Hábitos saludables desde la escuela

Category: Comunidad Saludable
13 de enero de 2025

INDAGACIÓN

Tema /Subtemas:

Falta de hábitos saludables

Pregunta impulsora:

¿Cómo ampliar/crear desde la escuela hábitos saludables en nuestro alumnado?

Contexto:

Los tradicionales estilos de vida y alimentación en las localidades rurales se han visto transformados por la influencia de la vida urbana. Actualmente, es menos común que las familias dispongan de una huerta en casa que les proporcione vegetales frescos para su consumo diario, lo que dificulta el acceso a una alimentación saludable que nutra adecuadamente a los niños.

Objetivo general del proyecto:

Promover el desarrollo de habilidades que permitan crear y potenciar hábitos saludables en los estudiantes de la Escuela N°1022.

DISEÑO PEDAGÓGICO

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

Cooperación
Comunicación
Autonomía y pensamiento crítico
Desarrollo emocional
Educación sobre la salud

ÁREAS Y CONTENIDOS

Lengua
Ciencias naturales y sociales
Artística
Educación física
Formación ética y ciudadana
ESI

Contenidos curriculares:

Lengua:
La valoración de las posibilidades de la lengua oral y escrita para expresar y compartir ideas, puntos de vista propios,
conocimientos, sentimientos, emociones.
El respeto y el interés por las producciones orales y escritas de otros.
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), empleando los conocimientos lingüísticos aprendidos en cada año del ciclo y en el ciclo anterior.
La reflexión sobre los propios procesos de aprendizaje vinculados con la comprensión y producción de textos orales
y escritos.

Ciencias Sociales:
Transformación de la naturaleza: mediante la actividad productiva del hombre.
Circuitos productivos: Huerta y materias primas.
Producción y servicios.

Ciencias Naturales:
Diferencias entre materiales naturales de materiales manufacturados o artificiales.
Propiedades de los materiales en relación con sus usos: actividades experimentales.

Artística:

Colores primarios y secundarios mezclas
Arte: elaboración de carteleras y decoraciones.

Educación Física:
Promover con la comunidad en general el uso de la información relacionada con las actividades recreo-deportes
Brindar información sobre los temas de conciencia y las prácticas de deportes.
Facilitar el proceso comunicativo sobre el buen uso del tiempo libre.

Formación ética y ciudadana:
El reconocimiento, reflexión y revisión de las propias ideas y prejuicios a partir del diálogo y confrontación con otras, con especial atención a los casos de discriminación y estigmatización presentes en experiencias escolares y extraescolares.
La construcción de proyectos cooperativos y solidarios, de alcance grupal, institucional y/o comunitario.

Producto final esperable:

– Producción de conservas saludables.
– Creación de actividades recreo/deportivas que puedan replicar los jóvenes en horario
extraescolar.
– Replicar huerta escolar en gran porcentaje de los hogares de los alumnos.

PLANIFICACIÓN

Duración del proyecto:

2024, 2025

Acciones a llevar a cabo:

ACCIÓN 1
Charlas Educativas: Invitar a nutricionistas o expertos en salud para que impartan charlas sobre la importancia de la alimentación saludable, la lectura de etiquetas, y la planificación de comidas.
ACCIÓN 2
Promoción de Actividades Físicas: Organizar eventos que integren la alimentación saludable con la actividad física, como caminatas saludables o días de deporte y nutrición.
ACCIÓN 3
Talleres de Cocina Saludable: Organizar talleres prácticos donde las personas puedan aprender a preparar comidas saludables y equilibradas, fomentando el

uso de ingredientes frescos y locales.

RECURSOS

Disponibles en la institución:

Biblioteca áulica.
Impresora y computadoras escolares.
Materiales diversos para desarrollar juegos (cartulinas, tijeras, fibras, etc).
Espacios físicos para la realización de las actividades.
Materiales deportivos y de Educación Física.

Necesarios para llevar adelante el proyecto:

Más herramientas.
Capacitaciones nutricionales.

Organizaciones aliadas:

No tenemos. Pero nos gustaría hacer alianza con alguna empresa que desarrolle cultivo de alimentos saludables o nos pueda ayudar en la colaboración de lo que se requiere para hacer una huerta. Como así también charlas esporádicas con profesionales de la salud que enseñen y motiven a nuestros estudiantes desde su profesión.

FORMACIONES ESPECÍFICAS REQUERIDAS:

Formación en salud y nutrición de niños, jóvenes y adolescentes.

EVALUACIÓN

Criterios e instrumentos de evaluación:

Respuesta positiva a las actividades propuestas por los docentes.
Porcentajes de huertas creadas en los hogares.
Mantenimiento de la huerta escolar.
Creación de al menos 2 juegos/actividades recreo/deportivos para realizar dentro y fuera de la escuela con la autonomía de los estudiantes.
Socialización de todo lo realizado con las familias de los estudiantes.

SOCIALIZACIÓN

Del proyecto:

Reuniones de padres para dar a conocer el proyecto.

De los resultados:

Jornada recreativa institucional con muestras de lo realizado al momento.
Divulgación de experiencias en grupos de padres y redes sociales.

IDENTIFICACIÓN

Integrantes del proyecto:

Ibañez, Brian Yoel
Maumary, Mirna Laura
Giraudo, Gisela
Galoppo, Betiana Soledad

Cantidad estimada de participantes:

Docentes y directivos: 4
Estudiantes: 22

Apellido y Nombre del Referente de contacto: Ibañez Brian Yoel
Email del referente: brian1994ibanez@gmail.com