**UNIVERSIDAD NACIONAL “JOSÉ FAUSTINO SANCHEZ CARRIÓN”**

**FACULTAD DE EDUCACIÓN**

**SILABO**

1. **INFORMACIÓN GENERAL**

1.1 Departamento Académico:Ciencias Formales y Naturales.

 1.2 Especialidades **:** Biología, Química y tecnología de los Alimentos.

 1.3 Profesor **:** MG. Adriana Castillo Corzo

 1.4 Asignatura **: Educación Nutricional**

1.5 Pre-requisito : Biología General

 1.6 Código : 906

1.7 Área Curricular : Formación Profesional.

 1.8 Horas **:** 02 T: 02 P: 02

1.9Ciclo – Semestre : IX- 2018- I

1.10 Correo electrónico : angya\_74@ hotmail.com

1.11 Teléfono : 986323538

1. **SUMILLA**

La asignatura de Educación Nutricional estudia el valor nutritivo de los alimentos para un óptimo desarrollo físico e intelectual. Así mismo hace conocer las recomendaciones nutricionales del ser humano en las diferentes etapas de la vida enfatizando una alimentación adecuada en los grupos vulnerables niñez y ancianidad, aplicando principios científicos en la selección, uso y preparación de los alimentos para promover la salud y satisfacer las necesidades nutricionales del individuo, familia y comunidad, teniendo en cuenta los hábitos alimentarios, las costumbres; así como también los recursos alimenticios propios de la zona.

1. **COMPETENCIAS GENERALES**
* Identifican a la alimentación en relación a su composición, leyes y medidas antropométricas.
* Reconocen las técnicas de seguridad, manipulación de los alimentos.
* Diferencian los métodos de conservación de alimentos teniendo en cuenta las enfermedades de transmisión alimentaria
* Investigan y exponen sobre La nutrición del niño y adolecente.
1. **CONTENIDOS CURRICULARES TRANSVERSALES**
* Educación intelectual y desarrollo personal.
1. **UNIDADES**
2. ALIMENTOS Y SUS COMPONENTE, LEYES DE LA ALIMENTACIÓN, MEDIDAS ANTROPOMÉTRICA

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **SEMANA** | **SESIONES** | **CAPACIDADES** | **CONTENIDO** |
| **1** | **1 y 2** | Diferencian los términos sobre la nutrición y alimentación para una adecuada comprensión del estudio de la educación nutricional. | **Conceptos generales**: Educación, Nutrición, nutrientes alimentación, alimento, dieta. Educación nutricional concepto. Principio básicos de la alimentación. |
| **2** | **3 y 4** | Identifica los componentesnutricionales | Alimentos y sus componentes Los nutrientes. Concepto, funciones, tipos |
| **3** | **5 y 6** | Clasifica los alimentosde acuerdo a los grupos. | Leyes de la buena alimentaciónLa pirámide alimenticia |
| **4** | **7 y 8** | Identifica los elementosdel perfil antropométricoEvaluación. | Medidas antropométricasIndicé de masa corporal (IMC) |

1. SEGURIDAD, HIGIENE PERSONAL, MANIPULACIÓN DE LOS ALIMENTOS, CONSEJOS CULINARIOS

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **SEMANA** | **SESIONES** | **CAPACIDADES** | **CONTENIDO** |
| **5** | **9 y 10** | Reconocen las técnicas de seguridad, precaución en la cocina.  | Seguridad, y precauciones en la cocinaHigiene personal |
| **6** | **11 y 12** | Reconocen técnicas de manipulación de alimentos. | Contaminación cruzadaManipulación de los alimentos |
| **7** | **13 y 14** | Elaborar platillos teniendo en cuenta los consejos culinarios.  | Consejos culinariosDemostración de preparación de alimentos |
| **8** | **15 y 16** |  | Evaluación ParcialEvaluación oral |

1. ETA, CONSERVACIÓN DE LOS ALIMENTOS, ESTADO NUTRICIONAL Y DESNUTRICIÓN

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **SEMANA** | **SESIONES** | **CAPACIDADES** | **CONTENIDO** |
| **9** | **17 y 18** | Diferenciar los tipos de las enfermedades alimentarias |  ETAPractica: descripción de las principales enfermedades transmitidas por los alimentos |
| **10** | **19 y 20** | Diferenciar los diferentes métodos de conservación y su importancia en la cocina  | Conservación de los alimentos: Calor, fríoPractica: utilización del calor |
|  **Los a** | **21 y 22** | Conservación de los alimentos: Acuosa, química.Practica: Conservación química |
| **12** | **23 y 24** | Diferenciar los diferentes tipos de desnutrición. Evaluación. | Estado nutricional; concepto, factores Desnutrición: Concepto , causas , tipo |

1. LA NUTRICIÓN DEL PAÍS, PRE ESCOLAR Y ESCOLAR

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **SEMANA** | **SESIONES** | **CAPACIDADES** | **CONTENIDO** |
| **13** | **25 y 26** | Investigan y exponen sobre La nutrición en el Perú. | La nutrición en el país.  |
| **14** | **27 y 28** | Investigan y exponen sobre Nutrición pre escolar |  La Nutrición pre escolar  |
| **15** | **29 y 30** | Investigan y exponen sobre La Nutrición escolar | La Nutrición escolar y adolecente. |
| **16** | **31 y 32** |  | Evaluación finalEvaluación oral |

1. **ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS**
* Construcción de organizadores visuales que ayuden a comprender los diferentes procesos y reacciones respecto a los alimentos.
* Investigación documental en forma de ensayos y resúmenes
* Aplicación de dinámicas grupales acorde a los temas tratados.
* Análisis de estudios de casos que permitan ejercer análisis crítico-reflexivo y emitir juicios de valor.
* Actividades prácticas en el laboratorio que permita reforzar los conocimientos adquiridos; así como investigar y analizar procesos y resultados de forma crítica.
1. **RECURSOS, MEDIOS Y MATERIALES EDUCATIVOS**
* Bibliografía
* Separatas
* Guía de práctica
	+ Equipos y herramientas culinarias
* Diapositivas
* Data
1. **SISTEMA DE EVALUACIÓN**

Se efectuara la evaluación de acuerdo al reglamento académico de la universidad y al cronograma del ciclo académico 2018– I.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| CRITERIOS | INDICADORES | INSTRUMENTOS |
| * Asistencia y puntualidad de la sesión de aprendizaje.
* Participación oral en clase.
* Originalidad presentación de trabajo
* Convivencia adecuada entre sus compañeros.
 | * Asiste puntualmente a sus prácticas.
* Participa atentamente en las sesiones de aprendizaje.
* Presenta puntualmente los trabajos
* Muestra actitudes de adecuada convivencia
 | * Registro de asistencia
* Intervenciones orales permanentes.
* Registros de evaluación.
* Lista de cotejo.
 |

1. **BIBLIOGRAFIA GENERAL**
	* 1. Pamplona R.J. “Disfrútalo alimentos que curan y previenen”.

 Editorial Safeliz S.L. Madrid, España, 1993.

* + 1. Blanco de Alvarado “Nutrición y salud “– II edición.

 Teresa– Ortiz

* + 1. Alfonsas Balbachas “las frutas y las hortalizas”-Editorial La verdad presente-Lima Perú.
		2. Laza Muñoz, Pascual “Pre elaboración y conservación de Alimentos” España-Madrid. (2000),
		3. Ministerio de salud “manual Básico de Inspección de alimentos” Lima Perú.

 Huacho, Abril del 2018

………………………………

 **Mg. Adriana Castillo corzo**

 DOCENTE