

# Cuidarnos es aprender a vivir mejor

Category: Comunidad Saludable

21 de enero de 2026



## INDAGACIÓN

### Tema /Subtemas:

La alimentación Saludable, el cuidado del cuerpo.

### Pregunta impulsora:

¿Cómo podemos influir en la manera en que vivimos, como nos sentimos y en el cuidado de nuestro entorno?

### Contexto:

El contexto social es diverso y plantea desafíos cotidianos: algunas familias enfrentan dificultades económicas, falta de trabajo, limitaciones. Sin embargo, se destaca el esfuerzo y el compromiso de las familias, que valoran la educación como una oportunidad para construir un futuro mejor para sus hijos. Convirtiéndose así la escuela en mucho más que un lugar donde se aprende, sino en un punto de encuentro, donde se promueve la escucha y acompañamiento.

### Objetivo general del proyecto:

Fomentar el desarrollo de una comunidad educativa que promueva el bienestar integral, fortaleciendo los vínculos, los hábitos saludables, la convivencia

respetuosa y el crecimiento emocional, en un entorno donde todas las voces sean escuchadas y valoradas.

---

## **DISEÑO PEDAGÓGICO**

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

- Fortalecer hábitos de vida saludable desde una mirada integral, que no solo contemple la alimentación y el ejercicio físico, sino también el descanso, el juego, la escucha y la gestión emocional.
- Fortalecer lazos entre la escuela, las familias y la comunidad, impulsando la participación activa y colaborativa de todos los actores como parte esencial del proceso educativo y del cuidado colectivo.

### **ÁREAS Y CONTENIDOS**

Ciencias Naturales, Lengua, Ciencias Sociales, Matemática, Formación Ética y Ciudadana, Plástica, Educación Física, Música, Tecnología, Ingles.

### **Contenidos curriculares:**

CONTENIDOS Y OBJETIVOS DE CAPACIDADES.

NIVEL INICIAL.

Objetivos

- Promover habilidades para expresar y regular emociones, y establecer relaciones interpersonales saludables con adultos y pares.
- Fomentar la curiosidad por aprender, el trabajo colaborativo y la capacidad de resolver problemas.
- Aumentar las habilidades para moverse, como correr, saltar, lanzar y patear, así como el equilibrio y la coordinación.
- Despertar la curiosidad por explorar el mundo natural y social, explorando, investigando y formulando preguntas

Contenidos

- Cuerpo y movimiento:
- Conocimiento del propio cuerpo y del de los demás, incluyendo sus partes, semejanzas y diferencias, así como las limitaciones y posibilidades motrices.
- Uso de la oralidad para nombrar, expresar ideas y explorar el lenguaje escrito y oral de forma creativa.
- Utilización de saberes (matemáticos y otros) para identificar, resolver y colaborar en situaciones problemáticas cotidianas

Fomento de la curiosidad, la iniciativa y la capacidad de reflexionar y crear nuevas ideas

Desarrollo de habilidades sociales como compartir, colaborar en tareas y juegos, y respetar espacios comunes.

Fomento de la perseverancia, la autonomía y la responsabilidad en el cumplimiento de sus tareas.

## 1ER GRADO.

### Contenidos.

#### Lengua.

- Escritura de palabras en colaboración con el docente.
- Adivinanzas coplas.
- Comprensión de textos instruccionales comprensibles para el niño.
- 

#### Matemática.

- Medidas de peso. Instrumentos de medición.
- Medidas de capacidad.
- Situaciones problemáticas.

#### Ciencias Sociales.

- Actividades que se desarrollan en la escuela.
- Identificar a las personas que trabajan en ella y sus funciones.
- Característica de la época colonial. Alimentación, costumbres.

#### Ciencias Naturales.

- Hábitos saludables.
- Los alimentos
- Alimentación saludable.
- Cuidado de la salud.

#### Formación Ética y Ciudadana.

- La comunicación de necesidades deseos, afectos y opiniones.
- El conocimiento de la vida cotidiana (organización familiar, roles del hombre y la mujer y los niños).
- Forma de crianzas, cuidado de la salud, educación, recreación y trabajo.

## 2do y 3er grado

### Lengua.

- Lectura compartida con los compañeros y el docente de textos literarios poesías, canciones, adivinanzas y textos no literarios folletos, afiches.
- Escritura de textos en forma autónoma o en colaboración con el docente de textos instruccionales.
- La reflexión sobre las palabras y expresiones para aplicar al vocabulario.

### Matemática.

- Medidas de peso. Uso de instrumentos convencionales de medición.
- Registros de datos a través de encuestas simples.
- Numeración.
- Operaciones.
- Situaciones problemáticas.

#### Ciencias Naturales.

- Conocimientos y desarrollo de acciones que promuevan hábitos saludables.
- Dieta equilibrada. Alimentación saludable. Actividades físicas.
- Procesos de crecimiento desarrollo, cambios corporales en la niñez. (peso, talla y dentición)
- El cuidado del cuerpo y la salud. Vacunación.
- Enfermedades.
- Medidas de prevención vinculadas con la higiene y la conservación de los alimentos y el consumo de agua potable.

#### Ciencias Sociales.

- Los transportes y su rol en la vida cotidiana.
- Los sistemas de transporte locales y regionales
- Los cazadores-recolectores.
- Análisis de información a partir de relatos, textos y recursos visuales para ampliar la comprensión de temas históricos.
- La ciudad en que viven: caracterización y análisis de sus paisajes.

#### Formación ética y ciudadana.

- Normas de higiene.
- El cuerpo humano. Cuidado y valoración.

#### Educación Física

- Explorar y reconocer las capacidades condicionales (fuerza, velocidad, etc.) y diferenciar nociones espaciales y temporales en sus movimientos.
- Diferenciación de partes del cuerpo y sus posibilidades de movimiento.
- Reconocimiento de la combinación de nociones espaciales y/o temporales en acciones motoras.
- Exploración de las capacidades condicionales en sus propias acciones motrices.
- Desarrollo de fuerza, resistencia, flexibilidad y velocidad, mediante el juego y actividades lúdicas.
- Acondicionamiento general de las capacidades físicas.
- Prácticas motrices: Aplicación de habilidades básicas en entornos variables.
- Habilidades básicas aplicadas a situaciones de juego.
- Participación en acciones colectivas y resolución de problemas de juego.
- Consolidación de hábitos de higiene corporal, posturales y alimentarios relacionados con la actividad física.

#### 2do ciclo

#### 4to grado.

#### Lengua.

- Comprensión y análisis de diferentes tipos de textos (narrativos, descriptivos, argumentativos, informativos).
- Búsqueda de información en diferentes fuentes.
- Descripción y comunicación de manera coherente de diferentes informaciones.

#### Matemática.

- La representación de datos (lectura e interpretación de gráficos).

- Medidas: Estimación, medición y cálculo de longitudes, masas, capacidades y áreas
- Fracciones: Introducción a fracciones equivalentes, suma, resta y cálculo de la fracción de un número.
- Números decimales: Lectura, comparación, ordenación y redondeo.

#### Ciencias Naturales

- o Características de los seres vivos y su diversidad.
- o Estudio de los diferentes ambientes de la provincia de Santa Fe, sus características y factores bióticos y abióticos.
- o Funcionamiento de los ecosistemas y las cadenas alimentarias.

#### Salud y cuerpo humano:

- o La importancia de la alimentación y la vacunación para mantener la salud.
- o Cambios en el cuerpo durante el crecimiento y la protección contra enfermedades.

#### Ciencias Sociales

La diversidad cultural y la sociedad a través del tiempo.

Formación ética y ciudadana.

- Las normas de convivencia en el aula, la escuela.
- El respeto por la integridad física del compañero.
- El respeto del propio cuerpo y el de los demás.

5to grado.

Lengua.

- La capacidad de expresarse y comprender en diversas situaciones comunicativas, leer y escribir diferentes tipos de textos (literarios y no literarios), valorar la información.
- Leer y escribir textos como noticias, cartas, correos electrónicos y textos literarios.
- Desarrollar la capacidad de escribir textos en colaboración con el docente.
- Identificar y diferenciar características de distintos medios de comunicación.

Matemática.

- Comprensión del sistema de numeración decimal, valor posicional de las cifras y operaciones básicas (suma, resta, multiplicación, división).
- Representación, comparación y operaciones (suma, resta, multiplicación y división).
- Comparación, suma, resta, multiplicación y división.
- Resolución de problemas de la vida cotidiana que requieran el uso de diferentes operaciones y conceptos matemáticos.

Ciencias Naturales.

- Características, clasificación y reinos de la vida (incluyendo hongos).
- Formas de energía, transferencia y sus efectos (luz y calor).
- Componentes, relaciones y la interacción entre los seres vivos y su ambiente físico.
- El cuerpo humano: Sistemas orgánicos, sus funciones y los órganos que los componen.

Ciencias Sociales.

- Reconocimiento y análisis de los principales circuitos productivos de la provincia, como el agrícola, ganadero, forestal, pesquero y turístico.
- Comprensión de las actividades económicas primarias, secundarias y terciarias.
- Reflexión sobre problemas ambientales como el desmonte, y análisis de conflictos socio-territoriales.

Formación ética y ciudadana.

- La identificación de uno mismo, los pensamientos, sentimientos y emociones.
- Aprender a manejar emociones, miedos y conflictos de manera constructiva.
- Desarrollar la capacidad de actuar de forma independiente y autónoma en la vida diaria.
- La creación, aceptación y respeto por las normas que rigen la convivencia.
- Fomentar la participación en el grupo, la solidaridad y el respeto por sí mismo y por los demás.

6to y 7mo grado.

Lengua.

- Profundiza en la narración, la poesía y la crónica literaria.
- Abordar obras literarias bajo un mismo tema (ej. identidad, exilios).
- Lectura de obras de distintos géneros y autores a través de proyectos.
- Escribir textos en colaboración con el docente, consensuando el propósito.
- Comunicar ideas y opiniones en diferentes soportes y para diversos fines.
- La expresión y el intercambio de experiencias y sentimientos.
- La formación de opiniones propias a partir de la información recibida.
- Leer y escribir paratextos de diversos tipos textuales (ej. publicidades).

Matemática.

- Fracciones, expresiones decimales y su relación con las operaciones.
- Uso de sistemas de unidades de medida y procedimientos para estimar y calcular medidas.
- Profundización en estadística, incluyendo la media, mediana y moda.
- Uso de nociones básicas de estadística para estudiar fenómenos

Ciencias Naturales.

- El cuerpo humano:
- El sistema nervioso, el aparato locomotor, la nutrición (digestión y respiración), la circulación, la excreción y la reproducción.
- Conceptos relacionados con la salud y las enfermedades.

7mo grado

- Seres vivos: la célula, la reproducción celular, la genética y la relación con la sociedad.
- Sistemas del cuerpo humano: los sistemas óseo y muscular, y la excreción en los seres vivos.
- Ecosistemas: Se estudian los ecosistemas terrestres y la importancia de la biodiversidad.

Ciencias Sociales

- Tipos de producción (autoconsumo/mercado, artesanal/industrial), transporte,

servicios y el destino de la producción.

- Funciones de la ciudad (comercial, administrativa, portuaria, etc.), servicios públicos y privados, trabajos y problemas ambientales.
- Circuitos productivos, contrastes y sistemas de transporte.

- La familia, escuelas, instituciones de salud, recreativas y de seguridad.
- Reconocimiento de autoridades municipales y sus funciones.
- Derechos del niño y responsabilidades de los miembros de la comunidad.

Formación Ética y Ciudadana.

- La reflexión sobre el fundamento y el sentido de valores como justicia, igualdad y paz en situaciones concretas donde éstos tengan vigencia y en situaciones donde primen relaciones de injusticia, desigualdad o violencia, entre otras.

- El reconocimiento, el respeto y la valoración de la diversidad de identidades personales y proyectos de vida, individuales y/o colectivos, que coexisten en diferentes contextos sociales, históricos y culturales a partir de entrevistas con adultos, jóvenes y otros actores sociales. La indagación, análisis crítico e intercambio acerca de diferentes formas identitarias y culturas juveniles, entre otras formas grupales.

Educación física segundo ciclo.

- La participación y apropiación de juegos de cooperación y/o de oposición, juegos atléticos, juegos deportivos modificados, mini-deporte y deporte escolar, comprendiendo y acordando, recreando y modificando su estructura lógica - finalidad, reglas, estrategias, roles, funciones, espacios y tiempos, habilidades motrices y comunicación-. experiencia de integrarse con otros en juegos de cooperación y/o de oposición, juegos atléticos, juegos deportivos modificados, mini-deporte y deporte escolar, participando en encuentros y en su organización, con finalidad recreativa.
- La práctica y valoración de juegos colectivos, tradicionales, autóctonos y de otras culturas.
- La apreciación crítica de las prácticas atléticas, gimnásticas y deportivas.
- La experiencia de conocer objetos e instalaciones propias de las prácticas atléticas, gimnásticas y deportivas.
- La creación y apropiación de prácticas corporales y motrices expresivas, la construcción de códigos comunicacionales.

Tecnología.

Contenidos de 1er ciclo.

Los productos tecnológicos (bienes, procesos y servicios) del entorno inmediato y cotidiano del alumno, que dan respuesta a la demandas de: alimentación, vivienda, vestimenta, salud, confort, transporte, esparcimiento.

Contenidos de 2do ciclo.

Demanda y respuestas tecnológicas.

Tecnología de la información y la comunicación.

Plástica.

Líneas (observación superficial y representación).

Forma bidimensional de alimentos saludables.

Color.

Textura

Construcción (representaciones tridimensionales.

Música.

- Creación y ejecución de piezas instrumentales, enfocándose en la expresión corporal y rítmica.
- Integración del movimiento corporal como forma de expresión musical.
- Canciones: Uso de la canción como unidad didáctica para abordar ritmo, melodía, armonía, forma, poesía, historia y texto.
- Repertorio regional y latinoamericano: Selección de obras de compositores de la región para el desarrollo del repertorio de los ensambles.
- Elementos musicales: Estudio y práctica de patrones rítmicos básicos y complejos.

### **Producto final esperable:**

Feria de ciencia y tecnología, relacionada con el tema del proyecto integrado todas las áreas desarrolladas.

---

## **PLANIFICACIÓN**

### **Duración del proyecto:**

2026

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

Promoción de hábitos de vida saludable.

Creación de entornos físicos y social propicio en la mejora de la alimentación saludable.

Talleres y campañas de concientización sobre salud, promoción de actividades físicas.

## **RECURSOS**

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

KIT COCINA

KIT DEPORTIVO

TV

KIT ROBOTICA

KIT MUSICAL

## **Organizaciones aliadas:**

Centro de Salud. Universidad Nacional del Litoral. Vecinal.

---

## **FORMACIONES ESPECÍFICAS REQUERIDAS:**

Alimentación y cocina saludable, Arduino, programación de aplicaciones móviles y robótica, Ciudadanía digital, Convivencia

Escritura creativa y producción literaria, Estrategias de Comunicación, Estrategias lúdicas, Gestión cultural (actos escolares, eventos deportivos, comunitarios, juegos cooperativos), Herramientas digitales para el aula, Higiene y salud, Uso de Inteligencia Artificial

---

## **EVALUACIÓN**

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

Rubricas.

Portafolios de evidencias.

Listados de cotejos.

Instrumentos . Diario de aprendizajes.

Cuestionarios y encuestas.

Cuadernos de clase.

Grabaciones de audios y videos.

---

## **SOCIALIZACIÓN**

### **Del proyecto:**

A través de eventos, jornadas de convivencias, ferias saludables.

Utilizar diversos canales como redes sociales, medios de comunicación, radio, canal local. reuniones con las familias vecinos. Campañas con folletos.

### **De los resultados:**

Informes detallado con datos cuantitativos y cualitativos.

Eventos presenciales.

Participación, de las familias y niños.

Cambios de hábitos saludables.

---

## **IDENTIFICACIÓN**

### **Integrantes del proyecto:**

Ittig, Milena Docente Nivel inicial.  
Farias, Daniela docente Nivel Inicial  
Oviedo, Olga docente Nivel Inicial  
Gomez, Maria Laura docente Nivel Inicial  
Otto, Maria Isabel docente  
Echeverria, Maria del Mar docente  
Orzan, Daiana docente  
Fogar, Gabriela docente  
Morel, Griselda docente  
Amarilla, Nélide docente  
Araujo , Roberto docente  
Ramondegui, Maria Laura docente  
Marin, Ines docente  
Escobar, Florencia docente  
Zanel, Elba docente  
Romero, Mirta docente  
Pereson, Andrea docente  
Fernandez, Elvira docente  
Escobar, Jose docente  
Moschen, Milca docente  
Medina, Andrea docente  
Del Zotto, Adriana docente  
Gregoret, Erika docente  
Delgado Lorena docente  
Agonil Claudia docente tecnología.  
Orellano, Maria Itati docente tecnología  
Pivadori Aneley docente música  
Fernández, Natalia docente tecnología.  
Prado, Franco. docente de música.  
Segretin, Silvia docente de Ingles.  
Amarilla, Yamil docente de plástica.  
Cabrera, Erica docente de Ingles.  
Bruno, Selene docente de Ingles  
Alegre, Pablo plástica.  
gonzalez, Luciano docente Educación Física  
Olivo, Alejandra Educación Física  
Morzan, Ezequiel Educación Física  
Franzoy, Alicia vice directora  
Fernandez Daniel Vice director  
Petroli, Silvia Directora.

**Cantidad estimada de participantes:**

Docentes y directivos: 37

Estudiantes: 436

Apellido y Nombre del Referente de contacto: Petroli, Silvia.

Email del referente: [silvia.petro75@gmail.com](mailto:silvia.petro75@gmail.com)