

Raíces que unen: Caminata saludable inclusiva

Category: Comunidad Saludable
17 de marzo de 2026



INDAGACIÓN

Tema /Subtemas:

Reconocimiento de los bosques frutales y nativos de la ciudad. Integración entre alumnos de ambas escuelas.

Pregunta impulsora:

¿De qué manera podemos promover vínculos afectivos y respetuosos entre alumnos de distintas instituciones mediante actividades físicas y recreativas que, además, integren prácticas de alimentación saludable?

Contexto:

Este proyecto propone una experiencia integradora y sensorial en contacto con la naturaleza, a través de una jornada compartida con estudiantes de la formación integral de la escuela especial, en el marco del proyecto “Comunidades Educativas: Comunidad Saludable, y “Octubre, mes de la Inclusión”.

La actividad se desarrolla en un bosque frutal local, donde se realiza una caminata guiada que invita a explorar el entorno, reconocer especies nativas y disfrutar del aire libre.

Durante el recorrido, se promueve la interacción entre los participantes mediante dinámicas que estimulan la comunicación, el respeto y la empatía.

La jornada continuará con una caminata por los bulevares de la ciudad. El recorrido se plantea como una experiencia inclusiva, recreativa y promotora del bienestar físico y emocional.

Durante la caminata, se fomenta el encuentro intergeneracional y la construcción de vínculos a través del movimiento compartido, el diálogo espontáneo y el disfrute del espacio público.

La actividad culmina con una merienda saludable en las instalaciones de la Escuela Especial N°2085, con el fin de conocer un nuevo espacio escolar, disfrutar de las instalaciones al aire libre e interiorizarse de la propuesta pedagógica-didáctica que se realiza en dicha escuela.

Objetivo general del proyecto:

* Fomentar la interacción respetuosa y afectiva entre estudiantes de distintas

instituciones.

* Incentivar hábitos saludables mediante la actividad física al aire libre y la alimentación consciente.

* Revalorizar el entorno natural como espacio educativo, de encuentro y disfrute colectivo.

DISEÑO PEDAGÓGICO

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

* Fomentar la interacción respetuosa y afectiva entre estudiantes de distintas instituciones.

* Incentivar hábitos saludables mediante la actividad física al aire libre y la alimentación consciente.

* Revalorizar el entorno natural como espacio educativo, de encuentro y disfrute colectivo.

ÁREAS Y CONTENIDOS

*Ciencias Naturales

*Lengua y Literatura

Contenidos curriculares:

Salud y cuidado del cuerpo

● Sistemas de la nutrición humana.

● Beneficios de la actividad física regular: caminata como práctica accesible y saludable.

● Prevención de enfermedades crónicas a través de hábitos saludables.

Educación ambiental y sostenibilidad

● Impacto del ser humano en los ecosistemas.

● Prácticas sustentables: compostaje, reciclaje, cuidado del suelo.

Producto final esperable:

Realización de videos cortos, teniendo en cuenta la siguiente organización:

a) Introducción: (Video 1)

Breve presentación del proyecto: objetivos, contexto, por qué la alimentación saludable es importante.

(Puede incluir testimonios de estudiantes o docentes explicando la motivación.)

b) Recorrido por el bosque frutal (Video 2)

Mostrar la caminata, los árboles, frutos y explicaciones sobre su valor

nutricional y cultural y resaltar la conexión con la naturaleza y la importancia de rescatar saberes locales.

c) Reflexión sobre los ultra procesados (Video 3)

Explicar qué son, sus riesgos, y contrastarlos con los alimentos naturales vistos en el recorrido.

d) Actividad recreativa y participación (Video 4)

Mostrar dinámicas grupales, charlas, momentos de disfrute.

Reflejar cómo el aprendizaje se dio en un ambiente lúdico y comunitario.

e) Cierre y mensaje final (Video 5)

Síntesis de lo aprendido.

Invitación a seguir practicando hábitos saludables.

Duración: cada video entre 2 y 4 minutos, para que sean ágiles.

Estilo: mantener un hilo conductor (misma tipografía, colores, música de fondo).

PLANIFICACIÓN

Duración del proyecto:

2026, 2027

Acciones a llevar a cabo:

Reducir el consumo de alimentos procesados y azucarados.

Aumentar la ingesta de frutas y verduras de colores.

Fomentar el cultivo de árboles frutales y nativos

RECURSOS

Necesarios para llevar adelante el proyecto:

INTERNET

KIT COCINA

KIT LIBRERIA

KIT HUERTA

KIT AMBIENTAL

Organizaciones aliadas:

Escuela Especial Juan Salvador Gaviota

Bosque Frutal del Sr. Javier Olivera

Bosque Nativo Municipalidad de Totoras.

FORMACIONES ESPECÍFICAS REQUERIDAS:

Agroecología, Alimentación y cocina saludable, Convivencia
Escritura creativa y producción literaria, Estrategias de Comunicación, Flora
nativa, aromática y medicinal

EVALUACIÓN

Criterios e instrumentos de evaluación:

Criterios:

- Responsabilidad y compromiso en todas las actividades propuestas.
- Cumplimiento con las normas de convivencia escolar durante el viaje.
- Apropiación de los conocimientos trabajados en la salida escolar.

Instrumentos:

- Observación directa.
 - Indagación sobre lo observado y experimentado.
 - Trabajos prácticos haciendo uso de la lengua materna, la lengua extranjera y el lenguaje visual.
 - Elementos tecnológicos para el registro fotográfico.
-

SOCIALIZACIÓN

Del proyecto:

Comunicación oral y escrita entre alumnos e instituciones
Haciendo uso de las redes sociales.

De los resultados:

- Reflexión sobre las actividades realizadas durante la excursión y elaboración de conclusiones y puestas en común para dar cuenta de las conexiones cognitivas realizadas durante la salida escolar.
- Proponer nuevos momentos de encuentro para pensar en acciones que sean consecutivas a esta primer experiencia (como ejemplo se sugiere pensar en el espacio amplio de la escuela especial como potable para la siembra de frutales. Plantear un trabajo junto al CEA para el cuidado y recolección de frutos y como potencial, pensar en la elaboración de jugos, dulces y otras elaboraciones a futuro, ya que la Escuela especial tiene una cocina autorizada.
- Entrega de trabajos escritos sobre las conclusiones y conexiones realizadas con

los contenidos trabajados previamente y los obtenidos a través del viaje realizado.

- Debate sobre la intervención humana en ecosistemas.
- Reflexión y elaboración de trabajos escritos teniendo en cuenta las experiencias vividas durante la salida escolar y los conocimientos trabajados en clase.

IDENTIFICACIÓN

Integrantes del proyecto:

E.E.M.P.A N° 1270 «Ana María Agüero»

Escuela Especial N° 2085 «Juan Salvador Gaviota»

Cantidad estimada de participantes:

Docentes y directivos: 7

Estudiantes: 76

Apellido y Nombre del Referente de contacto: Brioni Fabiana

Email del referente: brionifabiana@gmail.com