

«Nuestra huerta, nuestra salud»

Category: Comunidad Saludable

2 de febrero de 2026



INDAGACIÓN

Tema /Subtemas:

Tema: Alimentación saludable. Subtema: Huerta escolar

Pregunta impulsora:

¿Cómo puede ayudarnos una huerta a tener una alimentación saludable sin gastar tanto dinero?

Contexto:

La Escuela Nº 406 “Dr. Simón de Iriondo” se encuentra ubicada en la localidad de Susana, departamento Castellanos. Esta institución educativa ha experimentado un notable crecimiento de matrícula y, en la actualidad, cuenta con 246 alumnos de los niveles Inicial y Primario.

Durante la jornada escolar observamos que muchos alumnos traen para la merienda alimentos industrializados con alto contenido de azúcares, grasas y harinas refinadas, como alfajores, galletitas, golosinas o snacks. El consumo frecuente de este tipo de productos, si no se acompaña de hábitos saludables, puede afectar negativamente la salud, la energía, la concentración y el crecimiento.

Frente a esta situación, surge la necesidad de trabajar con los alumnos la importancia de adoptar una alimentación variada y equilibrada, basada en alimentos naturales y de estación. La huerta escolar se convierte en un espacio privilegiado para abordar estos contenidos, permitiendo el contacto directo con el cultivo y cuidado de frutas y verduras, así como la elaboración de recetas sencillas que favorezcan una mejor nutrición.

Una alimentación saludable es clave para un crecimiento y desarrollo óptimos. Esto se logra a través de una dieta diaria, variada y equilibrada, que aporte la energía y los nutrientes necesarios para el bienestar del cuerpo.

Implementar este tipo de alimentación en la escuela no sólo contribuye al bienestar físico de los niños, sino que también promueve valores como el cuidado del cuerpo, el respeto por el entorno, el trabajo colaborativo y la toma de decisiones responsables sobre lo que consumimos.

Este proyecto, articulado entre los niveles Inicial y Primario, busca fomentar la conciencia alimentaria, incentivar el consumo de alimentos frescos y naturales, y construir, entre todos, una comunidad escolar más saludable.

Objetivo general del proyecto:

- *Fomentar hábitos de vida saludable a través del consumo y valoración de alimentos frescos, naturales y de estación.
 - *Incentivar la responsabilidad y el compromiso de los alumnos con el cuidado de un espacio común y el seguimiento de los procesos productivos.
 - *Contribuir a la seguridad alimentaria brindando conocimientos sobre la producción de alimentos y la importancia de una alimentación variada y equilibrada.
 - *Utilizar la huerta escolar como recurso pedagógico para desarrollar aprendizajes significativos vinculados a la salud y el ambiente.
 - *Favorecer la participación activa de los niños y las familias en la construcción de una comunidad educativa más consciente y saludable.
-

DISEÑO PEDAGÓGICO

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

- *Pensamiento crítico
- *Trabajo colaborativo
- *Compromiso y responsable
- *Comunicación

ÁREAS Y CONTENIDOS

- MATEMÁTICA
- LENGUA
- CIENCIAS SOCIALES
- CIENCIAS NATURALES
- TECNOLOGÍA
- FORMACIÓN ÉTICA Y CIUDADANA, ESI

Contenidos curriculares:

- MATEMÁTICA: unidades de medidas, conteo, tiempo, registro gráfico, tablas, operatoria, proporcionalidad, resolución de problemas, perímetro y área.
- LENGUA: producción de textos, afiches, instructivos, recetas, presentaciones orales, registro de observaciones, lectura y análisis de textos.
- CIENCIAS SOCIALES: cultura y alimentación en diferentes épocas y contextos.
- CIENCIAS NATURALES: ciclo de vida de las plantas, partes de las plantas y sus funciones, suelo, compost y reciclado, hábitos saludables, nutrición y sus sistemas, salud y alimentación, clasificación de alimentos, biodiversidad (insectos, aves y animales que interactúan en la huerta)

-TECNOLOGÍA: usos de herramientas, diseño de planos de la huerta, cajones de huerta.

-FORMACIÓN ÉTICA Y CIUDADANA, ESI: el cuerpo humano, crecimiento y desarrollo, alimentación equilibrada, prevención de enfermedades, promoción de hábitos saludables, reconocimiento y respeto por la diversidad de cuerpos y estilos de vida. La alimentación como derecho.

Producto final esperable:

Lograr la concientización para que los alumnos en sus hogares realicen una huerta ya sea en canteros o vertical para obtener productos sanos que aporten a una alimentación saludable sin costos excesivos aprovechando el beneficio de habitar en un pueblo y donde es propicio realizar estas actividades debido a la disponibilidad de espacios en sus viviendas.

PLANIFICACIÓN

Duración del proyecto:

2026

Acciones a llevar a cabo:

- *Preparación del terreno
- *Siembra de semillas y trasplante de plantines
- *Observación y registro del crecimiento
- *Jornada de cosecha

RECURSOS

Necesarios para llevar adelante el proyecto:

PROYECTOR
KIT COCINA
KIT RECICLAJE
PC
KIT RIEGO

Organizaciones aliadas:

Centro de Atención Primaria de Salud (CAPS) de la localidad.
Charlas y talleres con la Licenciada en Nutrición.

FORMACIONES ESPECÍFICAS REQUERIDAS:

Alimentación y cocina saludable, Convivencia, Cooperativismo, mutualismo y emprendimientos, Educación sexual Integral

Escritura creativa y producción literaria, Estrategias de Comunicación, Estrategias lúdicas, Higiene y salud, Huertas Escolares, Agricultura Urbana e Hidroponia, Procesos productivos y comercialización de alimentos

EVALUACIÓN

Criterios e instrumentos de evaluación:

Observación directa, registro de los distintos momentos y pasos a ejecutar en el desarrollo del proyecto, exposiciones orales, reflexiones grupales y autoevaluación.

SOCIALIZACIÓN

Del proyecto:

Distribución de folletos.

De los resultados:

Obra de teatro.

Feria de productos orgánicos.

IDENTIFICACIÓN

Integrantes del proyecto:

Gaitán, María Valeria. Docente de 1er grado.

Mazzoni, Micaela – Rojas, Marcela. Docentes de 2do grado.

Bogunovich, Antonella. Docente de 3er grado.

Marquez, Agostina. Docente de 5to grado.

Beltramino, Nora. Docente de Tecnología.

Cantidad estimada de participantes:

Docentes y directivos: 7

Estudiantes: 110

Apellido y Nombre del Referente de contacto: Navarro, Susana Guadalupe

Email del referente: escsusana406@live.com