

Cuerpo feliz, en salud y movimiento.

Category: Comunidad Saludable

17 de marzo de 2026



INDAGACIÓN

Tema /Subtemas:

Alimentación

Pregunta impulsora:

¿Cómo podemos mejorar la alimentación de nuestra comunidad educativa?

Contexto:

La institución escolar N° 6338 “Manuel Ocampo Samanés”, es del contexto rural, en ella asisten 32 alumnos que reciben su enseñanza. Son hijos de familias de bajos recursos, algunos son changarines, pero la mayoría viven de planes sociales. Son muy pocas las familias que tienen acceso al agua potable y luz eléctrica, en cuanto a salud deben dirigirse hasta la ciudad y la más cercana les queda a 10 kilómetros.

Estos niños presentan notables dificultades en la percepción de hábitos de vida saludable, el tema alimentación es un tema cultural, ya que las comidas típicas son el consumo de carne, guisos, a base de harinas y muy pocas verduras y frutas. Como también falta de realización de actividad física.

Objetivo general del proyecto:

Promover la salud integral de los alumnos, fomentando hábitos saludables a través de la participación de toda la comunidad educativa.

DISEÑO PEDAGÓGICO

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

- Promover la incorporación de alimentos saludables y nutritivos en la dieta habitual del niño.
- Inculcar en los niños y niñas hábitos y conductas alimentarias saludables que les permitan seleccionar alimentos adecuados y proteger su salud a lo largo de toda su vida.
- Propiciar que el niño logre difundir y concienciar a su entorno sobre la importancia de una alimentación saludable.
- Priorizar los alimentos y bebidas que son buenos para el cuerpo.
- Conocer la procedencia de los alimentos que consumen a diario.
- Promover estilos de vida saludables que sean la base de sus hábitos en el futuro.
- Promover al movimiento y hábitos de actividad física.
- Generar un estilo de vida más activa y saludable por medio de ejercicios a trabajar en cada clase.

ÁREAS Y CONTENIDOS

Ciencias Naturales - Lengua - Ciencias Sociales - Matemática - Ética y Ciudadana

- Educación Física - Tecnología.

Contenidos curriculares:

- El cuerpo humano y el cuidado de la salud.
- La higiene personal.
- Sistema digestivo, respiratorio, circulatorio, excretor, artromuscular y nervioso.
- Alimentación y nutrición.
- Alimentos derivados de animales y plantas.
- Plantas: medicinales y aromáticas.
- Tipos de textos: narrativo, instructivo, informativo.
- Situaciones problemáticas.
- El cuerpo en movimiento: Educación física.
- Sistemas tecnológicos producidos por el hombre.
- Sistemas hechos por el hombre para producir alimentos, de organización social.
- Generación, evolución y control del mundo artificial.
- Herramientas y maquinas manuales, descripción, clasificación, cuidados usos y normas de seguridad.
- Cambio climáticos.
- Productos tecnológicos.
- Proyecto tecnológico. Definición y etapas. Recetas.

Producto final esperable:

Cierre y socialización con las familias y la comunidad Educativa, donde compartirán de una jornada con diferentes actividades recreativas, físicas y degustarán de productos saludables elaborados por los alumnos. Ellos realizarán la presentación de la receta (Galletitas deliciosas y saludables), expondrán los ingredientes y explicarán los pasos para su elaboración. También se colocarán afiches en el comedor y otros lugares del establecimiento acompañado de una explicación por parte de los alumnos de la escuela. Después se invitará a los presentes a presenciar y participar de diferentes actividades físicas, dirigidas por el profesor de Educación Física. Finalizando la jornada con la entrega de folletos confeccionados por ellos mismos.

PLANIFICACIÓN

Duración del proyecto:

2026, 2027

Acciones a llevar a cabo:

- Realizar la entrevista.
- Observar videos.

- Jugar con elementos de gimnasia realizando juegos motores.
- Elaborar comidas, postres, galletitas saludables y divertidas.
- Confeccionar folletos, laminas.

RECURSOS

Necesarios para llevar adelante el proyecto:

KIT HUERTA

INTERNET

KIT COCINA

NETBOOK

KIT BIBLIOTECA

Organizaciones aliadas:

Nos interesaría con las instituciones educativas más cercanas.

FORMACIONES ESPECÍFICAS REQUERIDAS:

Agroecología, Alimentación y cocina saludable

Flora nativa, aromática y medicinal, Higiene y salud, Huertas Escolares, Agricultura Urbana e Hidroponia

EVALUACIÓN

Criterios e instrumentos de evaluación:

Será constante durante la implementación del proyecto, se evaluará el inicio el proceso y el resultado, para ello se tendrán presentes los siguientes criterios:

Criterios: Participación, predisposición, responsabilidad en todos los trabajos individuales y grupales.

Instrumentos: Observación. Confección de afiches, carteles, folletos. Elaboración de productos.

SOCIALIZACIÓN

Del proyecto:

A través de una entrevista e invitación a participar de una charla a cargo de una especialista en Nutrición (Nutricionista).

De los resultados:

Con una degustación de elaboración de productos saludables y entrega de folletos a la comunidad.

IDENTIFICACIÓN

Integrantes del proyecto:

Bosch Celia, Directora.

Acosta Mariela, docente de grado.

Alarcón Diana, docente de grado.

Sandoval Jorge, docente de grado.

Gómez Román, profesor de Tecnología.

Yaccuzzi Nair, profesora de Educación Física.

Pyszniak José, profesor de Tecnología De 7° grado.

Cantidad estimada de participantes:

Docentes y directivos: 7

Estudiantes: 22

Apellido y Nombre del Referente de contacto: BOSCH, CELIA DEL CARMEN

Email del referente: celia_bosch@hotmail.com