fomentará la generación de vínculos y comunidades entre los participantes.

En estos cursos los participantes contarán con un seguimiento personalizado por parte del equipo de tutoría que les proporcionará en todo momento el apoyo y el seguimiento necesarios para que la experiencia formativa sea provechosa. Además de contar con la ayuda de los tutores, cada participante podrá ayudar y colaborar con otros participantes de cara a resolver las dificultades y retos que pudieran surgir durante el desarrollo del curso. El apoyo, el aprendizaje y la colaboración entre iguales es otro de los puntos clave del enfoque metodológico del Área de Formación en red del INTEF.

## **COMPETENCIA DIGITAL DOCENTE**

El presente curso contribuye al desarrollo y mejora de las Áreas de la Competencia digital docente: Información, Comunicación, Creación de contenidos, Seguridad y Resolución de problemas. En este curso se incide especialmente en las Áreas 1. Información, y 2. Comunicación, del “[Marco Común de Competencia Digital Docente v2.0](#)”.

Más concretamente, ayudará a adquirir y/o desarrollar las siguientes competencias:

### 1.2. Evaluación de la información

## 2.1. Compartir información y contenidos

### ***DURACIÓN***

70 horas.

### ***Nº DE PLAZAS***

250

### ***PLAZO DE INSCRIPCIÓN***

El plazo será de 15 días naturales y comenzará el 10 de enero de 2017.

### ***INSCRIPCIÓN***

Los interesados que reúnan los requisitos exigidos en la presente convocatoria, y deseen formar parte en la misma, deberán solicitarlo a través de la sede electrónica del Ministerio de Educación, Cultura y Deporte, en la dirección: <https://sede.educacion.gob.es>.

Cada candidato sólo podrá solicitar un curso.

Deberán cumplimentar todos los campos obligatorios de la solicitud y adjuntar a su solicitud el Certificado de Servicios en el presente curso, firmado y sellado, según el modelo del Anexo III de la Convocatoria.

Podrán, asimismo, alegar méritos conforme al baremo especificado en la convocatoria.

La propia aplicación de solicitudes contiene instrucciones para, una vez cumplimentados los campos obligatorios, confirmar la solicitud y registrarla.

### ***FECHAS DEL CURSO Y DISTRIBUCIÓN TEMPORAL***

El curso comenzará el jueves, 9 de marzo de 2017, y terminará el martes, 9 de mayo de 2017.

La estructura del curso es de carácter modular. En la Guía Didáctica de cada curso se especificará el cronograma de trabajo del mismo.

### ***AUTORÍA DEL CURSO***

Fundación Española de Nutrición (<http://www.fen.org.es/>).

### ***CERTIFICACIÓN E INSIGNIA DIGITAL***

Todos los participantes que superen el curso recibirán una certificación correspondiente a 70 horas. Para ello será necesario que realicen todas las actividades que se encuentran en cada uno de los bloques de contenidos en los que se divide el curso, el módulo final, y que el tutor correspondiente califique todas las tareas como Aptas.

Se otorgará también a quienes obtengan la certificación una insignia digital acreditativa.

### ***DIRECCIÓN DE CONTACTO***

Si necesita más información, por favor, escriba a la dirección: [formacionenred@mecd.es](mailto:formacionenred@mecd.es), especificando en el asunto del mensaje el objeto de su consulta.