

# “Pequeños héroes de la salud”

Category: Comunidad Saludable

28 de diciembre de 2024



## 1. IDENTIFICACIÓN

Comunidad: **Saludable**

Título del proyecto: **“Pequeños héroes de la salud”**

Institución: **ESCUELA PART. INC. NRO 1238 «SANTA MARIA DOMINGA MAZZARELLO»**

CUE: **8202414**

Nivel/Modalidad: **Primario/Común**

Localidad: **ROSARIO**

Regional: **0**

### Integrantes del proyecto:

Analía Marsili. DNI. 20173917 – Directora

María Gabriela García. DNI 25014742 – Vicedirectora turno mañana

María Mercedes Delgado. DNI 23402516 -Vicedirectora turno tarde

Oriana Belén Baigorria. DNI: 40891532 – Docente 1ºA

Paula Cabrera. DNI 42608578 – Docente 1ºB

Romina Chaile. DNI 29125963 – Docente 2ºA

Wendy Herrero. DNI 39909261 – Docente 2ºB

Eliana Rosetti. DNI 42180461 – Docente 3ºA

Jesica Cisneros. DNI 37700895 – Docente 3ºB

### Cantidad estimada de participantes:

Docentes y directivos: 14

Estudiantes: 150

Apellido y Nombre del Referente de contacto: Marsili, Analía

Email del referente: [analio68@hotmail.com](mailto:analio68@hotmail.com)

---

## 2. INDAGACIÓN

### **Tema /Subtemas:**

Alimentación y hábitos saludables, nutrición, huerta.

### **Pregunta impulsora:**

¿Todo lo que comemos nos nutre? ¿Cómo podemos promover hábitos saludables en nuestros estudiantes?

### **Contexto:**

La Escuela Santa María Dominga Mazzarello se encuentra ubicada en una zona periférica de la ciudad de Rosario, costeando el puerto. Esta ubicación geográfica influye directamente en los hábitos alimenticios de nuestros estudiantes, quienes provienen de un entorno donde la alimentación saludable no siempre es una prioridad u opción.

En este contexto, es común que nuestros estudiantes tengan hábitos alimenticios básicos y limitados, lo que requiere una explicación y guía desde el comienzo sobre lo que significa tener hábitos de higiene. Muchos de nuestros estudiantes no cuentan con la presencia familiar que les permita llevar a cabo prácticas y consignas desde su casa, lo que hace que la escuela sea un espacio fundamental para la formación y el desarrollo de hábitos saludables.

Por lo tanto, en este proyecto se pretende incluir a las familias, a las comunidades y a las organizaciones que trabajan en el barrio con las mismas preocupaciones que la escuela, con el objetivo de unir esfuerzos y darle a las infancias herramientas para poder vivir en un mundo más saludables.

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

Promover el bienestar integral y el desarrollo saludable de los niños de primer ciclo de nuestra escuela a través de la implementación de actividades que fomenten una alimentación balanceada, el cuidado personal y la práctica regular de ejercicio físico, generando un impacto positivo en su salud física, mental y emocional.

---

## 3. DISEÑO PEDAGÓGICO

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

Comprensión de hábitos saludables.

Afianzar normas de higiene.  
Conocer la transformación de una materia prima en un elemento elaborado.  
Identificar alimentos saludables y sus beneficios nutricionales.  
Reconocer la importancia de una dieta balanceada y la hidratación.  
Desarrollar habilidades de alimentación saludable.  
Fomentar el cuidado personal y la práctica regular de ejercicio físico.  
Reconocer que la salud integral implica interconexión entre la salud física, emocional y mental.

1- Habilidades de alimentación saludable:  
Conocimiento sobre alimentos nutritivos y sus beneficios  
Aprendizaje de hábitos alimenticios balanceados  
Comprensión de la importancia de la hidratación adecuada.

2- Cuidado Personal:  
Prácticas de higiene diaria, como el lavado de manos y el cepillado de dientes.  
Autocuidado emocional y reconocimiento de sentimientos  
Desarrollo de rutinas de sueño saludables

3-Habilidades físicas:  
Participación en actividades físicas y deportes.  
Mejora en la coordinación motriz y el equilibrio.  
Fortalecimiento de la resistencia y la flexibilidad.

4- Habilidades sociales:  
Trabajo en equipo y colaboración en actividades grupales.  
Comunicación efectiva y empatía hacia los demás.  
Desarrollo de la confianza y la autoestima.  
Identificación y reconocimiento de emociones propias y ajenas

5- Habilidades cognitivas:  
Toma de decisiones informadas sobre su salud y bienestar  
Resolución de problemas y pensamiento crítico  
Aprendizaje continuo y curiosidad por nuevos conocimientos.

## **ÁREAS Y CONTENIDOS**

Ciencias Naturales, Ed. Física, Matemática, Lengua, Formación Ética y ciudadana y Ciencias Sociales.

### **Contenidos curriculares:**

-Ciencias Naturales  
Alimentación saludable  
Comprensión de los fenómenos del mundo físico a través del reconocimiento de que una acción mecánica puede producir distintos efectos en un objeto.  
El conocimiento y desarrollo de acciones que promuevan hábitos saludables, reconociendo las posibilidades y ventajas de estas conductas  
-Educación física  
Prácticas corporales ludomotrices: conocimiento, expresión, dominio y cuidado del cuerpo

Exploración, experimentación sensible y disfrute del ambiente natural, asumiendo actitudes de cuidado de los mismos

Formación ética y ciudadana

Valoración del cuidado de la salud y el ambiente

Ejercicio del diálogo y su progresiva valoración como herramienta para la construcción de acuerdos y resolución de conflictos

-Ciencias sociales

Conocer las diferencias entre elementos de la naturaleza y los construidos por la sociedad.

Determinar normas que se elaboran para cuidar la salud de la población.

-Lengua

Contar historias y conversar a partir de sus experiencias.

Componer textos a través de la transcripción de lo que se le cuenta a la docente

Relacionar lo que se escucha con las propias experiencias.

-Matemática

Lectura de números

Uso de escrituras numéricas en diferentes contextos

Resolución de operaciones de adición y sustracción en situaciones problemáticas

### **Producto final esperable:**

Se espera que, al finalizar el proyecto, se hayan logrado los siguientes resultados:

Que las familias hayan aumentado su participación y compromiso con la educación y el bienestar de sus hijos.

Que la escuela haya fortalecido su rol como espacio de enseñanza, experiencia y herramientas.

Que las organizaciones barriales y territoriales hayan sido incorporadas como figuras de referencia y apoyo para las familias y la escuela.

Que los niños y niñas hayan adquirido habilidades y conocimientos básicos sobre salud y bienestar.

Que la comunidad, en su totalidad, haya sido sensibilizada sobre la importancia de la salud y el bienestar en la infancia.

El producto final esperable es una comunidad más saludable y conectada, donde las familias, la escuela y las organizaciones territoriales trabajen juntas para promover el bienestar y la salud de los niños y niñas.

Para celebrar la culminación del proyecto, organizaremos una jornada especial en la que nuestros pequeños héroes de la salud serán los protagonistas. Para homenajear todo el trabajo del año y compartirlo realizaremos una Caminata/Bicicleteada por la Salud: que será organizada por la escuela y la comunidad, para promover la actividad física y la salud.

Será una experiencia pensada tanto para grandes como para chicos, dado que, se trabajará para que organizaciones barriales puedan tener stands y realicen actividades relacionadas con la salud y el bienestar, como chequeos médicos, talleres de nutrición, etc.

---

## 4. PLANIFICACIÓN

### **Duración del proyecto:**

2025

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

Libro de Recetas Saludables: Un libro creado por los estudiantes y la comunidad, con recetas saludables y fáciles de preparar.

Jardín de Hierbas y Verduras: Una huerta vertical creada en la escuela donde los estudiantes y la comunidad puedan cultivar hierbas y verduras saludables.

Jornada de la Salud: Una jornada en la que se ofrezcan talleres, charlas y actividades relacionadas con la salud y el bienestar.

## **RECURSOS**

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

cocina, comedor, aula amplia para trabajar en equipo, aula de Educación Física, patio cubierto, proyector y computadora.

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

Recursos Materiales

Materiales didácticos: libros, cuadernos, lápices, colores,etc.

Recursos audiovisuales: videos educativos, presentaciones interactivas, y documentales sobre salud.

Materiales para Huerta: Semillas: de diferentes vegetales y hierbas (lechuga, zanahoria, perejil, etc.), Sustrato: tierra de buena calidad para cultivo, Macetas o recipientes de diversos tamaños para siembra y trasplante, Herramientas de jardín: palas, rastrillos, regaderas, guantes, etc., Materiales para riego: aspersores o simplemente una regadera, Etiquetas: para identificar los diferentes cultivos, Material de apoyo educativo: libros, guías y fichas sobre cultivo y cuidado de plantas.

Materiales de manualidades: cartulinas, tijeras, pegamento, pinturas, etc.

Materiales de Ed. Física: Pelotas, Conos y aros, Cuerdas y cintas, Colchonetas, etc.

Alimentos saludables

Recursos Tecnológicos

Computadoras y tablets: para acceso a internet, uso de aplicaciones educativas y herramientas digitales.

Proyector y pantalla: para mostrar videos y presentaciones.

Software educativo: aplicaciones y programas que faciliten el aprendizaje interactivo sobre salud.

Acceso a internet: para investigar y acceder a recursos en línea.

Recursos Edilicios

Aula adecuada: un espacio amplio y bien iluminado que permita la movilidad y el trabajo en equipo.

Zonas de trabajo: mesas y sillas organizadas para diferentes actividades.

Espacios de almacenamiento: para guardar materiales y recursos.

Área de descanso: un rincón tranquilo donde los alumnos puedan relajarse y reflexionar.

### **Organizaciones aliadas:**

Centro de salud “El naranjo”

Vecinal “22 de Julio”

Centro de salud N° 10 “Villa manuelita”

Inta (Instituto Nacional de Tecnología Agropecuaria)

Equipo de salud del Centro Municipal de Distrito Sur

---

## **5. FORMACIONES ESPECÍFICAS REQUERIDAS:**

Capacitación con nutricionistas y pediatras sobre alimentación saludable.

Requerimientos en la primera infancia. Impacto de la alimentación y el ejercicio físico en la salud de los niños.

Visita y capacitación en el vivero municipal.

---

## **6. EVALUACIÓN**

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

impacto en la salud y el bienestar de los estudiantes, cumplimiento del plan de alimentación saludable, participación de los estudiantes y la comunidad en el proyecto.

Instrumentos de evaluación: encuesta, observaciones, registros del progreso.

---

## **7. SOCIALIZACIÓN**

### **Del proyecto:**

Presentación en la escuela, difusión en redes sociales, contacto con organizaciones aliadas

## **De los resultados:**

Informe final, jornada saludable para compartir los resultados obtenidos y del camino recorrido por los y las estudiantes.