

**SESIÓN DE
APRENDIZAJE 01**

**"PORQUE EL CUY Y LAS HABAS SON ALIMENTOS NUTRITIVOS PARA UN
EMPENDIMIENTO SALUDABLE"**

I. DATOS INFORMATIVOS:

UGEL	CAJAMARCA		
I.E	ANTENOR ORREGO ESPINOA		
NIVEL	Secundario	SEMANA	
CICLO	VII	DURACION	90 Min.
CURSO	FINANCIERO	FECHA:	JUNIO
GRADO/SECC	3º	DOCENTE:	Marina Huamán Carrasco

II. APRENDIZAJES ESPERADOS:

PROPÓSITO	Los estudiantes explican, con base en conocimientos científicos, el valor nutricional del cuy y las habas, reconociendo su importancia para la alimentación saludable y el desarrollo de un emprendimiento sostenible como NutriCuy Andino	
EVIDENCIA	Cuadro comparativo entre un snack industrializado y el producto NutriCuy Andino	
COMPETENCIA	Explica el mundo físico basándose en conocimientos sobre los seres vivos, materia y energía biodiversidad, tierra y universo	
CAPACIDADES	•Comprende y usa conocimientos sobre los seres vivos, materia y energía, biodiversidad, Tierra y universo. •Evalúa las implicancias del saber y del quehacer científico y tecnológico.	
DESEMPEÑOS	• Explica la composición nutricional del cuy y las habas utilizando información científica y argumenta cómo estos alimentos favorecen una alimentación saludable y aportan valor a un emprendimiento.	
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	Criterio 1: ✓ Explican la función de proteínas, carbohidratos y grasas. ✓ Comparan el valor nutricional del cuy con alimentos industrializados. Criterio 2: Sustentan científicamente la importancia de consumir alimentos saludables	
COMPETENCIAS TRANSVERSALES		
SE DESENVUELVE EN ENTORNOS VIRTUALES GENERADOS POR LAS TIC		✓ Personaliza entornos virtuales ✓ Gestiona información del entorno virtual. ✓ Interactúa en entornos virtuales. ✓ Crea objetos virtuales en diversos formatos.
GESTIONA SU APRENDIZAJE DE MANERA AUTONOMA		✓ Define metas de aprendizaje. ✓ Organiza acciones estratégicas para alcanzar sus metas de aprendizaje. ✓ Monitorea y ajusta su desempeño durante el proceso de aprendizaje.
ENFOQUE TRANSVERSAL	VALORES	ACTITUDES
Ambiental	Responsabilidad	Promueve hábitos alimenticios saludables utilizando recursos locales.
Búsqueda de la excelencia	Superación	Propone mejoras para el producto del proyecto.
Intercultural	Respeto	Valora los alimentos propios de la región Cajamarca.

III. SECUENCIA DIDÁCTICA:

M	PROCESOS PEDAGÓGICOS	T
INICIO	• El docente mediante la acción motívale busca despertar el interés de los estudiantes rescatando los saberes previos con los que cuentan los y las estudiantes • El docente, saluda a los estudiantes y se presenta. • El docente y los estudiantes acuerdan normas para la interacción en el trabajo: escucharse atentamente, esperar turnos para participar, entre otros • Levantamos la mano para participar. • Respetamos las opiniones de los demás. • Se les pregunta cómo están emocionalmente y se les recuerda realizar los hábitos deportivos, comer saludable, leer, realizar sus actividades lúdicas y sobre todo la salud mental. • Motivación: (5 min) Bolsa de papas fritas industrializadas. Snack "NutriCuy Andino" (prototipo o fotografía). Pregunta: ¿Cuál comprarías? ¿Cuál será más saludable? ¿Cuál crees que aporta más beneficios al organismo? Los estudiantes responden libremente • Saberes Previos: Preguntas: ¿Qué alimentos contienen proteínas? ¿Qué nutrientes necesitamos diariamente? ¿Qué alimentos produce nuestra comunidad? ¿Qué beneficios tiene consumir cuy? Se registran las respuestas. • Conflicto Cognitivo: El docente presenta la siguiente situación: "Muchos jóvenes prefieren consumir snacks industrializados antes que productos elaborados con cuy y habas. Sin embargo, estos últimos contienen proteínas de alto valor biológico y nutrientes esenciales." Pregunta desafiante: ¿Por qué seguimos consumiendo alimentos menos saludables si existen opciones más nutritivas? ▪ Propósito: Hoy conoceremos científicamente por qué el cuy y las habas son alimentos altamente nutritivos y cómo estos conocimientos fortalecen nuestro emprendimiento NutriCuy Andino. ▪ Se da a conocer los criterios de evaluación del reto de la actividad	15"
DESARROLLO	Se forman grupos de 4 estudiantes cada equipo recibe una ficha científica Problematicación (10 min) El docente plantea el problema: ¿Qué hace que un alimento sea realmente saludable? Los estudiantes elaboran hipótesis. Construcción del conocimiento (30 min) El docente explica mediante diapositivas: NUTRIENTES 1. Proteínas: Construyen tejidos. Forman músculos. Reparan células 2. Carbohidratos: Principal fuente de energía 3. Grasas saludables: Reserva energética. Protección de órganos.	

4. Vitaminas

Regulan funciones del organismo.

5. Minerales

Calcio

Hierro

Zinc

Valor nutricional del cuy

-El docente explica que el cuy posee:

-Alto contenido de proteínas.

-Bajo contenido de grasa.

-Hierro.

-Zinc.

-Vitaminas del complejo B.

Valor nutricional de las habas

-Proteína vegetal.

-Fibra.

-Hierro.

-Ácido fólico.

-Carbohidratos complejos.

Comparación con snacks industrializados

Los estudiantes analizan etiquetas nutricionales.

Responden:

¿Cuál tiene mayor proteína?

¿Cuál contiene mayor cantidad de sodio?

¿Cuál posee más grasas saturadas?

PROCESO DIDÁCTICO 3

Aplicación (30 min)

Cada equipo completa el siguiente cuadro.

Nutriente	Cuy	Habas	Snack industrial
Proteínas			
Grasas			
Carbohidratos			
Sodio			
Fibra			

Luego elaboran un organizador gráfico.

Análisis e interpretación (10 min)

Cada equipo responde.

¿Por qué el cuy tiene mayor valor nutricional?

¿Cómo beneficia la salud?

¿Por qué podría venderse como snack saludable?

Comunicación (10 min)

Cada equipo expone durante tres minutos.

Los demás realizan preguntas

RETROALIMENTACIÓN El/la docente retroalimenta la sesión de aprendizaje realizando las siguientes interrogantes que serán respondidas en su ficha de reforzamiento.

Metacognición: ¿Qué aprendí hoy?

¿Qué fue lo más interesante?

¿Cómo puedo utilizar este conocimiento en el proyecto NutriCuy?

¿Qué dificultades tuve?

Evaluación: Se revisa la Ficha de Actividad utilizando la rúbrica de evaluación

CIERRE

10"

V. RECURSOS A UTILIZAR

MATERIALES Y RECURSOS	BIBLIOGRAFÍA
• Plumones gruesos. • Hojas de información. • Pizarra acrílica. • Recursos del entorno. • Libros, periódicos y revistas de consulta impresos o en versión digital.	• Texto escolar - Santillana S.A. D.L. 822 – 2019 • Texto de actividades S.A. D.L. 822 – 2019 • Ministerio de Educación. Libro de Ciencia, Tecnología y Ambiente de 3.er. Editorial Santillana 2016.

Choroporcon junio 2026

DOCENTE: Marina Huamán Carrasco