

Nutri-alimentación

Category: Comunidad Saludable
30 de enero de 2026



Comunidad: Saludable

Institución: Escuela Primaria N°6251 "Cnlte Martín Guerrico"

CUE: 8202862-00

Nivel/Modalidad: Inicial y Primario/Común

Localidad: La Esmeralda – Distrito Los Laureles

Regional: II

Integrantes del proyecto:

- HUBER, Patricia
- SAGER, Gabriela
- PETROLI, Nora
- PAUTASSO, Sandra
- LOCATELLI, Camila
- ZULIGOY, Ariel
- BÁEZ, Alba

Cantidad estimada de participantes: comunidad educativa en general

Docentes y directivo: 7

INDAGACIÓN

Tema /Subtemas:

Alimentarnos para crecer sanos y fuertes.

Pregunta impulsora:

Alimentación y nutrición ¿no es lo mismo?

Contexto:

Aprender a reconocer qué alimentos de los derivados del campo, (medio en el que están inmersos) son buenos para su salud, en qué proporción y cómo prepararlos, evitará problemas nutricionales como caries por el abuso de golosinas, obesidad por el consumo de grasas y alimentos ricos en colesterol, gastritis por el abuso de gaseosas o bebidas con exceso de colorante, y diabetes infantil. Dado que un alto índice de familias pertenece a la actividad rural, el trabajo en red con las huertas y granjas familiares nos permitirá reflexionar desde el nivel inicial hasta la culminación del nivel 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.

Objetivo general del proyecto:

Incorporar alimentos saludables a la dieta de manera que ayuden a mantener un estado físico óptimas condiciones

DISEÑO PEDAGÓGICO

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

- Comprender la importancia de una correcta nutrición para evitar enfermedades, relacionando salud con dieta equilibrada.
- Fomentar la reflexión crítica y el autoconocimiento sobre alimentación y nutrición, estableciendo diferencias y similitudes.
- Desarrollar el pensamiento crítico y reflexivo.
- Conocer la transformación de una materia prima en un elemento elaborado.
- Clasificar los alimentos según su origen, reconociendo el grado de nutrición.
- Afianzar normas de higiene en la elaboración de alimentos mínimamente

procesados o sin procesar.

- Manipular instrumentos de medición para establecer proporciones y cantidades.
- Establecer cálculos matemáticos utilizando las cuatro operaciones, sacando porcentajes.
- Manejar distintos tipos de textos, en distintos formatos para obtener información, en particular los textos prescriptivos como instructivos y recetas, y persuasivos para elaborar folletos.
- Practicar lectura (silenciosa, interpretativa, en voz alta, etc.), y escritura de recetas sencillas por medio de instructivos claros, en los cuatro tipos de letras
- Fomentar desde la escuela hábitos saludables para aplicar en la vida cotidiana basados en el trabajo solidario y colaborativo

ÁREAS Y CONTENIDOS

Lengua

Matemáticas

Ciencias Sociales

ESI

Arte

Tecnología

Ciencias Naturales

Contenidos curriculares:

CIENCIAS NATURALES/SOCIALES:

- Eje: "El cuerpo humano y el cuidado de la salud".
- Alimentación y nutrición. Digestión.
- Promoción de la salud: hábitos para el cuidado personal y colectivo. -Mezclas. Materiales. -Manipulación de alimentos. Higiene. -Hábitos alimenticios. -Recursos.

• LENGUA:

- La Comunicación. - El Abecedario: Letra Imprenta y Cursiva (Mayúscula y Minúscula) -Textos informativos, prescriptivos y persuasivos.
- Lectura y escritura: Encuestas. Entrevistas. Recetas. Folletos. Lectura de imágenes. La carta formal. Fábula.
- Ortografía de uso.

• MATEMÁTICA: -Numeración: números naturales. Números decimales. Números fraccionarios.

-Sistema monetario. Porcentaje. - Perímetro/Área.

- Estadística. Operaciones.

- SIMELA :Longitud. Capacidad. Peso.

• EDUCACIÓN FÍSICA -Actividad Física. -Juego reglado

• F.E y C. /ESI: - La alimentación como derecho. -Necesidades alimentarias específicas (celiaquía). -Derechos- Responsabilidades

• ARTE/TECNOLOGÍA: -Materiales. Herramientas. - Color - textura.

-Armonía del color.

Producto final esperable:

“Jornada de Exposición y muestra en distintos stands”, de todas las actividades desarrolladas con el apoyo de las distintas áreas curriculares para dar respuesta a la importancia de una buena alimentación ofreciendo ideas de como poder brindar una comida relativamente saludable con los alimentos que tengan en sus casas.

PLANIFICACIÓN

Duración del proyecto:

2026

Acciones a llevar a cabo:

- Manual de prevención de enfermedades producidas por malos hábitos alimenticios.

Talleres de cocina: “mi plato saludable” (cómo se divide un plato y qué variedad de alimentos debe contener cada porción). Armado de “libro artesanal con recopilación de recetas saludables. (Instructivos).

- Trabajo en red con huertas y granjas de nuestras familiares. (Posibles visitas)

RECURSOS

Necesarios para llevar adelante el proyecto:

KIT COCINA

IMPRESORA

TV

KIT HUERTA

PC

Organizaciones aliadas:

Dispensario de Los Laureles, Comuna de Los Laureles. INTA. Familias.

FORMACIONES ESPECÍFICAS REQUERIDAS:

Agroecología, Alfabetización digital, Alimentación y cocina saludable, Emprendedorismo

Flora nativa, aromática y medicinal, Higiene y salud, Huertas Escolares,

Agricultura Urbana e Hidroponia, Producción de podcast y streaming, Procesos productivos y comercialización de alimentos, Seguridad e Higiene en el ámbito laboral

EVALUACIÓN

Criterios e instrumentos de evaluación:

Socialización de los temas tratados en las charlas informativas.

Evaluación en proceso formativo. (rúbrica)

Seguimientos semanales, mensuales y el anual.

Puesta en común sobre lo abordado para re conceptualizar, revisar, modificar, agregar, quitar sobre lo trabajado.

Participación activa con las familias

SOCIALIZACIÓN

Del proyecto:

A través de:

- Redes sociales (Redes de comunidades de aprendizaje)
 - Medios de comunicación (dispositivos digitales) compartido a las familias -
- Socialización de los temas tratados en las charlas informativas.

A través de:

- Redes sociales (Redes de comunidades de aprendizaje)
 - Medios de comunicación (dispositivos digitales) compartido a las familias -
- Socialización de los temas tratados en las charlas informativas.

De los resultados:

-Jornada de Exposición y muestra en distintos stands en el 2026.

IDENTIFICACIÓN

Integrantes del proyecto:

Huber, Patricia. (directivo)

Sager, Gabriela. (docente)

Petroli, Nora. (docente)

Pautasso, M. Sandra. (docente)

Loctelli, Camila. (docente)

Suligoy, Ariel. (prof. educacion fisica)

Baez, Alba. (prof. tecnologia)

Cantidad estimada de participantes:

Docentes y directivos: 7

Estudiantes: 40

Apellido y Nombre del Referente de contacto: Nora Petroli

Email del referente: nory_2602@hotmail.com