

# Cuidarnos es vivir mejor

Category: Comunidad Saludable  
12 de marzo de 2026



## IDENTIFICACIÓN

Comunidad: **Saludable**

Título del proyecto: **CUIDARNOS ES VIVIR MEJOR**

Institución: **ESCUELA NRO 858 «MARIANO MORENO»**

**CUE: 8200593**

Nivel/Modalidad: **Primario/Común**

Localidad: **FORTIN OLMOS**

Región/Zona: **Región 2**

---

## INDAGACIÓN

### Tema /Subtemas:

Comunidad saludable. Higiene personal. Alimentación saludable. Promoción de la salud

### Pregunta impulsora:

¿Cómo podemos construir hábitos saludables en nuestra escuela y comunidad aprovechando los recursos disponibles y promoviendo el cuidado y reciclaje de lo que tenemos a nuestro alcance?

### Contexto:

La institución se encuentra ubicada en una zona rural, donde la comunidad educativa convive con ciertas limitaciones en el acceso a recursos y servicios. En este contexto, la escuela cumple un rol fundamental como espacio de aprendizaje, encuentro y promoción de hábitos saludables.

A partir de la observación cotidiana, se identifican algunas dificultades vinculadas a prácticas de higiene personal y a la incorporación de hábitos alimentarios saludables. Al mismo tiempo, la comunidad posee saberes valiosos relacionados con el aprovechamiento de los recursos naturales, como el cultivo de alimentos y el uso de productos de la huerta.

Frente a esta realidad, surge la necesidad de desarrollar un proyecto que permita fortalecer los hábitos de cuidado personal, promover una alimentación saludable y valorar el uso responsable de los recursos disponibles en el entorno. De esta manera, la propuesta busca integrar aprendizajes escolares con la vida cotidiana de los estudiantes, promoviendo prácticas saludables que puedan replicarse en sus hogares y en la comunidad.

### Objetivo general del proyecto:

Promover hábitos de cuidado personal y de alimentación saludable en los estudiantes mediante el aprovechamiento responsable de los recursos disponibles en la comunidad escolar.

---

## DISEÑO PEDAGÓGICO

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

Objetivos específicos

Reconocer y aplicar prácticas de higiene y cuidado personal.

Comprender la importancia de una alimentación saludable.

Valorar el uso responsable de los recursos disponibles en el entorno.  
Utilizar herramientas tecnológicas para documentar y difundir las experiencias del proyecto.

Ciencias Naturales Nutrición, higiene personal, prevención de enfermedades  
Lengua Producción de folletos, campañas escritas, recetas  
Matemática Medición de ingredientes, tiempo en rutinas, encuestas de hábitos  
Educación Artística (plástica) Carteles, afiches, modelado, historietas saludables  
Educación Física Juegos motor-activos, circuitos saludables, caminatas  
Tecnología Uso del celular/tablet para grabar videos, armar presentaciones, audio  
Música Creación de canciones con mensajes saludables, ritmo corporal

## **ÁREAS Y CONTENIDOS**

Cs naturales.Lengua.Matemática.Ed Artística..Tecnología.Música

### **Contenidos curriculares:**

Ciencias Naturales Nutrición, higiene personal, prevención de enfermedades  
Lengua Producción de folletos, campañas escritas, recetas  
Matemática Medición de ingredientes, tiempo en rutinas, encuestas de hábitos  
Educación Artística (plástica) Carteles, afiches, modelado, historietas saludables  
Educación Física Juegos motor-activos, circuitos saludables, caminatas  
Tecnología Uso del celular/tablet para grabar videos, armar presentaciones, audio  
Música Creación de canciones con mensajes saludables, ritmo corporal

### **Producto final esperable:**

Jornada final "Cuidarnos es Vivir Mejor": juegos activos, exposición de la huerta, muestra artística, degustación saludable y show musical. Esto va a incluir:  
Guía ilustrada de hábitos saludables elaborada por estudiantes.  
Videos breves grabados con celulares: "Así nos cuidamos en la escuela".  
Canción sobre la salud, escrita y cantada por los alumnos.

---

## **PLANIFICACIÓN**

### **Duración del proyecto:**

2026

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

Huerta escolar: siembra y recolección de vegetales, uso en comidas saludables.  
Juegos saludables y caminatas semanales organizadas por la profe de Educación Física.  
Producción de canciones y jingles saludables con ritmo corporal.  
Grabación de cápsulas de salud con celulares, editadas con herramientas simples.  
Diseño de afiches y recetas ilustradas, con exposición para la comunidad.

Jornada final con feria saludable: participación de estudiantes, familias y vecinos.

## **RECURSOS**

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

INTERNET

KIT BIBLIOTECA

KIT COCINA

KIT HUERTA

NETBOOK

### **Organizaciones aliadas:**

Centro de salud. Comunidades de vecinal. Comuna local. Biblioteca

---

## **FORMACIONES ESPECÍFICAS REQUERIDAS:**

Alfabetización digital, Diseño y producción de juegos didácticos

Estrategias de Comunicación, Higiene y salud, Huertas Escolares, Agricultura

Urbana e Hidroponia, Procesos productivos y comercialización de alimentos

---

## **EVALUACIÓN**

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

Participación activa en actividades (rúbricas, observación)

Registro de evolución de hábitos (bitácoras por grado)

Calidad y creatividad en los productos finales: videos, canciones, afiches

Encuestas de impacto a estudiantes y familias

---

## **SOCIALIZACIÓN**

### **Del proyecto:**

Videos breves grabados con celulares: “Así nos cuidamos»

Presentación del proyecto en actos escolares

Exposición en redes sociales y/o WhatsApp de las familias

Cartelería en la escuela y en espacios comunitarios (sala, almacén)

Jornada abierta a la comunidad: “Cuidarnos es Vivir Mejor”

### **De los resultados:**

Jornada abierta a la comunidad: “Cuidarnos es Vivir Mejor”

Entrega de la Guía de Hábitos Saludables  
Reproducción pública de los videos grabados por los alumnos  
Interpretación musical en vivo con la canción final del proyecto

---

**Integrantes del proyecto:**

Moreyra Dilma. Directora  
Figuera Dalma.Docente NI  
Troch Edhit.Docente Tecnología  
Gastón Angela.Docente música  
Bastia Luciana.Profe Ed física  
Ramos Veronica Asistente escolar

**Cantidad estimada de participantes:**

Docentes y directivos: 7  
Estudiantes: 15

Apellido y Nombre del Referente de contacto: Moreyra Dilma  
Email del referente: dilmamoreyra75@gmail.com