

# Construyendo una comunidad saludable.

Category: Comunidad Saludable  
23 de diciembre de 2025



## INDAGACIÓN

### Tema /Subtemas:

Vivir de manera saludable. El tema se aborda desde todos los ejes.

### Pregunta impulsora:

¿Qué necesitamos saber y hacer para vivir en una Comunidad Saludable?

### Contexto:

Las necesidades detectadas son muchas: Los niños comen alimentos que no son nutritivos. No todos realizan deportes o actividades físicas. Algunos tienen dificultades para tolerar la frustración o reaccionan de manera que afecta emocionalmente a sus pares. Además, hoy en la escuela hay casos que se tratan desde salud mental.

### Objetivo general del proyecto:

Incorporar y promover hábitos saludables en relación con la alimentación, el cuidado del cuerpo y la mente, la prevención de enfermedades y la construcción de vínculos sanos.

---

## DISEÑO PEDAGÓGICO

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

- Desarrollar conocimientos científicos y sociales vinculados con el cuidado de la salud individual y colectiva. Habilidades empáticas.
- Fomentar la participación activa, el trabajo colaborativo y la responsabilidad en el cuidado de la salud personal y comunitaria.
- Integrar saberes de diferentes áreas curriculares en función de una problemática real y cercana.
- Fortalecer el vínculo entre la escuela y la comunidad a través de acciones de concientización.

- Realizar la Expo escolar mostrando el trabajo realizado.

## ÁREAS Y CONTENIDOS

Los diferentes grados involucran distintas áreas del conocimiento y de especialidades. Ya que trabajan de manera interdisciplinar.

### Contenidos curriculares:

Contenidos a desarrollar por grado:

1° grado: Alimentación saludable y nutrición

- Alimentos saludables y no saludables.
- La función de los alimentos en el cuerpo.
- Relación entre alimentación, nutrición y salud.
- ¿Qué pasa cuando no comemos bien? (obesidad, desnutrición).

2° grado: Movimiento y descanso (Ver qué se realiza desde Educación Física)

- La importancia del juego y el movimiento para la salud.
- El descanso como parte del cuidado del cuerpo.
- Hábitos saludables: sueño, pausas activas, relajación.

3° grado: Higiene y prevención de enfermedades (vacunas)

- Higiene personal y del entorno.
- ¿Qué son los gérmenes? ¿Cómo se transmiten?
- Las vacunas: qué son, para qué sirven y por qué son necesarias.
- El lavado de manos como acción preventiva.

4° grado: Seguridad alimentaria y manipulación de alimentos

- ¿Qué es la seguridad alimentaria?
- Reglas básicas de higiene en la manipulación de alimentos.
- ¿Qué es la celiaquía? ¿Cómo se cuidan las personas celíacas?
- Lectura de etiquetas de alimentos.

5° grado: Alimentación saludable y micronutrientes

- Nutrientes esenciales: vitaminas y minerales.
- Consecuencias de las deficiencias nutricionales (anemia, raquitismo, etc.).
- Dietas equilibradas y menús saludables.

6° grado: Salud mental y bienestar psicológico

- El cuerpo y la mente: emociones, estrés, autoestima, bullying escolar.
- ¿Qué es la salud mental? ¿Cómo cuidarla?
- Estrategias para el bienestar emocional: meditación, respiración, expresión artística, pedir ayuda.

7° grado: Educación sexual integral y relaciones afectivas saludables

- La ESI como derecho.
- Reconocimiento y respeto de la diversidad corporal, sexual y de género.
- Vínculos afectivos y relaciones basadas en el respeto, el consentimiento y el cuidado.
- Prevención del abuso, estrategias de autoprotección.

## **Producto final esperable:**

Expo Escolar: Muestra destinada a la familia.

---

## **PLANIFICACIÓN**

### **Duración del proyecto:**

2026

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

- Participación activa y responsable en las actividades del proyecto.
  - Investigar, reflexionar y comunicar ideas.
  - Trabajo en equipo y en cooperación con los demás.
- Distribuir cartelería y folletos concientizando a la comunidad.  
Escribir consejos saludables.

## **RECURSOS**

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

INTERNET  
KIT ROBOTICA  
PROYECTOR  
KIT COCINA  
KIT HUERTA

### **Organizaciones aliadas:**

Asociación Cooperadora de la escuela. Subsecretaría de Salud, Desarrollo Social y Equidad de la Municipalidad de San Vicente. Padres profesionales de la salud.

---

## **FORMACIONES ESPECÍFICAS REQUERIDAS:**

Accesibilidad comunicacional, Alfabetización audiovisual , Alfabetización digital, Alimentación y cocina saludable, Convivencia, Diseño y producción de juegos didácticos, Educación sexual Integral  
Escritura creativa y producción literaria, Estrategias de Comunicación, Estrategias lúdicas, Flora nativa, aromática y medicinal, Herramientas digitales para el aula, Higiene y salud, Procesos productivos y comercialización de alimentos, Salud mental, Seguridad e Higiene en el ámbito laboral

---

## **EVALUACIÓN**

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

La evaluación será procesual, formativa y participativa, considerando:

Criterios generales:

- Participación activa y responsable en las actividades del proyecto.
- Capacidad para investigar, reflexionar y comunicar ideas.
- Trabajo en equipo y cooperación con los demás.
- Producción final coherente, clara y creativa.
- Apropiación de conocimientos científicos y habilidades vinculadas con el cuidado de la salud.

---

## **SOCIALIZACIÓN**

### **Del proyecto:**

Los alumnos difunden la información de diferentes maneras a sus familias y la comunidad.

### **De los resultados:**

Se realiza la Expo Escolar para las familias.

Los grados realizan actividades diferentes donde involucra a distintos actores de la comunidad educativa o la localidad, los espacios y tiempos son flexibles. Una vez concluido se realiza la muestra en la escuela para que las familias observen el trabajo realizado e interactúen con los niños, quienes son los encargados de relatar el proceso e invitar a participar de actividades en forma conjunta.

Para la muestra se arman en las aulas las diferentes estaciones que recorren los visitantes, donde pueden vivenciar un poco el trabajo realizado y aprender de los niños. En los espacios comunes se proyectan videos con parte de las fotos del proceso e implementación de los proyectos. Al concluir la expo se realiza un cierre artístico como acto de clausura, con la participación, principalmente de las familias de los niños, dejando algún mensaje relacionado al tema general.

---

## **IDENTIFICACIÓN**

### **Integrantes del proyecto:**

Todos los docentes de grado y especialidades de la institución. No participaron los docentes de Jornada Ampliada.

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

Docentes y directivos: 25

Estudiantes: 276

Apellido y Nombre del Referente de contacto: Mendoza Fabiana

Email del referente: fame\_sv@hotmail.com