

¿Cómo vivir mejor?

Category: Comunidad Saludable

10 de marzo de 2025



INDAGACIÓN

Tema /Subtemas:

Calidad de vida

Pregunta impulsora:

¿De qué manera podemos ayudar a los niños, niñas y familias de nuestra comunidad a mejorar su calidad de vida? ¿Qué hábitos y rutinas fomentar en relación a pantallas, higiene, sueño?

Contexto:

El proyecto de alimentación y actividades saludables nació en nuestra institución como una respuesta a la necesidad de mejorar la salud y el bienestar de nuestras niñas considerando que muchas de ellas provienen de familias con ingresos bajos dónde, a menudo, faltan recursos básicos en el hogar para poner en práctica una dieta balanceada y/o requieran de guía y orientación permanente para el acceso de servicios de salud.

Con este proyecto buscamos la valorización de contenidos y vivencias grupales generadores de nuevos aprendizajes ya que como responsables de los distintos grupos nos preocupan ciertos hábitos que no permiten una buena calidad de vida y afectan el desarrollo de los niños y niñas, no sólo en lo que respecta a alimentación, sino también consideramos importante trabajar con los niños y sus familias los modos saludables de recreación, alejado del uso excesivo de pantallas, la actividad física ya que se percibe en muchos casos sedentarismo, la importancia de un buen descanso, la relajación, el yoga, disciplina interesante para conocer y comenzar a practicar de pequeños ya que ayuda a la relajación, concentración y favorece los vínculos entre pares y adultos. VIVIR MEJOR, requiere de un entramado, son varios los factores que ayudan a mejorar la calidad de vida, estamos convencidas que podemos colaborar para que las niñas incorporen nuevos hábitos y se conviertan en agentes multiplicadores entre sus referentes afectivos. Seguiremos trabajando en 2025, tendiendo redes con la comunidad para lograr los objetivos propuestos, estamos felices de ver numerosos cambios de hábitos tanto en los niños como en sus familias.

Objetivo general del proyecto:

Establecer una red de apoyo y conexión entre la comunidad educativa y los

profesionales de la salud para una mejor calidad de vida.

DISEÑO PEDAGÓGICO

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

- Incorporen prácticas y habilidades de consumo saludables en todos los aspectos de la vida: alimentación, movimiento, relaciones sociales, consumo informativo, descanso, relajación, etc.
- Que nuestros niños se conviertan y actúen como agentes multiplicadores incorporando conductas saludables en su entorno.
- Explorar las posibilidades del movimiento sensible partiendo del reconocimiento del propio cuerpo y las sensaciones que provienen del encuentro con el mundo.
- Improvisar y componer secuencias de acciones a partir de la observación y el reconocimiento de acciones cotidianas.

ÁREAS Y CONTENIDOS

Ciencias Naturales y sociales.

Lengua.

Matemáticas.

Artes.

Tecnología.

Contenidos curriculares:

Alimentación saludable y nutrición.

Movimiento, descanso y recuperación.

Prevención e higiene.

Salud mental y bienestar psicológico.

Salud sexual integral y relaciones afectivas saludables.

Producto final esperable:

Muestra interactiva en la que nuestras infancias expondrán producciones (recetas saludables, cosecha de la huerta, libros de investigación, clase de zumba, yoga, expresión corporal) , con participación de emprendedores locales que se relacionen con producciones sustentables (comida saludable, moda circular, huerta, arte reciclable)

PLANIFICACIÓN

Duración del proyecto:

2024, 2025

Acciones a llevar a cabo:

- Proceso de mejora de los alimentos ofrecidos durante el desayuno/merienda de los grupos de niños/niñas.
- Elaboración de compostera donde los niños/as de las distintas salas arrojan las cascaritas de los alimentos consumidos en la institución.
- Recetarios junto a las familias. Realización de comidas caseras y nutritivas en la sala.
- Creación de huerta orgánica.
- Charlas informativas con diferentes especialistas: nutricionista, odontólogo.

RECURSOS

Disponibles en la institución:

Elementos de cocina.
Hornos eléctricos.
Proyector, notebooks, micrófonos.
Contenedor de reciclaje.

Necesarios para llevar adelante el proyecto:

Capacitación y recursos materiales para otros tipo de cultivos (hidroponía).
Herramientas de huerta para la edad de los niños.
Invernadero.
Colchoneta individuales para yoga.

Organizaciones aliadas:

SAMCO local.
Nutricionista.
Espacio periodístico Tigre de papel.
Dirección de ambiente municipal.

FORMACIONES ESPECÍFICAS REQUERIDAS:

Capacitación sobre Hidroponía.

Yoga infantil.

Charla para referentes afectivos, sobre límites y consecuencia en el desarrollo infantil del uso excesivo de pantallas.

EVALUACIÓN

Criterios e instrumentos de evaluación:

¿El tipo de acciones de mejoramiento que han emprendido, han sido adecuadas a las necesidades y capacidades del Jardín en el momento en que se implementaron?

¿Algunas de esas iniciativas han servido como base para generar otros cambios positivos en el Jardín? ¿Qué cambios facilitaron?

Realizar un monitoreo trimestral durante el año 2025, a través de entrevistas que se visualizará en gráfico de datos, que permitirá observar los resultados cuanti y cualitativos, en los avances obtenidos con las propuestas de este proyecto

SOCIALIZACIÓN

Del proyecto:

Campaña radiales y televisivas.

Folletería realiza por los niños, para ser entregada a familiares y a la comunidad educativa.

Muestra interactiva.

De los resultados:

Informes narrativos y gráfico estadísticos, que reflejen datos de diferentes períodos.

IDENTIFICACIÓN

Integrantes del proyecto:

Butcher, Nora.

Ettomi, Valeria.

Batistutti, Griselda.

Lencioni, Maricel.

Gonzalez, Carla.

Bernardo, Melina.

Siciliani, Veronica.

Mateolli, Yamila.

Lohaiza, Catia.

Martinez, Delma.

Buttini, Roxana.

Quiroga, Mariela.

Cantidad estimada de participantes:

Docentes y directivos: 1

Estudiantes: 150

Apellido y Nombre del Referente de contacto: Butcher, Nora.

Email del referente: noributcher@gmail.com