

UNIDAD DE APRENDIZAJE N° 02

TITULO: PROPONEMOS UNA ALIMENTACIÓN SALUDABLE DESDE LA ESCUELA PARA COMBATIR LA ANEMIA Y LA OBESIDAD

I. DATOS GENERALES:

I.E	40430 José Simeón Tejeda	DIRECTOR	Oscar Guevara Flores		
ÁREA	Matemáticas	GRADO	Tercero		
DOCENTE	Faustino Tomas Concha Revilla	FECHA DE INICIO	20 de abril del 2026	FECHA DE TÉRMINO	15 de mayo del 2026

II. SITUACIÓN SIGNIFICATIVA

<p><b>Problema:</b> En el distrito de <b>Andaray</b>, el 62.7% de la población mayor de 15 años padece de exceso de peso, mientras que en la etapa escolar se registran casos de anemia por una dieta poco balanceada. Además, la inflación afecta el costo de productos locales como la quinua y habas, dificultando el acceso a una nutrición óptima</p> <p><b>Necesidades de aprendizaje:</b> Los estudiantes requieren fortalecer el uso de <b>números racionales</b> para calcular porciones, emplear <b>progresiones geométricas</b> para proyectar costos de alimentos y usar la <b>estadística</b> para monitorear su Índice de Masa Corporal (IMC)</p> <p><b>Preguntas retadoras:</b> ¿Cómo podemos diseñar un plan de alimentación saludable y sostenible usando modelos matemáticos? ¿De qué manera las ecuaciones y progresiones nos ayudan a gestionar el presupuesto familiar ante la inflación?.</p>
<p><b>Reto:</b> Ajustar un plan nutricional semanal saludable y económico basado en productos de la región Condesuyos</p>
<p><b>EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE O PRODUCTO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Producto principal:</b> Plan nutricional semanal sustentado en modelos matemáticos (calorías, IMC y presupuesto proyectado).</li> </ul>

III. ENFOQUES TRANSVERSALES

IV. ENFOQUES TRANSVERSALES	VALORES	ACTITUDES OBSERVABLES
Enfoque ambiental	Solidaridad planetaria y equidad intergeneracional	Docentes y estudiantes desarrollan acciones de ciudadanía, que demuestren conciencia sobre los eventos climáticos extremos ocasionados por el calentamiento global y plantean soluciones.

Enfoque de Derechos	Libertad y Responsabilidad	Disposición a elegir de manera voluntaria y responsable la propia forma de actuar dentro de la sociedad.
---------------------	----------------------------	--

V. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE DE LA UNIDAD: ORGANIZACIÓN DE LAS SESIONES DE APRENDIZAJE

TITULO DE LA SESION DE APRENDIZAJE	COMPETENCIA	CAPACIDADES	PROPOSITO DE APRENDIZAJE DE LA SESION	EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE	INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	CRITERIOS DE EVALUACION	CAMPO TEMATICO
1. "Investigamos nuestro IMC en Andaray"	Gestión de datos e incertidumbre	Usa estrategias y procedimientos para recopilar datos	Recopila datos de masa y talla de sus compañeros y calcula el IMC usando la fórmula pertinente.	Tabulación de datos	Tabla con datos de IMC de la sección	Lista de cotejo	Conceptos básicos de estadística y fórmula del IMC
2. "Analizamos la tendencia de peso en el aula"	Gestión de datos e incertidumbre	Representa datos con gráficos y medidas estadísticas	Representa la distribución del IMC mediante histogramas e interpreta la media aritmética del grupo.	Gráfico	Histograma de frecuencias del IMC	Rúbrica	Medidas de tendencia central y gráficos agrupados
3. "Racionales para una receta nutritiva"	Resuelve problemas de cantidad	Comunica su comprensión sobre los números y las operaciones	Expresa el uso de fracciones y decimales al calcular ingredientes para platos locales (ej. habas, quinua).	Ficha de ejercicios	Ficha de ajuste de porciones de una receta	Guía de observación	Números Racionales (\$Q\$) y conversión de unidades
4. "Operamos con calorías y porciones"	Resuelve problemas de cantidad	Usa estrategias y procedimientos de estimación y cálculo	Selecciona estrategias para sumar y multiplicar calorías en un menú diario	Práctica de ejercicios	Cuadro de ingesta calórica diaria	Lista de cotejo	Operaciones con números racionales (\$Q\$)

			usando números racionales.				
5. "La inflación y el costo de los alimentos"	Regularidad, equivalencia y cambio	Traduce datos y condiciones a expresiones algebraicas	Modela el incremento mensual de precios de la canasta básica en Condesuyos usando tasas porcentuales.	Informe	Informe de variación de precios	Lista de cotejo	Proporcionalidad y porcentajes
6. "Proyectamos gastos con progresiones"	Regularidad, equivalencia y cambio	Argumenta afirmaciones sobre relaciones de cambio	Justifica el gasto total acumulado en 6 meses de un plan nutricional usando progresiones geométricas.	Tabulación	Gráfico de proyección de costos a largo plazo	Rúbrica	Progresión geométrica (P.G.)
7. "Ecuaciones para balancear el plato"	Regularidad, equivalencia y cambio	Usa estrategias para encontrar reglas generales	Plantea y resuelve ecuaciones lineales para determinar la cantidad de arroz o pollo necesaria para un meta calórica.	Resolución de ecuaciones	Resolución de problemas de balance nutricional	Práctica calificada	Ecuaciones lineales de la forma $ax + b = 0$
8. "Sistemas de nutrición: Macros y micros"	Regularidad, equivalencia y cambio	Traduce datos a expresiones algebraicas	Establece relaciones entre proteínas y carbohidratos, transformándolas a un sistema de ecuaciones con dos incógnitas.	Tablas estadísticas	Modelo matemático de balance de macronutrientes	Rúbrica	Sistemas de ecuaciones lineales

9. "Matemática en la fermentación local"	Regularidad, equivalencia y cambio	Comunica su comprensión sobre las relaciones algebraicas	Estima la pérdida de volumen por evaporación en la chicha o tocosh usando modelos de variación lineal.	Informe	Informe técnico sobre la fermentación del tocosh	Lista de cotejo	Modelado de funciones y variación lineal
10. "Presupuestamos nuestro quiosco saludable"	Resuelve problemas de cantidad	Argumenta afirmaciones sobre las relaciones numéricas	Evalúa la viabilidad económica de vender productos saludables en la I.E. comparando precios unitarios y totales.	Practica	Ficha de costos del quiosco escolar	Escala de valoración	Presupuestos y costos en \$Q\$
11. "Sustentamos nuestro plan nutricional"	Las 3 competencias trabajadas	Todas las capacidades de la unidad	Sustenta conclusiones sobre el impacto de su plan nutricional en la prevención de la anemia basándose en datos.	Plan Nutricional	<b>Exposición del Plan Nutricional Semanal</b>	Rúbrica holística	Integración de Q, P.G. y Estadística
12. "Evaluamos nuestros avances y metas"	Competencias transversales	Monitorea y ajusta su desempeño	Reflexiona sobre las dificultades en el uso de modelos matemáticos y ajusta sus metas para la siguiente unidad.	Presentación de un portafolio	Portafolio de reflexión final	Ficha de autoevaluación	Metacognición y autoevaluación

## VI. EVALUACIÓN

- **Formativa:** Permanente, mediante retroalimentación descriptiva sobre el uso de modelos de progresión y ecuaciones.

- **Sumativa:** Se valorará el **Plan Nutricional Semanal** final como producto integrador.

VII. **MATERIALES Y RECURSOS**

- **Texto de Matemática 3** (Minedu, 2026).
- Anexo A (Plan nutricional) y Anexo B (Fermentación) del texto de 3ro.
- Calculadoras, balanzas de la posta médica de Andaray e internet


VIII. **ESTRATEGIAS**

- **Representación:** Uso de infografías de salud y simulaciones PhET para visualizar variaciones.
- **Expresión:** Presentación de resultados vía maquetas de pirámides alimenticias o videos cortos en castellano.
- **Participación:** Aprendizaje cooperativo vinculando los saberes ganaderos de sus padres con los costos de la carne

**OBSERVACIONES:**

- Se requiere coordinación con el área de **Educación Física** para la toma de medidas antropométricas y con **Ciencia y Tecnología** para el análisis de los macronutrientes

Andaray, abril del 2026



-----  
Faustino Tomas Concha Revilla  
Docente



**NOTA: ADJUNTAR SU INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN**

<b>CAPACIDAD</b>	<b>INICIO (C)</b>	<b>PROCESO (B)</b>	<b>LOGRO ESPERADO (A)</b>
<b>Traduce cantidades y condiciones</b>	No identifica la relación entre calorías y porciones de alimentos locales.	Establece relaciones básicas pero el modelo matemático tiene errores en la formulación.	Modela con precisión un plan nutricional usando ecuaciones y progresiones geométricas.
<b>Usa estrategias y procedimientos</b>	Realiza cálculos incorrectos con números racionales al ajustar el presupuesto.	Emplea estrategias de cálculo pero no justifica la elección del MCM en las ecuaciones.	Selecciona y combina estrategias óptimas para calcular el balance calórico y financiero.
<b>Sustenta conclusiones</b>	No explica la relación entre los datos de salud y su propuesta alimentaria.	Elabora conclusiones sencillas sin contrastarlas con el IMC estándar del Minedu.	Sustenta con argumentos matemáticos la viabilidad y saludabilidad de su plan nutricional.