

Nutriendo cuerpos y mentes: aprendiendo a vivir saludablemente.

Category: Comunidad Pedagógica
12 de marzo de 2025



1. INDAGACIÓN

Tema /Subtemas:

Alimentación saludable

Pregunta impulsora:

¿De dónde salen las hortalizas y frutas que compramos en la verdulería?

Contexto:

Las necesidades detectadas que dan origen al proyecto es el bajo consumo de frutas, hortalizas y alimentos frescos y el escaso entendimiento de nuestros estudiantes sobre los beneficios de una dieta saludable y su impacto en la salud física y mental.

Objetivo general del proyecto:

Sensibilizar sobre la necesidad de realizar cambios en los hábitos alimentarios.

2. DISEÑO PEDAGÓGICO

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

- Concientizar sobre la importancia de una alimentación saludable y sus beneficios a largo plazo..
- Trabajar en equipo para proporcionar información clara y precisa sobre los grupos de alimentos, las porciones adecuadas y la importancia de una dieta equilibrada.
- Pensar críticamente sobre los riesgos de una dieta deficiente, como enfermedades crónicas, obesidad y problemas de salud mental
- Compartir lo que han aprendido.

ÁREAS Y CONTENIDOS

Lengua, Ciencias Naturales, Ciencias Sociales, Matemática, Formación Ética y Ciudadana, Tecnología y Plástica.

Contenidos curriculares:

Ciencias Naturales:

- La comprensión de que las plantas poseen estructuras, funciones y comportamientos específicos con su ambiente.
- El conocimiento, desarrollo y cuidado de acciones que promuevan hábitos saludables.
- La identificación y separaciones de distintos residuos reconociendo algunas transformaciones donde un material se convierte en otro distinto: compost.
- Cuidado del suelo.

Lengua: • Escritura asidua de diversos textos, narraciones que incluyan descripción de ambientes que puedan ser comprendidos por ellos y por otros.

- Escritura de recetas saludables.

Ciencias Sociales:

- Análisis de las distintas etapas que componen un circuito productivo (agrario, comercial), enfatizando en la identificación de los principales actores intervenientes.

Matemática: • Registrar y organizar datos en tablas y gráficos sencillos a partir de distintas informaciones.

- Reconocimiento y uso de espacios explorables o que puedan ser explorados.
- Uso el calendario.

Formación Ética:

- Fomentar el trabajo en equipo.

Plástica:

- Creación de imágenes que impliquen el uso de técnicas plásticas como herramienta.

Tecnología:

- Creación y delimitación del terreno para la huerta.
- Producción tecnológica de folletos con tics.

Producto final esperable:

Muestra de diferentes platos elaborados con productos de la huerta. Entrega de folletos con las recetas de esos platos.

3. PLANIFICACIÓN

Duración del proyecto:

2025

Acciones a llevar a cabo:

- Invitar a nutricionistas o profesionales de la salud para que imparten charlas informativas y respondan a las preguntas de los niños sobre la importancia de una dieta equilibrada, los grupos de alimentos y las porciones adecuadas.
- Diseñar y trabajar con los niños en la construcción de un huerto escolar donde los estudiantes puedan cultivar sus propias frutas y verduras.
- Realizar clases de cocina donde los niños puedan aprender a preparar recetas sencillas y saludables.
- Organizar catas de frutas, verduras y otros alimentos saludables para que los niños puedan probar nuevos sabores y texturas.
- Confeccionar folletos con recetas saludables adaptadas a los niños.
- Muestra de diferentes platos y entrega de los folletos de esas recetas.

RECURSOS

Disponibles en la institución:

Para llevar a cabo nuestro proyecto contamos con el espacio acorde para trabajar la tierra y con algunas computadoras para realizar los folletos.

Necesarios para llevar adelante el proyecto:

No contamos con los elementos propios de jardinería (pala, rastrillo, regadera) ni con las semillas que se sembrarán; también se necesitan los palos y las mayas para cercar la huerta.

Organizaciones aliadas:

Desearíamos vincularnos con el punto cuidar, el cual tienen un sector de producción agroecológica con un parque huerta; otra organización con la cual ya tenemos vínculos es el centro de salud barrio plata, pero también nos gustaría formar un vínculo con parques y paseos para la obtención de las semillas requeridas y que nos brinden charas de cómo cuidar y mantener las plantas.

4. Formaciones específicas requeridas:

Necesitamos charlas de médicos nutricionistas del centro de salud barrial y de

huerteros municipales.

5. EVALUACIÓN

Criterios e instrumentos de evaluación:

El proceso de evaluación será formativo integrado a la enseñanza, mediante la rúbrica:

- Participación.
- Responsabilidad compartida.
- Calidad de la interacción.
- Roles dentro del grupo.
- Calidad del trabajo.
- Resolución de problemas.

También se puede realizar una autoevaluación que les ayudará a desarrollar su espíritu de autocrítica y reflexionar sobre sus fallos y errores.

6. SOCIALIZACIÓN

Del proyecto:

Los alumnos pueden exponer el ABP a través de un corto a sus compañeros o la comunidad sobre lo que han aprendido y mostrar cómo han dado respuesta al problema inicial. Es importante que cuenten con un guión estructurado de la presentación, se expliquen de manera clara y apoyen la información con una gran variedad de recursos.

De los resultados:

Para comunicar los resultados de nuestro proyecto, se pueden realizar:

- Ponencias donde los alumnos realizarán la escritura del resultado final, lo presentarán y harán su defensa.
 - Presentación de folletos.
 - Informe final del proyecto.
 - Publicación de los alimentos cosechados.
-

Integrantes del proyecto:

Moreira Nanci. Directora

Torres Brenda. Docente.

Torres Flavia. Docente.

Cantidad estimada de participantes:

Docentes y directivos: 3

Estudiantes: 48

Apellido y Nombre del Referente de contacto: Torres Brenda

Email del referente: brensoltorres@gmail.com