

SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 01

I. INFORMACION GENERAL			
Programa de estudios	Enfermería Técnica		
Módulo Formativo	02		
Unidad de competencia	Asistir en la atención de las necesidades básicas de la salud de la persona por etapas de vida, aplicando el enfoque intercultural y según indicaciones del jefe inmediato, el nivel de atención y la normativa vigente.		
Unidad didáctica	Actividades en Nutrición y Dietas		
Periodo Lectivo	2026-I	Periodo académico	III
Capacidad	Asistir en la alimentación del usuario de acuerdo a las necesidades nutricionales de las personas.		
Indicador de logro vinculado	Determina el valor nutritivo de los grupos de alimentos según la pirámide nutricional.		
Competencia transversal priorizada	Trabajo colaborativo: Participar de forma activa en el logro de objetivos y metas comunes, integrándose con otras personas con criterio de respeto y justicia, sin estereotipos de género u otros, en un contexto determinado.		
Sesión de Aprendizaje	Nutrición y Dietética		
Fechas de desarrollo	06/04/2026		
Tipo de actividad	Teórico-Práctico (X)		
Logro de la sesión	Al finalizar la sesión los estudiantes estarán en la capacidad de: Identifica las generalidades de la nutrición y los alimentos.		
Docente responsable	Lic. Enf. Denisse Fiorella Castillo Osorio		

MOMENTOS	II. ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	Recursos didácticos	Tiempo
Inicio (Motivación: Recajo de saberes previos Conflicto cognitivo)	Motivación: Se da la bienvenida a los estudiantes, se presenta el sílabo de la unidad y se recuerda las normas de convivencia. El docente presenta imágenes o casos cotidianos: - Una persona con alimentación saludable - Una persona con hábitos alimenticios inadecuados Luego plantea la pregunta: ¿Por qué algunas personas se enferman por su alimentación y otras no? Recojo de saberes previos El docente formula preguntas como: ¿Qué entiendes por nutrición? ¿Qué es una dieta? ¿Crees que todas las dietas son saludables? ¿Por qué? ¿Qué alimentos consumes diariamente? Los estudiantes responden de manera oral o mediante lluvia de ideas, y el docente registra las respuestas en la pizarra. Conflicto Cognitivo: El docente plantea una situación problemática: "Una persona decide seguir una dieta estricta que encontró en internet y elimina varios grupos de alimentos. Después de unas semanas, comienza a sentirse débil y enferma." Luego pregunta: ¿Crees que esa dieta es adecuada? ¿Qué pudo haber ocurrido? ¿Todas las dietas son buenas para todas las personas? Esto genera duda e interés por aprender el tema.	Multimedia Pizarra plumones	20 min.

Desarrollo (Construcción del aprendizaje, Aplicación)	I. Actividades a desarrollar Procesamiento de la información: Exposición dialogada del docente con apoyo de diapositivas en la pizarra. El docente presenta el contenido de manera clara y participativa: • Explica los conceptos de nutrición y dietética • Diferencia entre alimentación y nutrición • Presenta los tipos de nutrientes (macronutrientes y micronutrientes) • Explica la importancia de una dieta equilibrada 2. Aplicación: Se asigna el siguiente caso: La docente presenta el siguiente caso: El docente propone actividades prácticas para reforzar lo aprendido: • Los estudiantes analizan un caso: "Una persona tiene una dieta rica en grasas y azúcares, y baja en vitaminas." Responden: ○ ¿Qué problemas puede presentar? ○ ¿Cómo mejorarías su alimentación? La docente retroalimenta el trabajo de los diversos grupos mediante preguntas orientadoras. Los estudiantes, participan de forma activa en el logro de objetivos y metas comunes, integrándose con otras personas con criterio de respeto y justicia, sin estereotipos de género u otros, en un contexto. La docente sistematiza y consolida el tema; explica y aclara las dudas, respondiendo preguntas del tema tratado.	PPT Multimedia Hojas de colores Papelote	130 min
Cierre (Metacognición y evaluación)	Actividades Los estudiantes consolidan lo aprendido elaborando un resumen del tema en su folder El docente plantea una actividad para aplicar lo aprendido: Elaborar en casa un menú saludable para su familia durante un día y explicar por qué es equilibrado. Metacognición: El docente promueve la reflexión a través de preguntas como: • ¿Qué aprendí hoy sobre nutrición y dietética? • ¿Por qué es importante llevar una dieta equilibrada? • ¿Qué dificultades tuve al desarrollar las actividades? • ¿Cómo puedo aplicar lo aprendido en mi vida diaria? Los estudiantes responden de forma oral o escrita, favoreciendo la reflexión sobre su propio aprendizaje. La docente presenta la temática a trabajar en la siguiente sesión: Clasificación de alimentos.	Hojas de trabajo	30 min
III. ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN			
Indicador de logro de la sesión	Técnicas	Instrumentos	Momentos
Identifica las generalidades de la nutrición y los alimentos.	Participación activa en clase Trabajo colaborativo (participación en equipo)	- Observación directa - Rúbrica de evaluación	Desarrollo (Trabajo en grupos)

IV. BIBLIOGRAFÍA (APA)

Mahan. (2020). Krause: Alimentos, nutrición y dietoterapia

Docente

Coordinador del PE

Jefe Unidad Académica