

**Universidad Interamericana de Puerto Rico**  
**Programa Graduado en Educación**

**PRONTUARIO**

**I. TÍTULO DEL CURSO** : Temas de Salud y su Enseñanza en el Nivel Elemental

Código Y Número : EDUC 5119

Créditos : 3 créditos

**II. DESCRIPCIÓN DEL CURSO**

Estudio de temas de salud y el desarrollo de métodos, estrategias y actividades para su enseñanza. Énfasis en la prevención de aspectos que afectan la salud desde la perspectiva social, psicológica y fisiológica en el nivel elemental.

**III. OBJETIVOS TERMINALES Y CAPACITANTES**

Durante el curso, los (as) estudiantes podrán:

1. Identificar aspectos de la salud que contribuyen a una mejor calidad de vida.
  - 1.1 Definir las diversas dimensiones de la salud y bienestar.
  - 1.2 Especificar factores de riesgo modificables y no modificables y sus efectos en la salud.
  
2. Crear conciencia al estudiante de su salud, la nutrición y estrategias de prevención en los niños de edad escolar.
  - 2.1 Describir los componentes de los alimentos y la importancia de los buenos hábitos alimentarios.
  - 2.2 Identificar factores de riesgo del sobrepeso y obesidad en niños y niñas.
  - 2.3 Establecer intervenciones de salud integral dirigidas a fomentar la salud física y emocional de los estudiantes.
  
3. Desarrollar una persona que cuide de su condición física, emocional e

intelectual.

3.1 Demostrar las diversas intervenciones de educación en salud dirigidas a mejorar la calidad de vida de niños y adolescentes.

4. Analizar sus estilos de vida y los daños ocasionados por el abuso del café, alcohol, narcótico, drogas y tabaco.

4.1 Identificar los daños y síntomas asociados al abuso de sustancias.

4.2 Identificar intervenciones de prevención de uso y abuso de productos del tabaco, alcohol, drogas y sustancias como la cafeína.

4.3 Desarrollar planes que incorporen actividades dirigidas a la prevención del uso y abuso de sustancias según el nivel escolar.

5. Identificar las consecuencias del abuso físico, sociológico, psicológico, fisiológico, sexual, la autoestima, enfermedades sexualmente transmisibles, el suicidio.

5.1 Especificar las señales de abuso sexual y otros tipos de maltrato en niños y niñas.

5.2 Reconocer los síntomas y riesgos de las Infecciones de Transmisión Sexual.

6. Participar en la búsqueda de soluciones a los problemas de salud tanto individuales como de la comunidad.

6.1 Realizar estimados de necesidades de salud en la comunidad y en el ámbito escolar.

#### **IV. CONTENIDO DEL CURSO**

A. Unidad I - Análisis de los efectos sociológicos, psicológicos y fisiológicos en la salud de la población de escuela elemental del abuso de:

1. café
2. tabaco
3. alcohol
4. drogas
5. narcóticos

B. Unidad II- Estudio del abuso físico, sociológico, psicológico y fisiológico relacionado a:

1. Género

2. Autoestima
3. Infecciones Sexualmente transmisibles
4. Prevención del suicidio

#### C. Unidad III- Nutrición

1. Componentes de los alimentos
  - a. Hidratos de carbono
  - b. Grasa
  - c. Proteínas
  - d. Vitaminas y cofactores
  - e. Minerales
  - f. Enzimas
  - g. Aminoácidos
  - h. Fibra
  - i. Agua
  - j. Oxígeno
  - k. Fotoquímicos
2. Dieta balanceada
3. Obesidad en niños y niñas
  - a. Factores de riesgo
4. Actividad física y ejercicio

#### D. Unidad IV - Estrategias de Prevención para niños de:

1. Preescolar
2. Kindergarten a tercer grado
3. 4to a 6to grado

#### E. Unidad V - Métodos, estrategias y materiales para la enseñanza de la salud en escuela elemental.

1. Intervenciones educativas
  - a. Técnicas educativas aplicadas a diferentes niveles
    - i. preescolar
    - ii. kinder- tercero
    - iii. 4to-6to
2. Estimado de necesidades

## V. ACTIVIDADES

### Estrategias De Enseñanza

- a. Conferencias por el profesor
- b. Ejercicios de práctica
- c. Análisis de lecturas y ejercicios
- d. Ejercicios de aplicación
- e. Autoevaluación
- f. Trabajo cooperativo o colaborativo
- g. Vídeos
- h. Lecturas y ejercicios suplementarios

Estrategias de Calidad Total y “Assessment”:

- a. Autoevaluación (A, CT)
- b. Ejercicios de reflexión (A)
- c. “One minute paper” (A)
- d. Aprendizaje cooperativo (A, CT)
- e. Resumir en una oración (A)
- f. Resumir en una palabra (A)
- g. Trabajos en grupos (A)
- h. Torbellino de ideas (A)

## VI. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

COMPETENCIAS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	PESO
1. Identificar aspectos de la salud que contribuyen a una mejor calidad de vida.	Examen parcial	15
2. Crear conciencia al estudiante de su salud, la nutrición y estrategias de prevención en los niños de edad escolar.	Examen Final	15
3. Desarrollar una persona que cuide de su condición física, emocional e intelectual.	Revisión de literatura y análisis de artículos científicos.	20
4. Capacidad de analizar sus estilos de vida y los daños ocasionados por el abuso del café, alcohol, narcótico, drogas y tabaco.		
5. Habilidad para Identificar las consecuencias del abuso físico, sociológico, psicológico, fisiológico, sexual, la autoestima, enfermedades sexualmente transmisibles, el suicidio.	Análisis de Casos	5
6. Participar en la búsqueda de soluciones a los problemas de salud tanto individuales como de la comunidad.	Realización de entrevistas y cuestionarios a la comunidad.	20
	Desarrollo y demostración de intervención educativa	25
<b>TOTAL</b>		<b>100</b>

## VII. RECURSOS EDUCATIVOS

**Libro de Texto Sugerido**

Anspaugh, David J. (2004) *Teaching today's health*. San Francisco :Pearson/Benjamin Cummings.

## **Bibliografía**

Libro de texto sugerido: Salas, C. R. y Marat Alvarez, L. ((2004). *Educación para la Salud* (2da. Ed.). Pearson.

### **1. Libros**

American Heart Association. (1997). *Fitting in Fitness*. New York, NY: Random House, Inc.

Brody, J. E. (1998). *The New York Times Book of Health: How to Feel Fitter, Eat Better, and Live Longer*. New York, NY: Random House, Inc.

Del Rey Calero, J. (1998). *Cómo cuidar la salud : su educación y promoción*. Madrid :Harcourt Brace.

Devís Devís, J. & Peiró Velert, C. (1997). *Nuevas perspectivas curriculares en educación física: La salud y los juegos modificados*. Barcelona, España: INDE Publicaciones.

Edlin, G., Golanty, E. & McCromack Brown, K. (2002). *Health & Wellness Fifth Edition, Web Enhanced*. Boston, Mass. : Jones and Bartlett Publishers.

Hoeger W. & Hoeger, S. (2000). *Lifetime Physical Fitness & Wellness: A Personalized Program*. Englewood, Colorado: Morton Publishing Company.

Hoeger W., Hoeger, S. & Ibarra, G. (1996). *Aptitud Física y Bienestar General*. Englewood, Colorado: Morton Publishing Company.

Lopategui Corsino, E. (1997). *El ser humano y la salud*. San Juan, Puerto Rico: Publicaciones Puertorriqueñas, Inc.

McKenzie, J., Pinger, R. & Koteki, J. (1998). *An Introduction to Community Health: Web Enhanced*. Boston, Mass. : Jones and Bartlett Publishers.

Puerto Rico. (2003). *Marco curricular del Programa de Salud Escolar*. San Juan, P.R.: Instituto Nacional para el Desarrollo Curricular (INDEC).

Sayre, Nancy E. (2001). *The Young child and the environment : issues related to health, nutrition, safety, and physical activity*. Boston: Allyn and Bacon.

Wills, Judith. *Alimentos que consumimos*. (2000). *Guía definitiva sobre lo bueno y lo malo de los productos alimentarios*. Barcelona: Blume

## 2. Bases de Datos

### A. Netlibrary

AIDS, drugs, and society New York :International Debate Education Association,2004. (Netlibrary).

Derryberry, Mayhew. (2004). *Derryberry's educating for health a foundation for contemporary health education practice*. San Francisco :Jossey-Bass. (Netlibrary)

Dictionary of public health promotion and education terms and concepts. (2004). San Francisco: Jossey-Bass (Netlibrary)

Institute of Medicine (U.S.). *Preventing childhood obesity health in the balance*. (2005). Washington, D.C. :National Academies Press (Netlibrary)

Naparstek, Nathan. (2002). *Successful educators a practical guide for understanding children's learning problems and mental health issues*. Westport, Conn. :Bergin & Garvey. (Netlibrary)

Rouse, Tina I. (2004) *Exploring a vision integrating knowledge for food and health : a workshop summary*. Washington, D.C. :National Academies Press (Netlibrary).

Weineck, Jèurgen. (2001). *Salud, ejercicio y deporte activar las fuerzas con un entrenamiento adecuado, prevenir enfermedades con el deporte correcto*. Barcelona :Editorial Paidotribo (Netlibrary).

Young, Lynne E. (2002). *Transforming health promotion practice concepts, issues, and applications*. Philadelphia :F.A. Davis Co.(Netlibrary).

### B. ERIC

Anderson, Barbara Frye. (2000). *School Health Education in a Multicultural Society*. ERIC Digest.

Raver, C. Cybele. (2003). *Young Children's Emotional Development and School Readiness*. ERIC Digest.