

Hábitos saludables

Category: Comunidad Saludable

22 de enero de 2026



IDENTIFICACIÓN

Comunidad: **Saludable**

Título del proyecto: **Hábitos saludables**

Institución: **ESCUELA NRO 6070 «FRAY BERNARDO ARANA»**

CUE: 8200577

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

Localidad: **SAN MARTIN NORTE**

Región/Zona: **Región 4**

INDAGACIÓN

Tema /Subtemas:

Hábitos Saludables /Huerta escolar

Pregunta impulsora:

¿De qué manera podemos promover en la Escuela 6070 mejoras en los hábitos saludables y el bienestar de la comunidad educativa?

Contexto:

La Escuela Nº 6070 “Fray Bernardo Arana” se encuentra ubicada al oeste del centro urbano más cercano (la localidad de Gobernador Crespo), a la que se accede por la Ruta Nacional Nº 11 y su intersección con la Ruta Provincial Nº 39, a 15 km de distancia. El establecimiento, situado en el Departamento San Justo de la Provincia de Santa Fe, cuenta con una matrícula de 150 estudiantes que asisten a Jornada Completa, incluyendo el Nivel Inicial dentro del mismo edificio. Esta localización rural y la dinámica propia de la comunidad escolar configuran un entorno donde la escuela cumple un rol central no solo en lo pedagógico, sino también en la promoción de hábitos vinculados al bienestar integral.

En este contexto y a partir de encuestas, instancia de diálogos con los estudiantes y el abordaje de saberes interdisciplinarios en los distintos espacios pedagógicos, se ha identificado en la comunidad educativa que muchos alumnos suelen concurrir a la escuela sin desayunar o con colaciones de bajo valor nutritivo. A su vez, se advierte una limitada valoración de la alimentación como factor clave para el aprendizaje, el rendimiento físico y la convivencia escolar. El impacto directo en los hábitos de consumo inicial pudo ser constatado al abordar contenidos y propuestas pedagógicas en las aulas donde se concluyó que eran selectivos, primaba el consumo de productos ultraprocesados, la comida rápida suele ser una opción familiar y de fácil acceso económico, no así, la ingesta de alimentos nutritivos por cuestiones particulares y económicas en algunos casos.

Esta realidad refleja un desafío educativo y social que nos invita a pensar en cómo acompañar a los estudiantes en la construcción de hábitos saludables que integren la alimentación, la actividad física y el bienestar emocional.

Desde este posicionamiento se propone un abordaje que involucre distintos espacios de aprendizaje, articulando de esta manera saberes que favorezcan la comprensión del impacto de nuestras decisiones cotidianas y generar propuestas concretas que promuevan una vida equilibrada y sostenible.

La institución se plantea, por lo tanto, el desafío educativo y social antes mencionado como un emergente que permita alcanzar el propósito de trabajar mancomunadamente para lograr que nuestros estudiantes se transformen no solo en agentes multiplicadores sino también, en protagonistas activos.

Se piensa y se hace Comunidad Saludable desde la mirada respetuosa, la singularidad de cada estudiante y el cobijo institucional desde una propuesta integral que permita construir herramientas para la superación personal por medio de la cultura del cooperativismo y el esfuerzo conjunto para lograr objetivos colectivos e individuales. Resignificando los proyectos que se dictan en los talleres de acuerdo a los ejes Higiene y Prevención, Alimentación Saludable y Nutrición, Salud mental y bienestar psicológico.

Objetivo general del proyecto:

Fomentar prácticas saludables, habilidades sociales y emocionales que sean útiles para el desarrollo y el ejercicio de hábitos respetuosos, reflexivos y activos en

proyección a la comunidad local.

DISEÑO PEDAGÓGICO

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

Fomentar el desarrollo integral de los estudiantes a través del teatro, promoviendo la creatividad, la expresión emocional y social, y la conciencia cultural, mientras se sensibiliza a la comunidad sobre temas relevantes.

Fomentar valores de participación, cooperación, solidaridad, respeto, justicia y equidad.

Lograr un incremento del interés social por el mantenimiento, cuidado y mejora de las condiciones de salud e higiene en la elaboración de recetas sencillas.

Promover el desarrollo motriz y grafomotor mediante actividades lúdicas y expresivas, integrando la conciencia sobre la importancia del movimiento para la salud y el bienestar.

Fomentar el contacto con la naturaleza a través de la construcción, el cuidado y la producción de la huerta, hierbas aromáticas y vivero

ÁREAS Y CONTENIDOS

Ciencias Naturales, Ciencias Sociales, Formación ética y Ciudadana, Lengua, Educación Tecnológica

Contenidos curriculares:

Ciencias Naturales: Alimentación y nutrición, cuidado del cuerpo y la higiene personal, sistema digestivo y su funcionamiento, actividad física y su impacto en el cuerpo, sistema inmunológico y prevención de enfermedades, salud mental y emocional, relación con el medio ambiente.

Ciencias Sociales: Condiciones naturales y sus modos de aprovechamiento, recursos y actividades económicas locales, bienestar social y salud comunitaria, impacto de los medios y la red social (los medios y las redes sociales pueden influir en las percepciones de salud y conducta de las personas), cultura y salud.

Formación Ética y Ciudadana: Diálogo y resolución de conflictos.

Matemática: Uso de números naturales, operaciones básicas, probabilidades y estadísticas, interpretación de gráficos, análisis de datos, medidas de peso, capacidad y longitud.

Lengua: Conversación, entrevistas, lectura y comprensión, folletos, textos instructivos y participación en discusiones, escritura.

Educación Tecnológica: Reconocimiento de procesos tecnológicos y tareas manuales.

Producto final esperable:

Una huerta comunitaria para desarrollar una conciencia sobre hábitos saludables integrales, individuales y colectivos.

PLANIFICACIÓN

Duración del proyecto:

2026

Acciones a llevar a cabo:

Huerta: cosecha, consumo y venta de excedentes.

Talleres de emoción, nutrición, higiene, de cooperativa escolar.

Jornadas de Recreación y esparcimiento.

RECURSOS

Necesarios para llevar adelante el proyecto:

KIT HUERTA

KIT COCINA

KIT RIEGO

KIT MUSICAL

Organizaciones aliadas:

Alianza con escuela de la Familia Agrícola, Comuna.

Nos interesaría alianza con profesionales de salud, Clubes.

FORMACIONES ESPECÍFICAS REQUERIDAS:

Alimentación y cocina saludable, Cooperativismo, mutualismo y emprendimientos, Diseño de espacios recreativos , Diseño y producción de juegos didácticos Flora nativa, aromática y medicinal, Higiene y salud, Huertas Escolares, Agricultura Urbana e Hidroponía, Salud mental, Seguridad e Higiene en el ámbito laboral

EVALUACIÓN

Criterios e instrumentos de evaluación:

Criterios de evaluación:

Motivación y participación de los estudiantes en actividades de descubrimiento y

experimentación.

Aportes creativos en el desarrollo de habilidades de trabajo en equipo y colaboración.

Análisis de los procesos de situaciones concretas desde una perspectiva valorativa reconociendo posibles instancias de superación.

Instrumentos de evaluación:

Coevaluación y autoevaluación en roles y producciones, garantizado la circulación de la palabra.

Rúbrica: monitoreo de avances, retrocesos y ajustes en las tareas.

Registro del proceso: fotos, videos, afiches, QR....

Encuestas: digitales (formulario en línea), formato papel.

SOCIALIZACIÓN

Del proyecto:

Presentación del proyecto a la comunidad educativa.

Utilización de medios presenciales y virtuales: charlas, panfletos, videos, y publicaciones en redes sociales.

De los resultados:

Consumo de verduras y hortalizas cosechadas para el comedor escolar.

Comercialización de excedentes a las familias de los estudiantes y otros particulares interesados.

Comercialización de plantines y excedente de abono.

Fomento de la huerta familiar como herramienta educativa y motivacional, inspirando a todos a adoptar hábitos de alimentación saludable.

Integrantes del proyecto:

Mendoza, Sonia Directora

Figueroa, Gisela Docente de sala

Graciela, Chauderon Docente de sala

Rodríguez, Rosalía Docente de sala

Debona, María Florencia Docente de grado.

Morales, Rocío Docente de grado

Leguiza, Beatriz Docente de grado

Roa, Yanina Docente de grado

Catania, Andrea Docente de grado

Pucheta, Brenda Docente de grado

Bugnon, Carina Docente de grado

Peralta, Virginia Profesora de Inglés
Gaitan, Susana Docente de Tecnología de 1° a 6°
Peralta, Yanina Docente de Tecnología de 7°.

Cantidad estimada de participantes:

Docentes y directivos: 14

Estudiantes: 150

Apellido y Nombre del Referente de contacto: María Florencia Debona

Email del referente: flordebona2@gmail.com