

NUTRICIÓN EN SECUNDARIA

Programa 2023–2024

Descripción del curso:

Este curso opcional está diseñado para estudiantes de secundaria. Estudiaremos los 6 nutrientes esenciales y cómo el cuerpo humano usa el alimento. Estudiaremos los grupos alimenticios, guías de nutrición y cómo tener un organismo saludable. También desarrollaremos habilidades para preparar alimentos, higiene y seguridad en la cocina, habilidades para cocinar, mediciones, lectura de recetas, creación y seguimiento de un plan, trabajo en equipo y resolución de problemas.

Practicaremos nuestras habilidades de diferentes formas: Trabajo individual, aprendizaje en grupos pequeños y aprendizaje con base en proyectos. Los estudiantes se centrarán lo más posible en el aprendizaje visual y práctico. Estos temas servirán para el aprendizaje permanente.

Objetivos:

Los estudiantes mejorarán y adquirirán conocimientos en los siguientes temas:

- Nutrientes esenciales y cómo ayudan al organismo
- El sistema digestivo y cómo el organismo usa el alimento
- Instrucciones nutricionales para estadounidenses, que sugieren qué comer y beber a fin de cubrir los nutrientes necesarios, promover la salud y prevenir enfermedades
- Opciones de estilos de vida saludables
- Grupos alimenticios
- Seguridad e higiene en la cocina
- Equipamiento básico de cocina y mediciones
- Cómo seguir una receta
- Creación de listas de víveres
- Métodos básicos de cocción y horneado
- Trabajo en equipo, planificación y resolución de problemas

Información de contacto:

Puede comunicarse conmigo (Gaylynne Coates) por los siguientes medios:

gaylynne.coats@cdhl.wa.gov

VIDEÓFONO 360-553-4622

Divine N.º 300 y 301, 2º per.

Ayuda extra:

Si un estudiante quiere más información o ayuda extra, puede programar una hora para reunirse conmigo. Si tiene alguna pregunta o inquietud, comuníquese conmigo. La comunicación es importante. Estoy aquí para ayudar.

Expectativas en el aula, programa, material y calificaciones:

Expectativas:

- Respetarse a uno mismo, a los demás y a la propiedad.
- Ser puntuales.
- Estar listos para la clase.
- Prestar atención al presentador y apoyar el aprendizaje de todos.
- No usar dispositivos electrónicos durante el horario de clases.
- Esforzarse al máximo y tener buena predisposición.

Material del programa: Food for Today y otros recursos en línea y materiales para docentes.

Útiles necesarios: Lápices y goma de borrar, hojas, cuaderno, carpeta y Chromebook de WSD.

En las calificaciones, se toma en cuenta:

- Asignaciones y actividades en clase
- Participación en clase
- Tareas asignadas
- Proyectos
- Cuestionarios/Pruebas

Faltas y tardanzas:

Los estudiantes pueden compensar las asignaciones que se perdieron dentro de un periodo de tiempo razonable. Es responsabilidad del estudiante preguntarme.

Seguiremos las políticas de calificación, asistencia y tardanzas de la escuela.