

## Programación semanal

En la programación semanal te presentamos un **reparto del trabajo de la asignatura** a lo largo de las semanas del cuatrimestre.

	Temas	Trabajos (2 puntos)	Eventos (2 puntos)	Lecturas (2 puntos)
<b>Semana 1</b>	<b>Tema 1. Alimentación y nutrición</b> 1.1. ¿Cómo estudiar este tema? 1.2. Definición de los principales conceptos 1.3. Hábitos alimentarios		Asistencia a 2 sesiones presenciales virtuales a elegir a lo largo del cuatrimestre (0,2 puntos cada una)  Foro: El maestro y la alimentación (0,4 puntos)  Test tema 1 (0,1 puntos)	
<b>Semana 2</b>	<b>Tema 2. Energía y Nutrientes</b> 2.1. ¿Cómo estudiar este tema? 2.2. Importancia de la Energía 2.3. Componentes del consumo de energía 2.4. Nutrientes y balance energético 2.5. Las necesidades de energía		Test tema 2 (0,1 puntos)	
<b>Semana 3</b>	<b>Tema 3. Macronutrientes</b> 3.1. ¿Cómo estudiar este tema? 3.2. Hidratos de Carbono 3.3. Grasas o Lípidos 3.4. Proteínas		Test tema 3 (0,1 puntos)	
<b>Semana 4</b>	<b>Tema 4. Micronutrientes</b> 4.1. ¿Cómo estudiar este tema? 4.2. Minerales y Oligoelementos 4.3. Agua y electrolitos 4.4. Vitaminas 4.5. Fibra dietética	Trabajo: Guía para familias/Programa Perseo: "Come sano y muévete" (0,5 puntos)	Test tema 4 (0,1 puntos)	Lectura: Mitos y fraudes relacionados con alimentos y nutrición (1 puntos)
<b>Semana 5</b>	<b>Tema 5. Los grupos de alimentos</b> 5.1. ¿Cómo estudiar este tema? 5.2. Estudio de cada grupo de alimentos 5.3. Tablas de composición de alimentos 5.4. Pirámide nutricional		Test tema 5 (0,1 puntos)	

	Temas	Trabajos (2 puntos)	Eventos (2 puntos)	Lecturas (2 puntos)
Semana 6	<p><b>Tema 6. Digestión y absorción de los alimentos</b></p> <p>6.1. ¿Cómo estudiar este tema?</p> <p>6.2. ¿Qué es la digestión?</p> <p>6.3. Los procesos de digestión y absorción</p>		Test tema 6 (0,1 puntos)	
Semana 7	<p><b>Tema 7. Alimentación saludable. El equilibrio alimentario</b></p> <p>7.1. ¿Cómo estudiar este tema?</p> <p>7.2. Establecimiento de patrones alimentarios en los niños</p> <p>7.3. Educación nutricional</p> <p>7.4. Diseño de un menú equilibrado</p> <p>7.5. Requisitos nutricionales que deben cumplir los menús escolares</p>		Test tema 7 (0,1 puntos)	
Semana 8	<p><b>Tema 8. Alimentación en las diferentes etapas</b></p> <p>8.1. ¿Cómo estudiar este tema?</p> <p>8.2. Alimentación del lactante</p> <p>8.3. Alimentación de 1 a 3 años</p> <p>8.4. Alimentación del niño de 4 a 6 años</p> <p>8.5. Alimentación del niño de 7 a 10 años</p> <p>8.6. Alimentación del adolescente</p> <p>8.7. El crecimiento del niño y del adolescente</p>		Test tema 8 (0,1 puntos)	Lectura: La comida en familia: algo más que comer juntos (1 puntos)
Semana 9	<p><b>Tema 9. Valoración del estado nutricional</b></p> <p>9.1. ¿Cómo estudiar este tema?</p> <p>9.2. Qué es la valoración del estado nutricional</p> <p>9.3. Medidas para calcular el valor del estado nutricional</p>		Test tema 9 (0,1 puntos)	
Semana 10	<p><b>Tema 10. Nutrición de niños con diferentes patologías</b></p> <p>10.1. ¿Cómo estudiar este tema?</p> <p>10.2. Obesidad</p> <p>10.3. Niños que no comen</p> <p>10.4. Trastornos alimentarios producidos por inadecuada formación psicológica (anorexia, bulimia...)</p>	Trabajo: Campaña de prevención <i>Trastornos alimentarios</i> (1 puntos)		
Semana 11	<p><b>Tema 10. Nutrición de niños con diferentes patologías (continuación)</b></p> <p>10.5. Alergias e intolerancias alimentarias</p> <p>10.6. Otras enfermedades</p>		Test tema 10 (0,1 puntos)	

	Temas	Trabajos (2 puntos)	Eventos (2 puntos)	Lecturas (2 puntos)
Semana 12	<p><b>Tema 11. Adquisición de hábitos higiénicos de limpieza, alimentación, educación física y cuidado general de la salud</b></p> <p>11.1. ¿Cómo estudiar este tema?</p> <p>11.2. Limpieza corporal como importante elemento educativo</p> <p>11.3. Higiene bucodental</p> <p>11.4. Higiene postural en el colegio y en el hogar; su relación con el tono vital y las expectativas educativas</p>		Test tema 11 (0,1 puntos)	
Semana 13	<p><b>Tema 12. Relaciones de la nutrición con el entorno</b></p> <p>12.1. ¿Cómo estudiar este tema?</p> <p>12.2. Relaciones mutuas entre alimentación, higiene y educación del carácter</p> <p>12.3. Repercusiones recíprocas entre hábitos infantiles sedentarios, salud y formación humana</p> <p>12.4. La alimentación, el ambiente agradable y los buenos modales en la mesa como elementos culturales y de socialización</p>	Trabajo: Influencia de los medios de comunicación en la alimentación (0,5 puntos)		
Semana 14	<p><b>Tema 12. Relaciones de la nutrición con el entorno (continuación)</b></p> <p>12.5. Peligros educativos de los excesos en los cuidados corporales</p> <p>12.6. El sueño y la salud; su relación con el rendimiento académico</p>		Test tema 12 (0,1 puntos)	
Semana 15	Semana de repaso			
Semana 16	Semana de exámenes			