

LICENCIATURA	EN EDUCACIÓN INICIAL Y PREESCOLAR						
MATERIA	NUTRICION INFANTIL Y NEURONUTRICION			LINEA CURRICULAR		BASICA	
TETRAMESTRE	TERCERO		CLAVE	BAS-105	SERIACION	BAS-102	
HFD	3	HEI	2	THS:	5	CRS	4

OBJETIVO DE LA MATERIA	Comprender el desarrollo del ser humano desde las dimensiones emocional, intelectual y social del ser humano durante los primeros años de vida.
-------------------------------	---

NOMBRE DE LA UNIDAD	OBJETIVOS POR UNIDAD	CONTENIDOS	RECURSOS BIBLIOGRÁFICOS
I.- El Cerebro	Valorar la importancia que tiene el cerebro como el principal centro de control del cuerpo	Estructura neuronal Neurona y mensajeros Cómo alimentar el cerebro Componentes mentales básicos para mantener el cerebro. Cantidad diaria recomendada. Trabajo conjunto	NUTRICION AUTOR: JANICE L. THOMPSON EDITORIAL: PEARSON 2014
II.- Estimulantes cerebrales	Analizar los diferentes nutrientes que desempeñan un papel fundamental en la estimulación cerebral.	Estimulantes para el cerebro: Proteínas completas e incompletas. Proteínas complementarias. Aminoácidos. Carbohidratos: liberación lenta o rápida. El equilibrio de la azúcar en la sangre. Grasas saturadas y esenciales. Vitaminas y minerales. Agua.	PREGÚNTAME SOBRE NUTRICIÓN INFANTIL AUTOR: SARA ABU-SABBAH EDITORIAL: GRIJALBO 2016 NUTRICION AUTOR: JANICE L. THOMPSON EDITORIAL: PEARSON 2008

<p>III.- El agotamiento cerebral</p>	<p>Reflexionar las diversas maneras en que se producen, almacenan y se preparan los alimentos para el correcto funcionamiento del cerebro</p>	<p>Producción de alimentos. Frutas y verduras: Carne: de granja y orgánica. Procesamiento y refinación: Cómo cocinar mejor. Ladrones de nutrientes: granos, chatarra, fumar. Dos antinutrientes clave: alcohol y cafeína. Alergias a los alimentos. Dieta libres de alergenios. El menú.</p>	<p>PREGÚNTAME SOBRE NUTRICIÓN INFANTIL AUTOR: SARA ABU-SABBAH EDITORIAL: GRIJALBO 2016</p>
<p>IV.- Alimentos para pensar</p>	<p>Valorar los alimentos que proporcionan grupos claves de nutrientes que elevan la actividad cerebral, vitales para mejorar la concentración y el aprendizaje</p>	<p>La fuerza de la mente. Combustible para el pensamiento, mensajeros mentales, grasa inteligentes. Vitaminas y minerales que incrementan CI Hiperactividad. Variedad para la salud. Flavonoides. Comida y color: Alimentos óptimos. El menú.</p>	

METODOS Y ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE:-

- Ejercicios, Exploración de conocimiento previos, Análisis de lecturas, Técnica de presentación
- Sesiones interactivas maestro – alumno
- Discusiones sobre bibliografía y sitios WEB recomendados
- Cátedra del maestro
- Exposición de trabajo en equipo
- Tareas de individuales y en equipo
- Exámenes
- Solución de casos

**APOYOS Y
RECURSOS:**

MÉTODOS DIDÁCTICOS: INTERNET, VIDEOS, SOFTWARE, PROYECTOR DE SEÑAL EN LINEA, SIMULADORES, ENCUESTAS EN LINEA, REVISTAS ESPECIALIZADAS Y PUBLICACIONES.

VIDEOS, CAÑÓN Y COMPUTADORA, MATERIAL BIBLIOGRÁFICO, ARTÍCULOS DE INTERNET, RETROPROYECTOR, PARA ALGUNOS CASOS.

EVALUACIÓN: Dos evaluaciones (una de medio término y una final) que equivalen al 30%, de la evaluación final; y 20% de participación y Practica 50%.