

Muévete a tu manera

Category: Comunidad Saludable

30 de enero de 2025



IDENTIFICACIÓN

Comunidad: **Saludable**

Título del proyecto: **Muévete a tu manera**

Institución: **ORO BLANCO - NUCLEADO**

CUE: **8202335**

Nivel/Modalidad: **Inicial/Común**

Localidad: **TOTORAS**

Regional: **5**

INDAGACIÓN

Tema /Subtemas:

Alimentación saludable-Higiene y prevención de enfermedades-Movimiento y descanso.

Pregunta impulsora:

¿Cómo podemos contribuir a que nuestro cuerpo esté saludable?

Contexto:

En la comunidad educativa, se han identificado diversas problemáticas relacionadas con los hábitos de alimentación y los estilos de vida de los niños/as, que están afectando su bienestar físico y emocional, así como su desempeño diario. Entre las principales dificultades observadas, se encuentran el bajo rendimiento físico en las clases de educación física, manifestado en fatiga, desinterés y falta de movilidad, junto con casos de obesidad infantil. También se evidenció que algunos estudiantes asisten al jardín sin haber desayunado o almorzado debido a rutinas poco organizadas, y su alimentación cotidiana está compuesta mayormente por alimentos ultra procesados y de bajo valor nutricional. Estas conductas se agravan por la alta exposición a pantallas, lo que limita su tiempo para el juego activo y los hábitos saludables.

Este proyecto surge como una respuesta a esta realidad, buscando promover cambios positivos en los hábitos de vida de los niños/as y sus familias mediante acciones transversales que integren alimentación saludable, actividad física y conciencia del cuidado integral del cuerpo. Inspirados en una concepción dinámica e integral de la niñez, proponemos abordar esta problemática desde un enfoque lúdico y educativo que invite tanto a reflexionar como a actuar, fortaleciendo valores y comportamientos que favorezcan el desarrollo de una cultura de salud en la comunidad educativa.

Objetivo general del proyecto:

Desarrollar estrategias de enseñanza y aprendizaje transformadoras y promotoras de estilos de vida saludables.

DISEÑO PEDAGÓGICO

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

Desarrollar hábitos saludables al momento de compartir el desayuno y/o merienda con otros.

Vivenciar y disfrutar de las prácticas corporales, motrices, ludomotrices y expresivas que posibiliten, desde un abordaje integral, la construcción de la corporeidad, la corporalidad y la motricidad como dimensiones humanas.

Poner en práctica hábitos y rutinas saludables.

Actuar en equipo en busca de metas comunes.

Compartir tiempo y experiencias estético- expresivas que estimulen la salud física y mental.

El proyecto busca desarrollar las siguientes capacidades y aprendizajes

Alimentación sana: priorizar alimentos nutritivos y reales, aquellos que nutren y fortalecen el cuerpo. Alimentación equilibrada.

Seguridad alimentaria. Prácticas de higiene y manipulación de alimentos.

Consumo consciente: hábitos alimentarios, tomar el tiempo para elegir alimentos, prepararlos, compartirlos. Ley de Etiquetado frontal

Emprendimientos de producción de alimentos. Talleres de cocina

Campañas de educación, promoción y prevención de enfermedades.

Juego y movimiento: Conocer, cuidar y dominar el propio cuerpo permite el desarrollo de las habilidades motoras, crear, imaginar, jugar y aprender a la vez.

ÁREAS Y CONTENIDOS

Ejes de experiencias: Indagación y conocimiento del ambiente, lenguajes expresivos (artes visuales, expresión corporal, prácticas del lenguaje , educación física y musical.

Ejes transversales: lúdico, E.S.I

Contenidos curriculares:

Experiencias de las prácticas Sociales de Lectura y Escritura:

Comprensión de consignas, desarrollo del lenguaje oral, expresión a través del juego.

Comprensión de la historia narrada.

Descripción de hábitos saludables.

Construcción de oraciones simples para relatar.

Participación activa en la escucha y en la interacción verbal con los compañeros.

Producción de palabras, frases e ilustraciones

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 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.

Literatura infantil

Formación personal y social: Interacción y convivencia, trabajo colaborativo, cuidado de sí mismo y de los otros.

Experiencias del ambiente: El cuerpo humano, alimentación y salud.

Hábitos de higiene personal (lavado de manos, cuidado del cuerpo).

Prevención de enfermedades y accidentes

Clasificación de alimentos saludables y no saludables.

Beneficios del deporte y la actividad física.

Conocimiento del cuerpo humano.

Desarrollo de la motricidad fina y gruesa.

Trabajo colaborativo en actividades físicas.

Formación ética y ciudadana

Educación vial

Normas de seguridad vial

Educación para la salud

El tránsito por procesos de exploración y creación que permitan representar emociones, sentimientos, ideas y experiencias personales y/o colectivas.

Educación artística

La participación en propuestas de producción y análisis que favorezcan la implicación subjetiva y el aprendizaje progresivo en el uso de materiales, soportes, técnicas, recursos y procedimientos propios de los diferentes lenguajes que constituyen el área. (Música, Artes Visuales, Teatro y Danza).

Eje: Prácticas corporales y ludomotrices referidas al conocimiento, expresión, dominio y cuidado del cuerpo

Conocimiento y dominio del propio cuerpo

Conocer, cuidar y dominar el propio cuerpo permite el desarrollo de las habilidades motoras: locomotivas (traslación del propio cuerpo en diferentes formas: arrastre, gateo, cuadrupedia, bipedestación), no locomotivas (manejo y dominio del cuerpo en el espacio, pero sin locomoción), coordinativas (coordinación óculo manual y óculo podal: manipulación de objetos con manos y pies), y sociales, que propician una mayor percepción del entorno que rodea a niñas y niños.

A continuación, se explicitan los siguientes contenidos para su abordaje:

La exploración de movimientos corporales globales (caminar, correr, saltar, entre otros) y de algunos segmentos corporales de manera independiente (brazos, piernas, entre otros).

El reconocimiento de los lados del cuerpo. Aproximación al predominio lateral.

El descubrimiento y el reconocimiento del ritmo propio e iniciación del ajuste a ritmos simples externos.

La exploración de sensaciones interoceptivas (lo que ocurre a nivel de los órganos internos y a nivel muscular) y sensaciones exteroceptivas (lo que recibe del exterior) utilizando los sentidos: auditivo, táctil, olfativo, visual y gustativo.

La diferenciación del ritmo cardíaco manifiesto en situaciones de reposo y en actividad.

El registro de sensaciones y percepciones que se obtienen desde diferentes posturas y posiciones del cuerpo (parado, sentado, acostado, agrupado, extendido) y desde diversos movimientos (caer, arrojarse, flexionar, girar, entre otros).

La exploración del espacio correspondiente al cuerpo situado en situaciones de proximidad y distancia en relación a sí mismo.

La percepción e identificación de las diferencias de velocidad: rápido-lento.

El reconocimiento de secuencias de movimiento: antes, después, al mismo tiempo.

Juegos individuales, grupales, de relevo, tradicionales, de persecución.

Formas y modos de jugar. Reglas

Matemática

Espacio, Tiempo, Cardinalidad, Número

E.S.I

El reconocimiento y expresión de los sentimientos, emociones, afectos y necesidades propios y el reconocimiento y respeto por los sentimientos, emociones y necesidades de los otros y las otras.

El desarrollo de capacidades para tomar decisiones sobre las propias acciones en forma cada vez más autónoma fortaleciendo su autoestima

El conocimiento y la apropiación de pautas que generen cuidado y protección, vínculo afectivo y de confianza con el propio cuerpo como estrategia para

prevenir posibles abusos, y que además permitan identificar y comunicar a personas adultas de confianza estas situaciones.

La exploración de las posibilidades del juego y de elegir diferentes objetos, materiales e ideas, brindando igualdad de oportunidades a niñas y niños.

Producto final esperable:

Jornada de maratón y atletismo como espacio de encuentro para promover y difundir acciones que mejoran la salud de nuestro cuerpo.

PLANIFICACIÓN

Duración del proyecto:

2024

Acciones a llevar a cabo:

2024: El proyecto se inicia en el mes de agosto, con posterioridad al receso escolar de invierno y se pusieron en marcha las propuestas que se detallan a continuación:

Higiene y prevención de enfermedades:

Jornada de capacitación sobre DENGUE para personal docente.

Trabajar en el aula con el alumnado, acciones de prevención de la enfermedad.

Se llevaron adelante actividades dentro y fuera del jardín, de difusión en la comunidad a través de folletos y videos.

Convocatoria a agentes de promoción de la salud locales.

Visita de la Pediatra del Samco Dra. Virginia Ostera para realizar una charla informativa con las familias: DENGUE, VACUNAS, CARNET DE INGRESO ESCOLAR y CONTROLES, HÁBITOS PARA UNA VIDA SALUDABLE.

Visita del equipo de vacunación del Samco, para difundir la actividad que llevan adelante, controles y vacunación en el local escolar a los alumnos/as de secciones de 5 años. REFUERZO INGRESO ESCOLAR.

Ambientes adecuados: proveer espacios seguros y adecuados para la actividad física, el juego y el descanso.

Acondicionamiento de los espacios de LUDOTECA y BIBLIOTECA DE SALA, para que los estudiantes puedan participar, jugar e interactuar con pares en otros ámbitos de la institución fuera del aula a través de lenguajes expresivos y creativos.

Pic-nic de cuentos en el patio del jardín con participación de las familias.

Representación de obras clásicas infantiles a cargo de las familias.

Asistencia a una obra de teatro "Charly y la fábrica de Chocolate" en el espacio de la Biblioteca Popular. Reflexión y análisis sobre la trama/ conflicto.

TALLERES INTEGRADOS: puesta en marcha de opciones semanales para que el alumnado pueda en la variedad de ofertas, encontrar espacios recreativos

pensados para aprender con otros, junto a otros y de otros pares en la interacción de edades. Así se pusieron en marcha los talleres de cocina, motricidad, música, mándalas, arte, carpintería, juegos matemáticos, ciencias y experiencia sensorial. Realización de un taller de preparación de recetas saludables a cargo de nutricionista Charla sobre prácticas de alimentación equilibrada para conservar la salud.

Realización de una entrevista a un/a maratonista para conocer cómo es su preparación antes de la maratón. Entrada en calor con profesora de Zumba (entrenamiento, alimentación, descanso, etc.)-

Jornada de Educación vial en un espacio público de la ciudad. Charla de los agentes de tránsito con el alumnado y sus familias en el Anfiteatro de Bvard. Colón. Bicicleteada hasta el circuito de manejo. Normas y pautas de seguridad: niños transportados, como peatones, y en bicicleta. Juegos con las familias. Conclusiones y agradecimientos. (secciones de 4 años)

Realización del Fogón de la amistad en el predio del Circuito del UFC. (Secciones de 5)

JORNADA DE MARATÓN Y ATLETISMO: para todo el alumnado de sede y anexos rurales. Carrera y juegos por estaciones junto a las familias. Participación de una ONG de la ciudad para llevar adelante tareas de promoción de la salud. En el mes de octubre, especialmente de la lucha contra el cáncer de mama (Grupo GSAPO) Baile y juegos, compartiendo una tarde de mateada y merienda saludables junto a las familias.

Entrega de mensajes a las familias, promoviendo el tiempo de recreación al aire libre, el movimiento y el juego con las infancias. Tiempo de calidad beneficioso para la salud de nuestro cuerpo.

RECURSOS

Disponibles en la institución:

Biblioteca con conectividad – Equipo audiovisual (cañón y pantalla) – equipo de música.

Impresora

Materiales diversos para desarrollar juegos (espacio de Ludoteca) material didáctico y de educación física.

Recursos económicos elementales provistos por la Asociación cooperadora.

Necesarios para llevar adelante el proyecto:

Estimamos sería conveniente incorporar a lo existente nuevos recursos materiales y didácticos que amplíen las posibilidades de trabajo con el alumnado.

Materiales para la creación de juegos (fichas, tableros, dados, pinturas, sogas, carpas, etc.) elementos de motricidad fina y gruesa, títeres, disfraces, instrumentos de música, libros de cuentos. Equipo de audio, megáfono.

Organizaciones aliadas:

Hemos trabajado articuladamente con el Samco Local, Gabinete Psicopedagógico Municipal, ONG como GSAPO y Biblioteca popular sarmiento, IES Nro. 48 (Totoras) , INTA Totoras, Clubes de la ciudad: UFC y CATJ .

Nos gustaría sumar AFA y CEA para llegar con las instancias de capacitación Y otras actividades recreativas a los anexos rurales.

Trabajar articuladamente con las Escuelas Primarias N° 242 y 243, Escuela Especial N° 2085,

FORMACIONES ESPECÍFICAS REQUERIDAS:

Formación en actividad física y salud (recreación y juego).

Experiencias campamentiles y al aire libre.

Literatura como expresión creadora y subjetivante para el logro de los objetivos pensados para el proyecto. (Títeres, obras de teatro, narración de cuentos, nanas, etc.)

Alfabetización: oralidad, iniciación en la lectura y escritura para comunicar/informar y crear campañas de difusión.

EVALUACIÓN

Criterios e instrumentos de evaluación:

Respuesta de las familias a las convocatorias de las propuestas pensadas.

Puesta en práctica de hábitos que mejoran su salud.

Toma de decisiones teniendo en cuenta los nuevos aprendizajes.

Propuesta de nuevas formas de jugar en el patio y en la sala.

Comunicación de mensajes al hogar promocionando acciones de cuidado de su salud.

Valoración del propio cuerpo y del otro.

Participación y disfrute de las propuestas.

Actitud frente al trabajo.

Disfrute de la actividad física y el juego como medios para estar sanos.

Instrumentos

Observación directa

Análisis de producciones de los estudiantes

Rúbricas de coevaluación:

SOCIALIZACIÓN

Del proyecto:

El proyecto se va socializando desde el inicio a fin de año, con videos, carteleras de pasillo y folletos a tal fin, en cada una de las jornadas y reuniones de familias de sala.

También quedan registros elaborados por cada grupo de alumnos según las propuestas áulicas y edades en los cuadernillos de trabajo y/o cuadernos de comunicaciones.

Divulgación en redes sociales. Instagram institucional

De los resultados:

Encuesta a las familias sobre las experiencias vividas.

Encuesta a los docentes

Observación directa de conductas del alumnado en situaciones de juego, desayuno, merienda, etc.

Registros fotográficos y videos de las actividades realizadas.

Se compartirán los resultados de la evaluación realizada institucionalmente, en las reuniones de familias de cierre de CICLO LECTIVO, agradeciendo la participación y compartiendo los desafíos para los que quedan en la institución en el 2025

Integrantes del proyecto:

Equipo de gestión:

Farías, Elisabet Yanina Directora

Chiaraluci Griselda Vicedirectora

equipo docente:

Bustamante, María Andrea

Sánchez, Mariana

Ramírez, Eliana

Quintero, Gisela

Maidana, Eliana

Dotti, Sandra

Said, Alina

Spizer, Silvana

Chiarotti, Nadia

Messo, Nancy

Bonatto, ma. Inés

Domínguez, Micaela

Poncini, María paula

Rosales, Claudia

Almirón, Celeste

Profesoras de educación física
Titular: Cosa, María Luz
Reemplazante: Brunori, Marisol

Cantidad estimada de participantes:

Docentes y directivos: 18
Estudiantes: 225

Apellido y Nombre del Referente de contacto: Farias Elisabet Yanina
Email del referente: yaninafarias04@gmail.com