

# Nutrición para el movimiento y la salud

Category: Comunidad Saludable

29 de enero de 2025



## IDENTIFICACIÓN

Comunidad: **Saludable**

Título del proyecto: **Nutrición para el movimiento y la salud**

Institución: **E.E.S. ORIENTADA NRO 253 «MARIANO MORENO»**

CUE: **8202097**

Nivel/Modalidad: **Secundario/Común**

Localidad: **PROGRESO**

Regional: **4**

---

## INDAGACIÓN

### Tema /Subtemas:

Nutrición

Alimentación

Cuidado del cuerpo

Hábitos saludables

Actividad física y deporte

Recreación

### Pregunta impulsora:

¿Cómo podemos nutrirnos y movernos?

### Contexto:

En nuestra Comunidad Educativa se observa que si bien existe un alto porcentaje de alumnos que realizan actividades deportivas y demuestran hábitos de alimentación saludable, también se evidencia otro grupo que carece de ellos. Las actividades planificadas y realizadas por los estudiantes, así como charlas con diferentes profesionales de la salud (Nutricionista, Psicólogos, Médicos, entre otros), incorporación de la cantina saludable, propuestas de desayunos

saludables, demuestran el interés y la preocupación por la problemática anteriormente descrita.

### **Objetivo general del proyecto:**

Promover el desarrollo de actividades culinarias y la preparación de comidas saludables e incrementar la actividad física en los estudiantes.

---

## **DISEÑO PEDAGÓGICO**

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

Crear un entorno escolar que reconozca la importancia de una nutrición equilibrada para lograr el bienestar físico y mental.

Comprender el valor de una nutrición saludable.

Adquirir hábitos saludables (alimentación sana, actividad física, recreación, descanso) para mejorar la calidad de vida.

### **ÁREAS Y CONTENIDOS**

Geografía, Tecnología y Administración

Lengua y Literatura

Taller de Economía y Administración

Lengua Extranjera Francés e Inglés

Biología y Educación Física

Ruedas de convivencia

### **Contenidos curriculares:**

Geografía, Tecnología y Administración

Tiempo y espacio.

Escala local.

Espacio geográfico

Impacto del suelo y el clima en las actividades económicas y en la alimentación.

Recursos naturales

Población joven-adolescente

Calidad de vida

Necesidades básicas

Soberanía alimentaria

Análisis geográficos estadísticos

Bienes, necesidades y alimentación

Lengua y Literatura - La exposición

La descripción

El informe

El discurso

Discurso académico

Taller de Economía y Administración

Canastas básicas alimentarias.

Ingresos

Salario mínimo vital y móvil

Lengua Extranjera francés e inglés

Hábitos alimenticios cotidianos de la cultura inglesa y francesa.

Biología y Educación Física

Nutrición- Nutrientes

Cuidado del cuerpo

Concepto de salud y enfermedad

Hábitos saludables- descanso

Ejercicios y sistemas energéticos.

Sistema osteoartromuscular

Sistemas involucrados en la nutrición

Ruedas de convivencia

Vínculos saludables

Cuidado del cuerpo

Hábitos

Estereotipos

### **Producto final esperable:**

Diseñar y llevar a cabo una campaña publicitaria para concientizar y promover hábitos saludables y el cuidado de la salud integral.

---

## **PLANIFICACIÓN**

### **Duración del proyecto:**

2024, 2025

### **Acciones a llevar a cabo:**

Charlas, visitas a distintas organizaciones o instituciones vinculadas con la salud, desarrollo de contenidos, actividades de investigación, talleres.

## **RECURSOS**

### **Disponibles en la institución:**

Salón de usos múltiples, cocina, laboratorio, sala de video, campo de deportes.

## **Necesarios para llevar adelante el proyecto:**

Sala de informática equipada, conexión a internet, hornos eléctricos para cocinar, proyector.

## **Organizaciones aliadas:**

Samco local, Policía (PDI), Casa de la Cultura Progreso, Comuna de Progreso, Club Atlético y Social "San Martín" de Progreso, Equipo Interdisciplinario Comunal.

---

## **FORMACIONES ESPECÍFICAS REQUERIDAS:**

Capacitaciones, cursos y/o charlas con profesionales de la Salud, psicología deportiva, educador emocional.

---

## **EVALUACIÓN**

### **Criterios e instrumentos de evaluación:**

Compromiso de la Comunidad Educativa.

Interés de los alumnos.

Cambios de hábitos visibles.

Impacto Social.

Sostenibilidad del Proyecto en el tiempo.

Métodos de evaluación

Encuestas y sondeos, Entrevistas, Juegos Colaborativos y Comunitarios, Análisis de datos y estadísticas.

---

## **SOCIALIZACIÓN**

### **Del proyecto:**

A través de redes sociales mediante la realización de contenido audiovisual.

Programas de difusión radial y canales de televisión por cable.

Folletería.

Talleres con padres y con la comunidad en general.

### **De los resultados:**

A través de redes sociales mediante la realización de contenido audiovisual.

Programas de difusión radial y canales de televisión por cable.

Folletería.

Talleres con padres y con la comunidad en general.

---

## **Integrantes del proyecto:**

Montini Claudia Analía Directora  
Córdoba Juliana Yanet Secretaria  
Mercke Emanuel Pablo Prosecretario  
Vallejos Joel Jesús Preceptor-Docente  
Cerf Virginia Noelia Preceptora  
Dell Avo Carina Andrea Docente  
Causa Solange Araceli Facilitadora de la Convivencia  
Wagner Laura Andrea Docente  
Catelli María de los Milagros Docente  
Paletto Yamila Sol Docente  
Pérez Carolina Ana Docente  
Vernaz Daniela Inés Docente  
Felippa Daiana Estefanía Docente  
Lucca Lucía Araceli Docente  
Lazzaroni Camila Belén Docente  
Alarcón Mariela Guadalupe Docente-Facilitadora de la Conv.  
Dagatti Diego Lionel Docente  
Musaschi Carlos Rafael Docente  
Caliani Mónica Esther Docente  
Pastorelli Romina Guadalupe Docente  
Widder Daniela Viviana Docente  
Cavaleri César Sebastián Docente  
Bachmeier Estefanía Caren Docente  
Oggero Romina Silvana Docente  
Herrera Gabriela Beatriz Docente-Facilitadora de la Conv.  
Galoppo Natalia Daniela Docente  
Martino Emmanuel Mario Docente  
Cisneros Carla Soledad Docente  
Curtis Antonela Rosario Docente  
Cornalo Valeria Lorena Docente  
Fernández Macarena Docente  
Schmal Cristina Ofelia Docente  
Castro Marcela Guadalupe Docente  
Cargnello Vanesa Guadalupe Docente  
Hernández Camila Agustina Preceptora  
Elías Sebastián Alberto Docente  
Nescier Carolina Milagros Docente  
Silvas Analía Guadalupe Asistente Escolar  
Serniotti Carina Guadalupe Asistente Escolar

**Cantidad estimada de participantes:**

Docentes y directivos: 39

Estudiantes: 207

Apellido y Nombre del Referente de contacto: Claudia Analía Montini

Email del referente: claudia\_montini@live.com.ar