

INFORME DE PROGRAMACIÓN (UDI)

Año académico: 2019/2020

Curso: 3º de E.S.O.

Título: Función de nutrición: alimentación y nutrición

Justificación: En esta unidad didáctica se estudian de forma específica los conceptos de alimentación y nutrición, haciendo especial hincapié en las necesidades nutricionales (materiales y energéticas) de las personas. Dado que la nutrición es un proceso clave a lo largo de la vida de los seres humanos, es importantísimo que el alumnado adquiera destrezas que le permitan afrontar su alimentación de forma responsable y autónoma. Para ello, además de estudiar los grupos de alimentos y las dietas saludables, se abordarán también contenidos referentes a hábitos alimentarios saludables y los trastornos más frecuentes de la conducta alimentaria.

CONCRECIÓN CURRICULAR

Biología y Geología

OBJETIVOS DIDÁCTICOS

Comprender la importancia de utilizar los conocimientos de la Biología y Geología para satisfacer las necesidades humanas y participar en la necesaria toma de decisiones en torno a problemas locales y globales a los que nos enfrentamos.

CONTENIDOS

ByG- Bloque 2.11 Nutrición, alimentación y salud.
ByG- Bloque 2.12 Los nutrientes, los alimentos y hábitos alimenticios saludables.
ByG- Bloque 2.13 Trastornos de la conducta alimentaria.
ByG- Bloque 2.14 La dieta mediterránea.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN

ByG2.6. Identificar hábitos saludables como método de prevención de las enfermedades.
ByG2.11. Reconocer la diferencia entre alimentación y nutrición y diferenciar los principales nutrientes y sus funciones básicas.
ByG2.12. Relacionar las dietas con la salud, a través de ejemplos prácticos.
ByG2.13. Argumentar la importancia de una buena alimentación y del ejercicio físico en la salud.
ByG2.16. Indagar acerca de las enfermedades más habituales en los aparatos relacionados con la nutrición, de cuáles son sus causas y de la manera de prevenirlas.

COMPETENCIAS

Aprender a aprender
Competencia en comunicación lingüística
Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología
Competencias sociales y cívicas
Conciencia y expresiones culturales

TRANSPOSICIÓN DIDÁCTICA

Tarea: Enfermedades relacionadas con la alimentación y la dieta.

ACTIVIDAD: Exposición oral

Los alumnos presentarán, en el formato que ellos decidan, una enfermedad relacionada con la alimentación y la dieta, donde deberán incluir el motivo que desencadena la enfermedad, la sintomatología y medidas adoptables para superar la enfermedad.

EJERCICIOS



ACTIVIDAD: Exposición oral			
Presentación en clase por parte del alumnado de los proyectos de investigación relacionados con las enfermedades alimenticias. Entrega de las actividades relacionadas con los artículos trabajados en la sesión anterior.			
METODOLOGÍA			
Activa, cooperativa, reflexiva.			
TEMPORALIZACIÓN	RECURSOS	PROCESOS COGNITIVOS	ESCENARIOS
1 sesión	Pizarra digital, presentaciones elaboradas por los alumnos, vídeos e imágenes.	Analítico Creativo Crítico Lógico Práctico Reflexivo	El aula.
ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD			

Tarea: Evaluación de contenidos.

ACTIVIDAD: Prueba escrita			
Se realiza la prueba escrita para evaluar los contenidos relacionados con la unidad. La prueba escrita estará basada en los criterios y en el trabajo de competencias.			
EJERCICIOS			
Prueba escrita.			
METODOLOGÍA			
Reflexiva, lógica, individual.			
TEMPORALIZACIÓN	RECURSOS	PROCESOS COGNITIVOS	ESCENARIOS
1 sesión	Prueba escrita, calculadora.	Analítico Crítico Lógico Reflexivo	El aula.
ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD			

Tarea: Introducción de la unidad y conocimientos previos

ACTIVIDAD: Conocimientos previos			
1-Debate en clase sobre la diferencia entre alimentación y nutrición.			
2-Clasificación de imágenes de alimentos a criterio de cada alumno en alimentos beneficiosos, intermedios y malignos.			
3-Realizar estas actividades en grupo a modo de debate.			
EJERCICIOS			
El alumnado trabajará a modo grupal respondiendo preguntas planteadas por el docente que hará que ellos se pregunten nuevas cuestiones y a modo grupal se resuelvan, detectando así que conocimientos previos tienen sobre los contenidos a tratar.			
METODOLOGÍA			
Activa, reflexiva, cooperativa e integradora.			
TEMPORALIZACIÓN	RECURSOS	PROCESOS COGNITIVOS	ESCENARIOS
1 sesión	Libro de texto e imágenes de alimentos, pizarra digital.	Analítico Crítico Lógico Reflexivo	Aula de clase
ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD			

Tarea: Tratamiento de contenidos en clase.

ACTIVIDAD: Alimentación y nutrición			
Se trabaja en clase los conceptos de alimentación y nutrición, diferenciando ambos conceptos e indicando las características de cada			



ACTIVIDAD: Alimentación y nutrición			
uno.			
EJERCICIOS			
-Exposición de los contenidos indicados a través de preguntas y respuestas entre docente y alumnado. -Trabajo de los contenidos con las actividades correspondientes del libro de texto. -Corrección grupal de las actividades y resolución de posibles dudas.			
METODOLOGÍA			
Individual en la realización de actividades y colectiva en las preguntas de clase y las correcciones grupales de las actividades.			
TEMPORALIZACIÓN	RECURSOS	PROCESOS COGNITIVOS	ESCENARIOS
1 sesión	Libro de texto, pizarra digital, presentación PowerPoint	Analítico Crítico Lógico Reflexivo	El aula.
ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD			
ACTIVIDAD: Grupos de alimentos			
Exposición y tratamiento de los contenidos relacionados con los grupos de alimentos y su clasificación en la rueda de alimentos pirámide de alimentos.			
EJERCICIOS			
-Tratamiento de los contenidos indicados. -Dibujo de la rueda de alimentos. -Clasificación de alimentos a través de imágenes dentro de la rueda, argumentar el motivo.			
METODOLOGÍA			
Activa, cooperativa, reflexiva.			
TEMPORALIZACIÓN	RECURSOS	PROCESOS COGNITIVOS	ESCENARIOS
1 sesión	Libro de texto, pizarra digital, presentación PowerPoint	Analítico Deliberativo Lógico	El aula de clase
ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD			
ACTIVIDAD: Necesidades nutricionales			
Se trabajarán en clase los contenidos relacionados con las necesidades nutricionales mínimas y diarias, presentando los conceptos de Tasa metabólica basal y tabla de gastos energéticos diarios.			
EJERCICIOS			
Problemas de cálculo de Tasa metabólica basal. Análisis del gasto energético diario en un caso práctico propuesto. Reflexión final tras el análisis de los resultados. Debate en clase del estilo de vida del caso presentado y posibles medidas saludables.			
METODOLOGÍA			
Activa, motivadora, cooperativa.			
TEMPORALIZACIÓN	RECURSOS	PROCESOS COGNITIVOS	ESCENARIOS
1 sesión	Libro de texto, pizarra digital, presentación PowerPoint de la unidad y problemas a resolver.	Analítico Crítico Deliberativo Práctico Reflexivo	El aula.
ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD			
ACTIVIDAD: Las dietas			
Se presentan las dietas, el concepto y la dieta mediterránea, indicando sus ventajas, y el índice de masa corporal.			
EJERCICIOS			
Análisis de la dieta en un caso práctico atendiendo a la Tasa de metabolismo basal y actividad física del caso práctico. Cálculo del índice de masa corporal del caso práctico. Elaboración de una dieta adecuada a este caso práctico a través del cálculo de kilocalorías aportadas por los alimentos.			
METODOLOGÍA			



ACTIVIDAD: Las dietas			
Activa, motivadora, analítica y cooperativa.			
TEMPORALIZACIÓN	RECURSOS	PROCESOS COGNITIVOS	ESCENARIOS
1 sesión	Libro de texto, presentación PowerPoint de la unidad, tabla de valores nutricionales de los alimentos.	Analítico Creativo Crítico Práctico Reflexivo	El aula.
ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD			
ACTIVIDAD: Hábitos saludables			
Se presentarán hábitos saludables alimenticios que permitan mejorar la calidad de vida de las personas y reducir el riesgo de padecer enfermedades relacionadas con la alimentación.			
EJERCICIOS			
-Visualización de un fragmento del documental "super size me" y debate sobre el mismo en clase. -Presentación de los diferentes hábitos saludables relacionados con la alimentación que se pueden seguir para tener una buena salud. -Trabajo de textos con preguntas de razonamiento y aplicación de los contenidos de toda la unidad.			
METODOLOGÍA			
Activa, motivadora, cooperativa.			
TEMPORALIZACIÓN	RECURSOS	PROCESOS COGNITIVOS	ESCENARIOS
1 sesión	Libro de texto, pizarra digital, presentación PowerPoint de la unidad, documental "Super size me", artículo "Los alimentos saludables" y "Etiquetas"	Analítico Crítico Lógico Reflexivo	El aula
ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD			

VALORACIÓN DE LO APRENDIDO

Biología y Geología

Tarea: Enfermedades relacionadas con la alimentación y la dieta.

CRITERIOS		ByG2.16 - Indagar acerca de las enfermedades más habituales en los aparatos relacionados con la nutrición, de cuáles son sus causas y de la manera de prevenirlas.
TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN		Escala de observación, Exposición oral, Rúbrica, Trabajos en grupo, Pruebas escritas
ESCALA DE OBSERVACIÓN		
Nivel 1	Presenta de manera correcta y ordenada las enfermedades relacionadas con la dieta y la alimentación.	
Nivel 2	Presenta parcialmente correcta y de forma ordenada las enfermedades relacionadas con la dieta y la alimentación.	
Nivel 3	No presenta las enfermedades relacionadas con la dieta y la alimentación.	

Tarea: Introducción de la unidad y conocimientos previos

CRITERIOS		ByG2.11 - Reconocer la diferencia entre alimentación y nutrición y diferenciar los principales nutrientes y sus funciones básicas.
TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN		Escala de observación, Actividades de clase, Registro anecdótico, Pruebas escritas
ESCALA DE OBSERVACIÓN		
Nivel 1	Reconoce la diferencia entre alimentación y nutrición	
Nivel 2	Reconoce ligeramente la diferencia entre alimentación y nutrición	



Nivel 3

No reconoce la diferencia entre alimentación y nutrición

Tarea: Tratamiento de contenidos en clase.**CRITERIOS**

ByG2.12 - Relacionar las dietas con la salud, a través de ejemplos prácticos.

TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

Cuaderno de clase, Actividades de clase, Portfolio, Escala de observación, Pruebas escritas

ESCALA DE OBSERVACIÓN

Nivel 1

Razona y relaciona correctamente la tasa metabólica basal, el gasto energético y la dieta a través de casos prácticos.

Nivel 2

Razona y relaciona parcialmente la tasa metabólica basal, el gasto energético y la dieta a través de casos prácticos.

Nivel 3

No razona ni relaciona la tasa metabólica basal, el gasto energético y la dieta a través de casos prácticos.

CRITERIOS

ByG2.13 - Argumentar la importancia de una buena alimentación y del ejercicio físico en la salud.

TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

Cuaderno de clase, Escala de observación, Actividades de clase, Registro anecdótico, Pruebas escritas

ESCALA DE OBSERVACIÓN

Nivel 1

Reconoce la importancia de la buena alimentación y de la práctica regular de ejercicio físico como contribuyentes a una buena salud.

Nivel 2

Reconoce ligeramente la importancia de la buena alimentación y de la práctica regular de ejercicio físico como contribuyentes a una buena salud.

Nivel 3

No reconoce la importancia de la buena alimentación y de la práctica regular del ejercicio físico como contribuyentes a una buena salud.

CRITERIOS

ByG2.6 - Identificar hábitos saludables como método de prevención de las enfermedades.

TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

Cuaderno de clase, Escala de observación, Portfolio, Actividades de clase, Pruebas escritas

ESCALA DE OBSERVACIÓN

Nivel 1

Reconoce la importancia de los hábitos saludables relacionados con la alimentación.

Nivel 2

Reconoce ligeramente la importancia de los hábitos saludables relacionados con la alimentación.

Nivel 3

No reconoce la importancia de los hábitos saludables relacionados con la alimentación.

