

Hacia una alimentación saludable

Category: Comunidad Saludable

13 de febrero de 2025



IDENTIFICACIÓN

Comunidad: **Saludable**

Título del proyecto: «**Hacia una alimentación saludable**»

Institución: **Escuela N° 240 «JUAN BAUTISTA ALBERDI»**

CUE: **8201405**

Nivel/Modalidad: **Primario/Común**

Localidad: **LUCIO V LOPEZ**

Regional: **5**

INDAGACIÓN

Tema /Subtemas:

Alimentación saludable y Nutrición .

Subtema: Nutrición en la etapa de la Primaria

Pregunta impulsora:

¿Cómo desde la escuela podemos contribuir a una alimentación saludable?

Contexto:

La alimentación es un tema fundamental a lo largo de la vida de las personas y especialmente en la infancia.

Según el Diseño Curricular para la Educación Primaria la escuela como institución que promueve lo saludable tiene una doble función: debe velar por el cuidado de sus miembros y por la enseñanza de conductas preventivas.

En el primario, la promoción y el mantenimiento de la salud de los niños es una responsabilidad que los docentes comparten con las familias. En consecuencia, es esencial que la escuela asuma, dentro de sus posibilidades, compromisos respecto del control sanitario de su población, de su alimentación, de los hábitos en los que quiere formar y de las condiciones que garanticen el desarrollo

adecuado de las actividades en un marco de seguridad e higiene.

Una de las metas de aprendizaje para los alumnos que egresan de dicho nivel es “ Practicar hábitos de higiene y adquirir actitudes relacionadas con el cuidado de la salud” Es necesario enseñar a los niños a reconocer cuáles son los alimentos buenos para la salud, de modo que adquieran progresivamente nuevos hábitos nutricionales e incorporen nuevos sabores y consistencias evitando que tengan problemas relacionados con la alimentación tan comunes hoy días como por ejemplo, las caries por el abuso de golosinas o la obesidad por el consumo de grasas y alimentos ricos en colesterol.

Objetivo general del proyecto:

Promover e integrar hábitos de alimentación saludable en la comunidad escolar

DISEÑO PEDAGÓGICO

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

Clasificar los alimentos según su origen y su función.

Reconocer alimentos sanos

Afianzar normas de higiene

Reconocer hábitos saludables

ÁREAS Y CONTENIDOS

Matemática, Ciencias Naturales, Tecnología, Plástica, Inglés, Educación Física

Contenidos curriculares:

Matemática:

Medidas de longitud, peso-masa

Interpretación de información.

Cuadro Estadístico

Ciencias Naturales.

La nutrición en nuestro cuerpo

Los alimentos. Clasificación

Sistema digestivo

Normas de higiene y prevención

Tecnología:

Uso de las netbooks

Clasificación de alimentos.

Proceso de alguno de ellos.

Plástica:

Los colores de los alimentos. Características

Inglés:

Traducción de alimentos en el idioma inglés.

Educación Física:

Movimiento, fuerza.

Cambios corporales. Importancia de una buena alimentación para un buen rendimiento.

Producto final esperable:

Muestra interactiva «Hacia una vida saludable» en diferentes stand.

Charlas para la concientización de una buena alimentación.

Elaboración de recetas realizadas con sus familiares.

PLANIFICACIÓN

Duración del proyecto:

2025

Acciones a llevar a cabo:

Visita al SAMCO local para trabajar con el calendario escolar, medición de peso y talla comparando con la edad cronológica.

Charla con una nutricionista de la localidad.

Elaborar recetas saludables a través de un taller de cocina

RECURSOS

Disponibles en la institución:

Materiales: afiches, hojas, cartulinas, fibrones, témperas, etc..

Tecnológicos: netbooks, internet, Tablets

Edilicios: cocina, salón de clases, patio escolar.

Necesarios para llevar adelante el proyecto:

Materiales: cartones, cartulinas, fibrones

Tecnológicos: mayor cantidad de netbooks, mejor conectividad

Organizaciones aliadas:

SAMCO local

Alianza con profesionales de la Universidad relacionados con la Nutrición.

FORMACIONES ESPECÍFICAS REQUERIDAS:

Charlas sobre nutrición infantil, alimentación saludable para adolescentes

EVALUACIÓN

Criterios e instrumentos de evaluación:

Criterios que tendrán en cuenta para evaluar el “éxito” del proyecto:

Participación del grupo de alumnos

Adecuación del contenido de acuerdo al agrupamiento establecido

Distribución y uso de los espacios

Organización del Tiempo

Escala de Ponderación: Satisfactorio- Muy Satisfactorio

Métodos de evaluación:

Observación directa

Autoevaluación

Lista de cotejo

Rúbrica de evaluación

SOCIALIZACIÓN

Del proyecto:

A través de afiches, folletos distribuidos en la localidad

Recetarios realizados con ayuda de sus familiares.

De los resultados:

Muestra interactiva «Hacia una vida saludable» en diferentes stand para luego compartir y hacer una puesta en común con las familias.

Integrantes del proyecto:

Davi, Elizabeth Docente

Pacini, Emiliana Docente

Pereyra, Silvia Docente tecnología

Calderale, Daiana Docente tecnología

Abraham, Yamile Docente

Gignone, Carina Docente
Loza, Pamela Docente nivel inicial
Maccari, Mario Prof. educación física
Korol, Sofía Prof. plástica
Carreras, Lucía Prof. inglés

Cantidad estimada de participantes:

Docentes y directivos: 10
Estudiantes: 72

Apellido y Nombre del Referente de contacto: Carina Gignone
Email del referente: carinagignone1@gmail.com