

Construyendo una comunidad saludable

Category: Comunidad Saludable

27 de febrero de 2025



IDENTIFICACIÓN

Comunidad: **Saludable**

Título del proyecto: **Construyendo una comunidad saludable**

Institución: **ESCUELA PART. INC. NRO 1088 «SANTA CLARA»**

CUE: **8201249**

Nivel/Modalidad: **Primario/Común**

Localidad: **SANTA CLARA DE SAGUIER**

Regional: **0**

INDAGACIÓN

Tema /Subtemas:

Salud, Nutrición

Pregunta impulsora:

¿Cómo podemos construir desde la escuela una cultura saludable, en cuanto a hábitos y alimentación?

Contexto:

La ingesta de comidas poco saludables y el sedentarismo no es sólo un problema de los grandes centros urbanos de la Argentina, ya que según los profesionales de la salud de nuestra localidad también evidencian los mismos comportamientos en los hábitos alimenticios de las familias santaclarinas.

Todos sabemos que esa mala alimentación, marcada por el bajo consumo de frutas y verduras, el alto consumo de comidas rápidas “chatarra”, snacks, gaseosas y jugos comerciales, el auge de comidas preelaboradas, fritos etc., es un problema frecuente en la edad escolar. Para revertir esta situación y lograr un crecimiento y desarrollo adecuado, es necesario consumir alimentos de buena calidad, orgánicos, que satisfagan las necesidades de energía y nutrientes del organismo. A partir de esto, ya hace unos años que en la escuela surgen diferentes actividades que fomentan la buena alimentación y los hábitos saludables. Son ejemplos de ellas: la huerta escolar, el taller de cocina y el “Biciencuentro Saludable”.

En base a este proyecto, unimos las ideas y los niveles educativos de la institución dándole especial importancia al cultivo de verduras en nuestra propia huerta y el taller de cocina. Ambas actividades se complementan y proporcionan una experiencia educativa integral que abarca desde el cultivo hasta la preparación de alimentos. Completando el proyecto con una jornada donde se estimula el uso de la bicicleta, como un hábito saludable, invitando a la comunidad en general a participar del mismo, por las calles de la localidad. Luego, se realiza una actividad física de estiramiento y baile, ingesta de agua y merienda (frutas) y reparto de folletos informativos sobre estos hábitos.

Objetivo general del proyecto:

Incorporar hábitos saludables, una buena alimentación y actividades de recreación en los niños y en las familias, fomentando estilos de vida que den lugar a una comunidad más sana física, mental y emocional.

DISEÑO PEDAGÓGICO

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

Identificar cuáles son los alimentos saludables.

Promover normas de alimentación saludable.

Adoptar dentro de la comunidad educativa conductas de alimentación saludable en los espacios donde se comparten alimentos: meriendas, celebración de cumpleaños, fiestas escolares y elaboración de comidas en el Taller de Cocina.

Disfrutar del cuidado y de la obtención de los frutos de la cosecha.

Afianzar distintas normas de higiene en la ingesta de los mismos y/o durante algunos alimentos.

Fomentar el interés por el cuidado de las plantas.

Conocer y apreciar las diferentes etapas de crecimiento de las plantas.

Colaborar en la conservación del ambiente.

Comprender la importancia de la luz, agua y la tierra para el crecimiento de las plantas.

Lograr que las familias acompañen desde el hogar, respetando las normas y participando en las actividades propuestas.

Fomentar la actividad física recreativa al aire libre fuera de la escuela.

ÁREAS Y CONTENIDOS

Lengua

Matemática

Ciencias Naturales

Ciencias Sociales

Formación Ética y Ciudadana

Educación Tecnológica

Contenidos curriculares:

La lectura en la búsqueda, consulta de materiales, localización y análisis de información.

La escritura de textos con un propósito comunicativo determinado (recetas, folletos, textos informativos, publicidades/propagandas).

El respeto y el interés por las producciones orales y escritas de otros.

La confianza en sus posibilidades de expresión oral y escrita.

Medidas de longitud, áreas, superficies

Figuras geométricas

Situaciones problemáticas

Estadísticas

La identificación de las funciones de nutrición en el hombre (digestión, respiración, circulación y excreción), sus principales estructuras y relaciones, comparándolas con otros seres vivos.

El reconocimiento de la importancia de la alimentación para la salud, en base a la composición de los alimentos y sus funciones en el organismo. El mejoramiento de la dieta atendiendo al contexto sociocultural.

La identificación de los factores que influyen en el crecimiento de las diferentes especies vegetales.

La caracterización de las diferentes etapas de crecimiento de los cultivos.

El conocimiento básico de botánica, características específicas de cada cultivo estacional.

El conocimiento de las condiciones naturales y la comprensión de la importancia socioeconómica de los principales recursos naturales.

La valoración del diálogo como instrumento privilegiado para solucionar problemas de convivencia y de conflicto de intereses en la relación con los demás.

El conocimiento de los cultivos originarios de las diferentes regiones argentinas.
La responsabilidad hacia el entorno, y la importancia de cuidar los recursos naturales y el impacto del consumo en el planeta.

La colaboración en la huerta y en el taller de cocina promueve habilidades sociales y el valor del trabajo en equipo.

Respeto por las tradiciones y costumbres de otros promoviendo valores como la empatía y la solidaridad.

Educación artística La realización de producciones visuales (Logos) a partir del conocimiento de los elementos, materiales, soportes, técnicas y procedimientos propios del lenguaje visual.

La realización de intervenciones artísticas (Espantapájaros) a partir del conocimiento de los elementos, materiales, soportes, técnicas y procedimientos de la representación visual.

La interpretación de producciones visuales propias y ajenas.

El interés y la indagación en relación a los procesos relacionados con la producción agrícola.

La identificación de las tareas que realizan las personas en una huerta orgánica.

La planificación de siembra y cosecha de los cultivos estacionales.

Producto final esperable:

“Bici encuentro saludable”

Huerta escolar y en el taller de cocina para incorporar hábitos en los niños y en las familias, fomentando estilos de vida saludables.

PLANIFICACIÓN

Duración del proyecto:

2024, 2025

Acciones a llevar a cabo:

Trabajar la importancia de la alimentación para la salud, en base a la composición de los alimentos y sus funciones en el organismo. El mejoramiento de la dieta atendiendo al contexto sociocultural.

Identificar los factores que influyen en el crecimiento de las diferentes especies vegetales y preparar el terreno, planificando la siembra y la cosecha de los cultivos estacionales.

Darle identidad a la futura huerta, proponiendo nombres y logo para la misma.

Cuidado de la huerta (riego, eliminación de malezas y control de plagas).

Estudio y planificación de recetas en base a las verduras que se cosechen de la huerta.

Elaboración y degustación de alimentos preparados de manera saludable.
“Biciencuentro saludable”.

RECURSOS

Disponibles en la institución:

Amplio terreno para realizar la huerta.

Herramientas para cultivar la huerta.

Espacio edilicio: cocina (utensilios) , comedor(con su respectivo mobiliario: mesas, sillas) .

Materiales escolares diversos.

Necesarios para llevar adelante el proyecto:

Terreno para realizar la huerta.

Semillas de temporada.

Herramientas necesarias para cultivar.

Espacio donde llevar a cabo las recetas de cocina propuestas.

Utensilios de cocina.

Organizaciones aliadas:

Nos vinculamos con la Comuna local, quien a través del INTA nos provee las semillas de temporada para realizar la huerta.

El “Biciencuentro saludable” es un motivo para vincularnos con otras instituciones y la comunidad en general. Es un espacio que nos permite abrirnos hacia la localidad, fomentando estos hábitos.

FORMACIONES ESPECÍFICAS REQUERIDAS:

Capacitaciones que aborden diversas temáticas relacionadas con la salud, la nutrición, la sostenibilidad y el trabajo comunitario. (Nutrición y Alimentación saludable, Horticultura urbana, Educación ambiental). Charlas con profesionales de la salud e ingenieros agrónomos (padres o familiares de los alumnos)

EVALUACIÓN

Criterios e instrumentos de evaluación:

Criterios

Evaluar el éxito de un proyecto de comunidad saludable en la escuela es fundamental para medir su impacto y efectividad.

Participación y compromiso.

Conocimientos adquiridos.

Cambio en hábitos alimentarios.

Sostenibilidad del proyecto.

Métodos y/o herramientas de evaluación

Encuestas a las familias.

Entrevistas a profesionales.

Registro de actividades.

Carteles y folletos informativos.

SOCIALIZACIÓN

Del proyecto:

Exposiciones orales de los alumnos, a través de la presentación de infografías, al resto de la comunidad educativa.

Difusión de reels que muestren paso a paso del proyecto.

Charlas y capacitaciones.

De los resultados:

Invitación a los familiares a participar del cuidado de la huerta escolar y en el taller de cocina junto a los niños, tratando de esta manera, de que estos hábitos se implementen en sus casas.

Divulgación de las recetas realizadas para que puedan llevarlas a cabo en el ámbito familiar.

Distribución de vegetales entre los alumnos partícipes de la huerta (familias)

Publicaciones de lo realizado en las redes sociales de la escuela.

Integrantes del proyecto:

Meinardi, Fabiana Soledad, Directora

Picco Forni, Paula Andrea Argentina, Vicedirectora

Forzani, Natalia Jesica, Docente (Nivel Inicial)

Giraldo, Rocío Beatriz, Docente (Nivel Inicial)

Bonetti, Alejandra Antonia, Docente (Nivel Inicial)

Yunes Graffigna, Ana Belén, Docente (Nivel Primario)

Del Frari, Andrea Silvana, Docente (Nivel Primario)

Pagliero, Yanina Soledad, Docente (Nivel Primario)

Cena, Victoria, Docente (Nivel Primario)

Eier, Vanina de los Milagros, Docente (Nivel Primario)

Dussin, Jessica Belén, Docente (Nivel Primario)

Pioli Cena, Constanza, Docente (Nivel Primario)

Crespo, Joel Jesús, Docente (Tecnología)

Pérez, Betiana María, Docente (Tecnología y Plástica)

Condotto, Carina Guadalupe, Docente (Ed. Física)

Benedetto, Valeria Raquel, Docente (Música)

Cantidad estimada de participantes:

Docentes y directivos: 16

Estudiantes: 139

Apellido y Nombre del Referente de contacto: Bonetti, Alejandra Antonia

Email del referente: alemonge860@gmail.com