

# Alimentarse a conciencia

Category: Comunidad Saludable

28 de diciembre de 2024



## IDENTIFICACIÓN

Comunidad: **Saludable**

Título del proyecto: **Alimentarse a conciencia**

Institución: **E.E.S. ORIENTADA NRO 570 «JULIETA LANTERI»**

CUE: **8204459**

Nivel/Modalidad: **Secundario/Común**

Localidad: **ROSARIO**

Regional: **6**

---

## INDAGACIÓN

### **Tema /Subtemas:**

Importancia de la alimentación equilibrada en el desarrollo humano/ Beneficios de la alimentación consciente en la vida cotidiana

### **Pregunta impulsora:**

¿Cómo podemos elegir a conciencia alimentos que nos nutran ?

### **Contexto:**

La institución está emplazada en Barrio Belgrano de la ciudad de Rosario, allí

asiste una población entre urbana y periurbana. Desde hace un tiempo notamos dificultades en el aprendizaje las cuales consideramos que vienen relacionadas a la falta de hábitos positivos en los adolescentes. Esto provoca que asistan con poca energía, sueño, falta de concentración en clase y escasa disponibilidad motriz en horas de educación física.

En relación a estos hábitos indagando en los discursos cotidianos son principalmente falta de descanso y sueño, desordenes alimenticios nos centraremos en este último para repensar junto a ellos y estudiar el impacto que tiene la buena alimentación

### **Objetivo general del proyecto:**

Concientizarse sobre la importancia de la propia alimentación para elegir alimentos más convenientes

---

## **DISEÑO PEDAGÓGICO**

### **Objetivos de Capacidades y de Aprendizajes que se desarrollarán con el proyecto:**

dialogar interactuar y reflexionar entre compañeros  
organizar un proyecto con un fin grupal  
tomar decisiones responsablemente  
intercambiar criterios entre pares y docentes  
buscar información diversa y corroborar las fuentes  
apoyarse en profesionales de salud  
aprender a leer etiquetas de alimentos envasados

## **ÁREAS Y CONTENIDOS**

biología  
laboratorio de cs naturales  
sic  
educación física

### **Contenidos curriculares:**

Cuerpo humano-sistemas-crecimiento y desarrollo-alimentación y nutrición-capacidades físicas-actividad física -hidratación  
ciclo contable-documentos comerciales-emprendimiento-balance-ganancia-registro contable de operaciones

### **Producto final esperable:**

Cantina saludable donde los estudiantes de 4tos años ofrezcan a sus compañeros, durante los recreos, alimentos nutritivos, con un estudio y selección previa

---

## **PLANIFICACIÓN**

### **Duración del proyecto:**

2025

### **Acciones a llevar a cabo:**

Estudio sobre alimentación y nutrición

División en grupos de tareas

Adquisición y compra de alimentos con óptimo valor nutritivo

## **RECURSOS**

### **Disponibles en la institución:**

Espacio para kiosco-mesas-sillas-repisas-estanteria-electricidad-claculadoras-computadoras-cuadernos-birome-internet

### **Necesarios para llevar adelante el proyecto:**

Refrigerador caja registradora insumos tiempo fuera del aula

### **Organizaciones aliadas:**

Distribuidoras cercanas policlínico san Martín feria de emprendedores de cuatro plazas huerta agroecológica de la zona profesionales voluntarios

---

## **FORMACIONES ESPECÍFICAS REQUERIDAS:**

Capacitaciones dirigidas por nutricionistas o ingenieros de la alimentación

Charla entre docentes, directivos y estudiantes

Curso ara manipulación de alimentos

---

## **EVALUACIÓN**

### **Criterios e instrumentos de evaluación:**

disponibilidad para la organización grupal

cumplimiento de las responsabilidades asignadas

previsión y anticipación de las acciones

---

## **SOCIALIZACIÓN**

### **Del proyecto:**

cartelería-boca en boca-fomentación por parte de personal docente y no docente-divulgación en redes sociales

### **De los resultados:**

cartelería-gráficos-fotografías-testimonios escritos en audio y video-resultados de encuestas y entrevistas-reuniones plenarias

---

### **Integrantes del proyecto:**

GUARNIERI ROXANA DIRECTORA

LAZZARI MARIA JOSE VICEDIRECTORA

### **Cantidad estimada de participantes:**

Docentes y directivos: 5

Estudiantes: 80

Apellido y Nombre del Referente de contacto: Lopez Ma Virginia

Email del referente: virginialopez119@gmail.com