

# Cultivando conocimientos y valores alimenticios.

Category: Comunidad Saludable  
9 de marzo de 2025



## INDAGACIÓN

### Tema /Subtemas:

Salud. Huerta agroecológica. Alimentación saludable. Higiene, enfermedades y consecuencias.

### Pregunta impulsora:

¿Qué práctica podemos llevar a cabo en el C.E.R. para fomentar una alimentación saludable? ¿Por qué realizar una huerta agroecológica en nuestro C.E.R.?

### Contexto:

Se considera oportuno realizar este proyecto para fomentar la autoproducción de alimentos saludables y al mismo tiempo promover el trabajo en equipo aplicando técnicas para favorecer la colaboración y la ayuda mutua. Una huerta agroecológica buscará resolver problemáticas vinculadas con la seguridad alimentaria, la salud, la recreación y el ambiente. Se sabe que la producción propia de alimentos ha cobrado relevancia pública en el mundo y constituye un compromiso con nuestro bienestar y un futuro más equitativo. Es importante saber que al evitar el uso de agroquímicos esta actividad resulta sustentable y beneficiosa para el hábitat en general. Nuestra huerta se realizará en una parcela del establecimiento (siembra directa - trasplante).

### Objetivo general del proyecto:

Reconocer alimentos saludables para incorporarlos en los hábitos alimenticios progresivamente y reforzar los hábitos de higiene para el cuidado de la salud.

---

## DISEÑO PEDAGÓGICO

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

- Reconocer alimentos saludables para incorporarlos en los hábitos alimenticios.
- Asimilar los grupos de alimentos que componen la pirámide nutricional.

- Incorporar progresivamente hábitos de buena alimentación.
- Clasificar los distintos alimentos en saludables y no saludables.
- Conocer las transformaciones que sufren los alimentos.
- Trabajar sobre la prevención de enfermedades alimenticias e identificar sus síntomas.
- Reforzar los hábitos de higiene para la manipulación de alimentos y para el cuidado de la salud.

## **ÁREAS Y CONTENIDOS**

Matemática

Lengua

Ciencias Sociales

Ciencias Naturales

Educación Física

Educación Tecnológica

Formación Ética y Ciudadana

Educación Artística

### **Contenidos curriculares:**

- El análisis y el uso reflexivo de distintos procedimientos para estimar y calcular medidas.
- La confianza en sus posibilidades de expresión oral y escrita.
- La participación en diversas situaciones de escucha y producción oral (conversaciones, entrevistas, exposiciones, narraciones, descripciones, instrucciones).
- La reflexión sobre los propios procesos de aprendizaje vinculados con la comprensión y producción de textos orales y escritos.
- El desarrollo de una actitud responsable en la conservación del ambiente y del patrimonio cultural.
- La comprensión de distintas problemáticas sociohistóricas y la identificación de sus diversas causas y múltiples consecuencias, así como las motivaciones y perspectivas de distintos actores sociales que intervienen o intervinieron en los acontecimientos y procesos estudiados.
- La reflexión y el análisis crítico de la información producida y difundida por diversos medios de comunicación sobre las problemáticas de mayor impacto social.
- La experiencia de elaborar y participar en proyectos que estimulen y consoliden la convivencia democrática y la solidaridad.
- La interpretación y la resolución de problemas significativos a partir de saberes y habilidades del campo de la ciencia escolar para contribuir al logro de una progresiva autonomía en el plano personal y social.
- La elaboración de conclusiones a partir de las observaciones realizadas, la información disponible, datos experimentales, debates y confrontación de ideas en clase dando las razones que permiten sostenerlas; la reflexión sobre lo

producido y las estrategias que se emplearon.

- El uso adecuado de instrumentos y de aparatos sencillos siguiendo las instrucciones del maestro y atendiendo a las normas de seguridad.
- La organización, diseño y realización de proyectos en ambientes naturales y otros que favorezcan experiencias corporales y ludo-motrices, la interacción respetuosa con los mismos, la toma de conciencia crítica acerca de su problemática y la vida comunitaria.
- El desarrollo de experiencias prácticas con herramientas, materiales, máquinas y procesos, que posibiliten tomar conciencia de los resultados de su propio accionar, teniendo en cuenta criterios de uso y seguridad, en relación con los medios técnicos empleados.
- La relación crítica de los contenidos del área con las representaciones y experiencias propios de sus comunidades de pertenencia.
- El tránsito por procesos de exploración y creación que permitan representar emociones, sentimientos, ideas y experiencias personales y/o colectivas.

### **Producto final esperable:**

Conocimiento sobre la huerta agroecológica para llevarla a sus hogares, y cuidados en la higiene alimenticia para la prevención de futuras enfermedades... ¿Soy consciente de los alimentos que ingiero a diario? ¿Conozco la procedencia de los mismos? ¿Practico hábitos que favorecen la higiene de los alimentos? ¿Y personal?...

---

## **PLANIFICACIÓN**

### **Duración del proyecto:**

2025

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

- Huerta.
- Recibir visitas profesionales (nutricionista, CeDA – Centro de Desarrollo Agroalimentario, INTA, entre otros).
- Taller de cocina y recetario (comidas saludables, sustentables y tradicionales).

## **RECURSOS**

### **Disponibles en la institución:**

Regadera, pala, sapin, rastrillo, utensilios de cocina, horno, entre otros.

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

Insumos alimenticios, renovación de herramientas varias para la huerta

(manguera, tutores, espantapájaros, macetas, entre otros).

### **Organizaciones aliadas:**

El C.E.R. se relaciona con el CeDA (Centro de Desarrollo Agroalimentario), lo que permite dar comunicados de importancia al grupo familiar del establecimiento como medidas de prevención, alertas alimentarias, sugerencias y recordatorios.

---

### **FORMACIONES ESPECÍFICAS REQUERIDAS:**

Charla para perfeccionamiento al docente con representantes del INTA, nutricionista o representantes del CeDA Gálvez.

---

### **EVALUACIÓN**

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

- Convivencia: interacción y comunicación (familias, padres y comunidad).
  - Articulación: trabajo inter-nivel.
  - Creatividad: capacidad del individuo para producir, generar ideas novedosas al imaginar.
  - Observación directa.
- 

### **SOCIALIZACIÓN**

#### **Del proyecto:**

Láminas, esquemas, huerta, comidas, maquetas, gráficos, plato nutricional, etc.

#### **De los resultados:**

Registro fotográfico, folletos, videos, recetarios, dramatización, etc.

---

## **IDENTIFICACIÓN**

### **Integrantes del proyecto:**

Boschi, Daniela

Odetto, Flavia

Dellavía, Gabriela

Taberna, Ailén

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

Docentes y directivos: 4

Estudiantes: 8

Apellido y Nombre del Referente de contacto: Flavia Odetto

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