

# Escuelas rurales saludables en movimiento

Category: Comunidad Saludable  
29 de enero de 2025



## IDENTIFICACIÓN

Comunidad: **Saludable**

**Título del proyecto: Escuelas rurales saludables en movimiento**

Institución: **C.E.R. NRO 626**

CUE: **8202270**

Nivel/Modalidad: **Primario/Educación Rural**

Localidad: **CERES**

Regional: **9**

---

## INDAGACIÓN

**Tema /Subtemas:**

Movimiento, descanso y salud emocional

**Pregunta impulsora:**

¿Cómo podemos atreves del movimiento influir en el descanso y gestión de emociones en los niños?

## **Contexto:**

Los alumnos de las escuelas rurales no tienen acceso a las horas curriculares de Educación Física y pocas posibilidades de practicar deportes, danza, patín, etc., en las instituciones urbanas, por las distancias y ocupaciones de los padres. Por eso este proyecto tiene como propósito que los alumnos tomen conciencia del cuidado de su cuerpo relacionado con la alimentación saludable, actividad física (movimiento), cumplir con las horas de descanso y de este modo, gestionar las emociones positivamente.

## **Objetivo general del proyecto:**

Fomentar la conciencia del autocuidado en los alumnos a través de los hábitos saludables

---

## **DISEÑO PEDAGÓGICO**

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

Gestionar las emociones.

Valorar la actividad física como pilar fundamental del cuidado del cuerpo.

Incorporar conocimientos sobre la importancia de una alimentación saludable y un descanso adecuado.

### **ÁREAS Y CONTENIDOS**

Ciencias Naturales

Ciencias Sociales

Música

Lengua

Formación Ética y ciudadana

Matemática

Plástica

### **Contenidos curriculares:**

Seres vivos: diversidad, unidad, interrelaciones y cambios: La función de nutrición, etapas de la vida humana, cuidado del cuerpo, sistema de defensas del organismo y la prevención de enfermedades.

Ciencias Sociales: Las sociedades y los espacios geográficos; comprender las relaciones entre áreas rurales y urbanas; los circuitos productivos.

Las características de los espacios rurales y urbanos.

Nuestros antepasados; formas de vida.

Ritmo: percusión corporal.

Interpretación, dramatización de obras.

Textos instructivos: la receta.  
Textos expositivos: la nota de enciclopedia.  
Textos argumentativos: la propaganda.  
Textos informativos: El folleto.  
Textos literarios: La historieta.

La persona, los valores y la sociedad.  
Voluntad y libertad, la autonomía y la responsabilidad en el cuidado del cuerpo.

Ubicación en el plano.  
Medidas de capacidad, longitud, distancia.

Esquema corporal. Líneas y puntos.  
Color y texturas.

### **Producto final esperable:**

Jornadas de juegos y merienda saludable.  
Jornadas con las familias, con producción de recetas saludables.  
Espacios de diálogo e intercambio con los alumnos, docentes y profesionales invitados.

---

## **PLANIFICACIÓN**

### **Duración del proyecto:**

2025

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

Investigación sobre el funcionamiento de los sistemas del cuerpo humano.  
Talleres de cocina casera, incorporando mayor cantidad de vegetales, huevos y producción local, incluyendo a las familias.  
Diseño y puesta en práctica de la huerta agroecológica en la escuela, fomentando réplicas en el hogar de los alumnos.  
Puesta en práctica de juegos al aire libre y actividades que ayuden a liberar tensiones y nos relajen a la hora de dormir.  
Charlas/ talleres con médicos y nutricionistas.  
Asesoramiento y talleres con el Lic. en Producción Social de la AER INTA Ceres.

## **RECURSOS**

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

Proyector, computadoras, aula, espacio verde amplio, algunos elementos para Educ. Física.

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

Balanza de cocina, cucharas medidoras, moldes, jarra medidora, batidora, televisor, semillas agroecológicas, colchonetas para Educ. Física, parlante, sogas.

## **Organizaciones aliadas:**

INTA, CEF N.º 40, Hospital Regional Ceres

---

## **FORMACIONES ESPECÍFICAS REQUERIDAS:**

Capacitaciones huerta agroecológica en Agencia de Extensión Rural INTA Ceres.

Capacitación con nutricionistas, con profesores de Educación Física.

Cocina saludable.

Con psicólogos sobre gestión saludable de las emociones.

---

## **EVALUACIÓN**

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

Comprender que los sistemas del cuerpo humano tienen estrecha relación entre sí.

Interpretar que si una parte del sistema no funciona nos enfermamos.

Reconocer la importancia del movimiento y la actividad física para estar saludables.

Reconocer la importancia del sueño en nuestro sistema.

Organizar la actividad diaria con su familia y establecer horarios fijos para reforzar el ciclo vital.

Reducir el uso de pantallas y la luz azul de los dispositivos electrónicos ya que alteran el ritmo circadiano (reloj biológico).

Explorar formas saludables de gestionar las emociones mediante la circulación de la palabra, juegos, dibujos, etc.

Instrumentos

Observación directa

Análisis de producciones de los estudiantes

Rúbricas de coevaluación

---

## **SOCIALIZACIÓN**

**Del proyecto:**

A través de redes sociales, con videos, con spots, flayer, creados por los alumnos.

**De los resultados:**

Video institucional.

---

**Integrantes del proyecto:**

Bruno, Claudia Gabriela Docente nivel primario

Meshler, José María Docente Música

Giraudó, Marcela Docente Plástica

**Cantidad estimada de participantes:**

Docentes y directivos: 5

Estudiantes: 12

Apellido y Nombre del Referente de contacto: Bruno, Claudia Gabriela

Email del referente: claugbruno@gmail.com