

Pequeño Cheff

Category: Comunidad Saludable
8 de diciembre de 2024



INDAGACIÓN

Tema /Subtemas:

Alimentación Saludable-Importancia de la actividad física-Cocina- Salud Mental y Bienestar psicológico

Pregunta impulsora:

¿Cuáles son mis hábitos diarios y cómo puedo cambiarlos para mejorar mi salud y bienestar?

Contexto:

En los últimos años como educadores nos damos cuenta que en la alimentación de los niños/as predomina la comida chatarra, debido a la falta de tiempo y de

interés, además de la situación económica. Con el uso excesivo de las tecnologías se los observa menos creativos y sedentarios.

Objetivo general del proyecto:

Promover un estilo de vida saludable en la comunidad escolar a través de la educación en hábitos alimenticios

DISEÑO PEDAGÓGICO

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

- a) Incorporar hábitos de una buena alimentación
- b) Conocer y utilizar instrumentos de medición
- c) Clasificar los alimentos según su origen
- d) Reconocer alimentos sanos.
- e) Afianzar normas de higiene.
- f) Conocer la transformación de una materia prima en un elemento elaborado
- g) Realizar recetas sencillas.

ÁREAS Y CONTENIDOS

Ámbitos que se encuentran dentro del Diseño Curricular de Educación Inicial

Contenidos curriculares:

ÁMBITO DE EXPERIENCIAS: LA FORMACIÓN PERSONAL Y SOCIAL. CONVIVENCIA Y CIUDADANÍA.

- La constitución de vínculos afectivos de confianza entre la docencia y las infancias y entre pares. Ofrecimiento de ayuda, escucha, contención, comunicación.
- La deliberación y construcción colectiva de acuerdos y normas de convivencia grupales e institucionales: el respeto mutuo.
- El abordaje de situaciones cotidianas tendientes a una progresiva autonomía, cooperación y de cuidado de sí misma, de sí mismo, de las y los demás y del ambiente «nuestra casa común».
- Los lenguajes, los tiempos y los espacios que habilitan la expresión de sentimientos, emociones, ideas y opiniones.

ÁMBITO DE EXPERIENCIAS: EL JUEGO Y EL JUGAR EN LA EDUCACIÓN INICIAL.

- Juegos dramáticos sobre ámbitos cotidianos (familia, situaciones de compra y venta tales como panadería, supermercado, farmacia, veterinaria, centro médico, entre otros) o ámbitos más alejados de su mundo cotidiano o de la fantasía (astronautas, viajes en diversos medios de transporte, vida en la colonia, hadas,

brujos, piratas, entre otros) donde las niñas y los niños puedan desplegar al menos 4 acciones diferentes del rol o papel social asumido en forma de grupo total, pequeño grupo o en escenarios de juguetes (estación de servicio, granja, zoológico, barco pirata, castillo, fortaleza, entre otros).

- Juegos con su cuerpo en los que pueda poner en juego destrezas con aparatos (tobogán, hamacas, calesita, trepadores), juegos grupales de diverso tipo (competencia, cooperativos o de cooperación) con o sin objetos (carreras, juegos con pelotas, juegos de equilibrio, juegos de refugio), juego con base deportiva (fútbol, básquet, entre otros).

ÁMBITO DE EXPERIENCIAS DEL AMBIENTE.

Contenidos Ciencias Naturales:

Eje: Los seres vivos

Las plantas:

- Su importancia para la vida «en la casa común». El ciclo de vida de las plantas. Condiciones para el crecimiento de las plantas: luz, agua, temperatura y suelo. Cuidados que requieren las plantas.
- Diferencias entre los distintos tipos de tallos, raíces, hojas, flores, frutos y semillas.
- La reproducción de las plantas a partir de semillas y de otras partes como tallos, raíces, hojas.
- Diferencias entre las plantas. Plantas según sus usos: curativas, medicinales, alimenticias, aromáticas, entre otros.
- Las plantas de la huerta escolar. Huertas escolares agroecológicas con participación familiar y comunitaria. Interacción: acciones de los animales sobre las plantas (hormigas, caracoles, babosas, lombrices).
- Cambios que sufren las plantas a lo largo del año y de su vida, y los que provocan en el ambiente.

El cuerpo humano y el cuidado de la salud:

- Los alimentos y la alimentación adecuada y nutritiva. La alimentación como derecho. Inclusión de infancias con necesidades alimentarias específicas (por ejemplo, celíaca). La alimentación de los pueblos originarios del territorio.
- Algunos problemas y conflictos ambientales situados en el territorio y sus efectos sobre la salud.
- Enfermedades más comunes en la infancia.
- Promoción de la salud: hábitos para el cuidado personal y colectivo.

Eje: Los objetos y materiales: usos, propiedades y cambios:

- Los objetos y los materiales en la vida cotidiana.
- Los cambios provocados por el hombre o que ocurren naturalmente: la forma, el color, la textura, entre otros. Algunas interacciones entre materiales: absorción, mezclas y separaciones, soluciones.

Educación Tecnológica:

Eje: Los medios técnicos

Materiales del entorno cotidiano:

- Recursos materiales. Materias primas.

- Materiales. Clasificación según su origen. Propiedades de los materiales.
- Dispositivos, herramientas, máquinas relacionadas con la transformación y fabricación de productos.

ÁMBITO DE EXPERIENCIAS ESTÉTICAS:

Contenidos de expresión corporal:

- La observación y el registro del movimiento corporal como principal herramienta de la expresión corporal: corporeidades, espacios, tiempos, energías y posibles combinatorias.

ÁMBITO DE EXPERIENCIAS: LAS PRÁCTICAS SOCIALES DE LA LECTURA Y ESCRITURA:

- Descripción oral de animales, plantas, objetos y personas.
- Participación diaria en situaciones de lectura y conversación.
- Conversación sobre experiencias personales. Escucha y debate.
- Exploración de textos con el propósito de localizar información e interactuar con el objeto-libro.
- Participación en sugerencias de lectura de textos seleccionados de la biblioteca con la mediación docente.

ÁMBITO DE LAS EXPERIENCIAS MATEMÁTICAS.

NÚMEROS:

EL RECONOCIMIENTO DE NÚMEROS EN CONTEXTOS DE LA VIDA COTIDIANA:

- Interpretar información numérica.
- Identificar los usos del número en contextos cotidianos.

LAS FUNCIONES DEL NÚMERO Y EL DESARROLLO PROGRESIVO DEL CONTEO:

EL NÚMERO COMO MEMORIA DE LA CANTIDAD:

- Determinar el cardinal de una colección pequeña.
- Comparar cantidades de objetos estableciendo relaciones de igualdad (tantos como) y desigualdad (mayor y menor que).
- Registrar cantidades utilizando las representaciones simbólicas propias del sistema de numeración decimal.

EL NÚMERO PARA CALCULAR:

- Resolver situaciones que involucran transformaciones de colecciones pequeñas de objetos para anticipar resultados a partir de las acciones de juntar, reunir, agrupar, unir, agregar, quitar, sacar.

MEDIDA:

MEDIR Y ESTIMAR:

- Reconocimiento de instrumentos de medición convencional en situaciones cotidianas de uso de longitud, capacidad, peso y tiempo.
- Exploración de problemas de medida en los que hay que estimar y medir.

CAPACIDAD:

- Comparar y ordenar capacidades mediante procedimientos indirectos, con unidades no convencionales.
- Exploración y uso de los instrumentos de medida que se utilizan habitualmente

para la medición de capacidad.

PESO:

- Comparar y ordenar objetos según su peso mediante procedimientos directos, con unidades no convencionales.
- Comparar y ordenar objetos según su peso mediante procedimientos indirectos, con unidades no convencionales.
- Exploración y uso de los instrumentos de medida que se utilizan habitualmente para la medición de pesos.

TIEMPO:

- Comparar la duración de sucesos en forma directa.
 - Inicio en la medición social del tiempo: días de la semana, meses del año.
- Exploración y uso de los instrumentos de medida que se utilizan habitualmente para la medición de tiempo.

ÁMBITO DE LAS EXPERIENCIAS LUDOMOTRICES, DE LA CORPOREIDAD Y LA CORPORALIDAD.

Eje: Prácticas corporales y ludo-motrices referidas al conocimiento, expresión, dominio y cuidado del cuerpo:

Conocimiento y dominio del propio cuerpo:

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

Habilidades motoras:

- El descubrimiento, registro y toma de conciencia del propio cuerpo en diferentes habilidades motrices básicas locomotivas (caminar, correr, saltar, galopar); no locomotivas (empujar, traccionar, saltar, rebotar, balancearse, suspenderse, trepar, girar, adoptar, mantener y cambiar posiciones, rodar, rolar, reptar, esquivar y atrapar); coordinativas (diferentes formas de lanzamiento y recepción de objetos).

Habilidades para el desarrollo personal y social:

- La identificación y la valoración de las diferencias físicas de las personas, como aspectos inherentes del ser humano que lo hacen único e irrepetible, permitiéndoles comprender la importancia de la diversidad.
- La construcción de acuerdos de convivencia vinculados al cuidado de sí mismo, de las otras y los otros en las relaciones interpersonales y la relación con el propio cuerpo y el de las y los demás.
- La valoración y el cuidado de la intimidad propia y de otras y otros.
- El reconocimiento y el respeto por los tiempos personales, grupales, institucionales.

Eje: Prácticas corporales y ludomotrices en interacción con otras y otros. La construcción sociocultural del cuerpo situado:

Relaciones espacio-temporales y objetales:

- El descubrimiento y la exploración del espacio y de relaciones espaciales topológicas: arriba-abajo, adelante-atrás, adentro-afuera, a un lado y al otro, cerca-lejos.
- Direcciones de los objetos y del propio cuerpo (lanzar hacia adelante y atrás de sí mismo, hacer rodar una pelota hacia adelante, trepar en forma ascendente y descendente, entre otros).
- La iniciación en el manejo y la manipulación de los objetos de manera individual o grupal en diferentes situaciones ludomotrices.

Eje: Prácticas corporales y ludomotrices en el Ambiente social, natural y tecnológico El cuerpo en juego. La Educación Física en juego con los ámbitos de experiencias:

Juegos. Tipos de juegos:

- Iniciación, exploración y descubrimiento de distintos tipos de juego: de persecución individual y grupal, tradicionales, cooperativos, masivos o individuales utilizando las habilidades motoras: lanzamiento, tracción.

Formas y modos de jugar. Las reglas:

- La exploración y el descubrimiento paulatino de diferentes estrategias y modos de jugar.
- La elaboración de reglas sencillas o modificación de las ya conocidas mediante el acompañamiento y mediación docente.
- La incorporación y la valoración de la necesidad de cuidar el propio cuerpo y el de las y los demás durante la participación en las prácticas lúdicas.

Juegos en otros medios: acuáticos, naturales:

- Las experiencias para favorecer la relación de las niñas y los niños con la naturaleza.

Producto final esperable:

Brindarle a la localidad información, concientización y ayuda para crear hábitos saludables a través de conocimientos básicos sobre la influencia de la alimentación y el ejercicio físico en la salud y en la vida de los niños/as.

PLANIFICACIÓN

Duración del proyecto:

2024, 2025

Acciones a llevar a cabo:

2025:

Charla con profesionales

Huerta

Deshidratación de alimentos
Talleres de Cocina
Jornadas de movimientos

RECURSOS

Disponibles en la institución:

Carro digital
Computadoras, impresora, equipos de sonido
Pala, regadera, rastrillo, deshidratador, semillas
Recursos económicos elementales provistos por la cooperativa

Necesarios para llevar adelante el proyecto:

Herramientas para huerta: pala de punta, mangueras, deshidratadores.
Elementos de cocina: rallador, pela papa, mandolina, balanza, licuadora, procesadora, bandejas del horno, fuentes, cubiertos, utensilios.

Organizaciones aliadas:

Samco, comuna, clubes, establecimientos educativos locales, entre otras.

FORMACIONES ESPECÍFICAS REQUERIDAS:

Formación en alimentación saludable
Formación en cultivo de alimentos e invernaderos.

EVALUACIÓN

Criterios e instrumentos de evaluación:

Observación directa
Registros anecdóticos, narrativos, fotográficos y de video
Planillas de control y cotejo
Fortalezas y debilidades
Encuesta a los estudiantes y familias sobre la experiencia vivida
Encuesta a los docentes
Observación de posibles cambios en los alumnos/as.
Movimiento en los tiempos libres

SOCIALIZACIÓN

Del proyecto:

Reuniones de padres para dar a conocer el proyecto

Muestra o exposición

Venta de los productos elaborados

De los resultados:

Jornada recreativa institucional

Divulgación de la experiencia en algún medio local

Participación en Feria de Ciencias 2025

IDENTIFICACIÓN

Integrantes del proyecto:

Garbarga, Graciela – Directora

Castro, Daiana – Docente

Chiviló, Antonela – Docente

Fantasía, María Alejandra – Docente

González, María José – Docente

Herrero, Laura – Docente

Mangiaterra, Damián – Profesor de Educación Física

Cantidad estimada de participantes:

Docentes y directivos: 7

Estudiantes: 62

Apellido y Nombre del Referente de contacto: Chiviló Paiva, Antonela Belén

Email del referente: antito_2412@hotmail.com