

CATÁLOGO CURSOS FORMACIÓN DE POSTÍTULO

CENTRO DE VIDA SALUDABLE



Universidad
de Concepción

www.vidasaludableudec.cl
Fono: 41-2661629 /1628
contacto: marstuardo@udec.cl



Centro de Vida Saludable
Universidad de Concepción



CENTRO DE VIDA SALUDABLE



QUIÉNES SOMOS

Pertecemos a la Universidad de Concepción y nuestra misión es promover los Estilos de Vida Saludable en la población, de manera holística, mediante la articulación de diversas disciplinas académicas y en vinculación con el medio.

Parte de nuestro quehacer es la **Formación de Postítulo** para profesionales pertenecientes a instituciones públicas y privadas regionales o nacionales.

Se presenta a continuación la oferta de una serie de cursos de capacitación que pueden ser aplicados al currículo escolar, así como a la mejora continua de las herramientas de profesores y otros profesionales para enfrentar los estilos de vida poco saludables de nuestra población.



Nuestra oferta de postítulo 2020:

- Curso integración curricular en vida saludable
- Ejercicio físico metabólico para la clase lectiva de educación física.
- Alimentación saludable para escolares.
- Obesidad y sobrepeso infante juvenil.
- Programa educativo interdisciplinario en estilos y hábitos de vida saludable.
- Diplomado en hábitos saludables para niños y adolescentes.

1

Curso

"Curso integración curricular en vida saludable"





Implementación de una unidad curricular vida saludable y cuidado del medioambiente para nivel prebásico y primer ciclo básico.

DESCRIPCIÓN: Curso cerrado teórico práctico en modalidad presencial, que busca capacitar a educadores de párvulos y profesores básicos para que implementen en el aula una Unidad Vida Saludable integrada en el currículo escolar.

ANTECEDENTES: En Chile, según el Primer Atlas Mundial de Obesidad Infantil se estima que para el año 2030, uno de cada dos niños será obeso. Hoy nos enfrentamos a una epidemia, que involucra a tres pandemias: la obesidad, la malnutrición y el cambio climático, las cuales tienen orígenes comunes y que se sinergizan entre ellas. Bajo este escenario la escuela debe tomar el desafío de generar innovaciones para educar a los menores a tanto a nivel curricular como extracurricular, desde la educación pre-básica en adelante plegándose a contribuir en este problema social complejo y urgente.

OBJETIVO GENERAL: Capacitar a profesores para aplicar una Unidad Educativa de integración curricular en “Vida Saludable y Cuidado del Medio Ambiente”, sin fragmentación del concepto educativo global y que incorpore contenidos de alimentación- nutrición, actividad- ejercicio físico y salud y cuidado del medioambiental, para ser aplicado en la escuela, en los niveles pre básico y básico.

ORIENTADO A
DURACIÓN
CUPOS MAXIMO

Profesores básicos, Educadores de Párvulos, Profesores de Educación Física.
20 horas pedagógicas
20 personas

*Este módulo se realiza durante la clase lectiva de cuatro asignaturas del currículo, de modo que, **no requiere tiempo adicional del profesor ni del escolar.***

***Cuenta con registros ATE otorgado por MINEDUC** (ATE = **Registro Público de Personas o Entidades Pedagógicas y Técnicas de Apoyo, que pueden prestar asesorías o servicios de apoyo a establecimientos educacionales.**)*

Proporciona textos descritos a continuación → →



Implementación de una unidad curricular vida saludable y cuidado del medioambiente para prebásica y primer ciclo básico.

- Guía del educando, niveles de transición
- Guía del educador, niveles de transición
- Guía didáctica del docente, 1° básico
- Guía didáctica del docente, 2° básico
- Guía didáctica del docente, 3° básico
- Otros: Set diapositivas / Pruebas para evaluación conocimientos pre y post desarrollo de la Unidad / Set cuentos infantiles.

Vista Carátula Cuaderno del Educando y Guía didáctica del Docente



2

Curso

“Ejercicio físico metabólico para la clase de educación física”





Ejercicio físico metabólico para la clase de educación física.

CONTENIDOS

DESCRIPCIÓN: Curso cerrado, en modalidad presencial orientado a fortalecer las competencias pedagógicas de los profesores que imparten la asignatura de Educación Física y Salud, de modo que durante la clase lectiva de esta asignatura se desarrolle una práctica pedagógica que guarde pertinencia con la elevada prevalencia de exceso de peso de niños y adolescentes. Este curso está diseñado para los profesionales que trabajan en colegios, escuelas u otras instituciones.

OBJETIVO GENERAL: Capacitar a profesores de Establecimientos Educativos en la teoría y práctica del ejercicio físico metabólico. Se busca fortalecer competencias profesionales y pedagógicas para la implementación de este tipo de ejercicio en la asignatura de Educación Física y Salud que permitan mejorar los procesos de enseñanza, hacia el logro del aprendizaje, independiente del estado nutricional del escolar.

ORIENTADO A
DURACIÓN
CUPOS MAXIMO
PROPORCIONA

Profesores de Educación Física.
12 horas pedagógicas
15 personas
Material pedagógico para aplicación en el aula.

Módulo 1:
Obesidad y epidemiología.

Módulo 2:
Fundamentos fisiológicos y metabólicos del entrenamiento.

Módulo 3:
Evaluación de las capacidades funcionales.

Módulo 4:
Prescripción del ejercicio físico y protocolos de entrenamiento.

Módulo 5:
Protocolo de evaluación de la capacidad física en escolares.

3

Curso

“Obesidad y sobrepeso infanto
juvenil”





Obesidad y sobrepeso infanto juvenil

CONTENIDOS

DESCRIPCIÓN: Curso cerrado en modalidad presencial, que pretende instalar y actualizar conocimientos sobre la prevalencia de la obesidad y el sobrepeso, derribar mitos e identificar sus principales causas y consecuencias en la salud y calidad de vida de las personas.

OBJETIVO GENERAL: Entregar conocimientos sobre el significado de la obesidad, su prevalencia, etiopatogenia (causas) y las consecuencias de la obesidad y sobrepeso junto con herramientas de prevención.

ORIENTADO A

Física, psicólogos.

DURACIÓN

CUPOS MAXIMO

PROPORCIONA

Profesores básicos, Educadores de Párvulos, Profesores de Educación

12 horas pedagógicas

15 personas

Material pedagógico para aplicación en el aula.

Módulo 1:

Definición y Prevalencia de la obesidad y el sobrepeso en Chile y el mundo.

Módulo 2:

Etiopatogenia de la obesidad y el sobrepeso y los determinantes sociales que influyen su desarrollo.

Módulo 3:

Consecuencias de la obesidad y el sobrepeso en la salud y calidad de vida de las personas.

Módulo 4:

Herramientas para la prevención y tratamiento de la obesidad y el sobrepeso.

4

Curso

“Alimentación saludable para
escolares”





Alimentación saludable para escolares

DESCRIPCIÓN: Curso cerrado en modalidad presencial, que entrega conceptos y conocimientos a profesionales de la educación, que les permitan fomentar los estilos de alimentación saludable en los escolares, con conocimientos relevantes y actualizado. Responde preguntas como: ¿Cuáles son los nuevos conceptos que debemos conocer sobre alimentación saludable? ¿Qué es la alimentación emocional? ¿Qué es la alimentación consciente? ¿Qué enfermedades previene la alimentación saludable – contribuye también a mitigar el cambio climático?.

OBJETIVO GENERAL: Fortalecer y actualizar competencias educacionales relacionadas con la alimentación en la etapa escolar, que permitan promover hábitos y conductas para la salud.

ORIENTADO A
DURACIÓN
CUPOS MAXIMO
PROPORCIONA

Profesores básicos, Educadores de Párvulos, Profesores de Educación Física.
12 horas pedagógicas
15 personas
Material pedagógico para aplicación en el aula.

CONVENIOS ESPECIALES CON MUNICIPIOS

CONTENIDOS

Módulo 1:

Alimentación saludable, nutrientes y alimentos.

Módulo 2:

Aprendiendo a elegir a través del etiquetado nutricional.

Módulo 3:

Alimentación a través del ciclo escolar. Recomendaciones alimentarias para la salud.

Módulo 4:

Conducta alimentaria en el escolar. Conceptos de alimentación emocional, alimentación consciente. Recomendaciones para un modo saludable de alimentarnos.

Módulo 5:

Colaciones saludables e hidratación durante la jornada escolar.

5

Curso

“Programa educativo interdisciplinario en estilos y hábitos de vida saludable”





Programa educativo interdisciplinario en estilos y hábitos de vida saludables

DESCRIPCIÓN: Curso cerrado con modalidad teórico-práctico, que busca formar a profesionales de la educación y salud en la implementación de un programa de educación interdisciplinario en estilos de vida saludable para niños en conjunto con sus padres o cuidadores.

OBJETIVO GENERAL: Desarrollar competencias para el desarrollo estandarizado de un programa de educación interdisciplinario en estilos de vida saludable en niños y sus padres o tutores.

Se enseña el paso a paso de “8 sesiones educativas grupales e interdisciplinarias”, para grupos de 5 a 10 niños(as), y en paralelo, para 5 a 10 tutores e los siguientes aspectos:

Alimentación y nutrición infantil saludable, ejercicio físico, y psicoafectividad en la formación de hábitos saludables.

ORIENTADO A Nutricionistas, Psicólogos, Profesores de Educación Física, Kinesiólogos, Profesores básicos, otros. Se recomienda para equipos de profesionales de una institución

DURACIÓN 24 horas pedagógicas

CUPOS MAXIMO 15 personas

APLICABLE A:

- Programa Vida Sana para niños(as) con exceso de peso.
- Módulo Vida Saludable en Clase lectiva de Orientación.
- Escuelas de Verano.

Proporciona textos descritos a continuación →→→



Programa educativo interdisciplinario en estilos y hábitos de vida saludables

Proporciona: Material estandarizado para participantes textos para niños, madre o cuidador(a). Serie Hualle Roble Pellín y texto tutores.
Guía para equipo profesional detallada, para cada una de las sesiones. (texto).

Usa como recurso didáctico-lúdico

Un mundo de fantasía con personajes que dan vida a la secuencia.

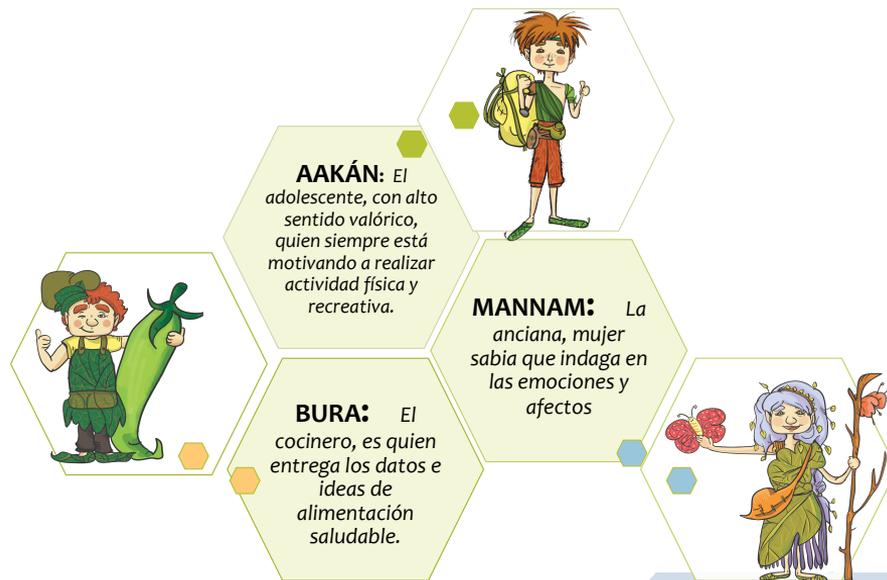
Reafirma en cada sesión la construcción del conocimiento.

Fomenta aspectos valóricos que deben estar presentes en la vida

Portadas de la serie de textos:



Personajes de la fantasía educativa



6

Diplomado

“Hábitos de vida saludable para niños y adolescentes”





Diplomado en

Hábitos de Vida Saludable en la Infancia y Adolescencia



CUERPO ACADÉMICO

Mg. Richar Cárcamo Regla
Profesor de Educación Física
Centro de Vida Saludable, Universidad de Concepción

Mg. Fernanda Carrasco Marín
Nutricionista
Centro de Vida Saludable, Universidad de Concepción

Dr. Igor Cigarroa Cuevas
Kinesiólogo
Escuela de Kinesiología, Facultad de Salud, Universidad Santo Tomás

Mg. Liliana Cuadra Montoya
Profesora de Educación Física
Facultad de Educación, Universidad de Concepción

Mg. Constanza Márquez Urrizola
Nutricionista
Sala Cuna y Jardín Infantil, Ministerio de Vivienda y Urbanismo.
Providencia, Santiago.

Dra. Lilian Narvaez Prosser
Educatora de Párvulos
Facultad de Educación, Universidad de Concepción

Dra. Gabriela Nazar Carter
Psicóloga
Facultad de Ciencias Sociales, Universidad de Concepción

Marcia Stuardo Álvarez
Psicóloga
Centro de Vida Saludable, Universidad de Concepción

Dra. Natalia Ulloa Muñoz
Bioquímico
Centro de Vida Saludable, Universidad de Concepción

Marta Werner Canales
Médico Cirujano
Facultad de Medicina, Universidad de Concepción

Dr. Rafael Zapata Lamana
Profesor de Educación Física
Escuela de Educación, Campus Los Ángeles, Universidad de Concepción

Visita la página escaneando el código



@diplomavidasaludableudec



@DiplomadoVidaSaludableUdeC

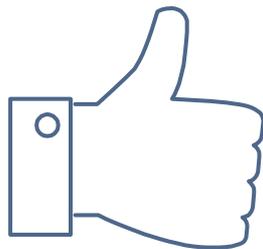


vidasaludable.udec.cl



INFORMACIONES

Centro de Vida Saludable (CVS), Universidad de Concepción
Victoria 580, Concepción
Rafael Zapata Lamana
Director del Programa
rafaelzapata@udec.cl
Greta Carrasco
Secretaria
gretacarrasco@udec.cl
Centro de Vida Saludable
+56 412661628 / +56 412661629
vidasaludable@udec.cl



¡GRACIAS!



Puedes contactarnos a vidasaludable@udec.cl