

Salud en Nuestras Manos: Aprendiendo a Cuidarnos

Category: Comunidad Saludable
9 de marzo de 2025



INDAGACIÓN

Tema /Subtemas:

Prevención e higiene, alimentación saludable y nutrición, movimiento, descanso y recuperación, salud mental y bienestar psicológico, salud sexual integral y relaciones afectivas saludables

Pregunta impulsora:

¿De qué manera podemos gozar de una buena salud?

Contexto:

Pensando la escuela como generadora de cambios, con una influencia que traspasa las aulas e impacta en la comunidad. La idea es ir pensando nuevas estrategias en forma corresponsable para mejorar aquellos comportamientos y acciones que redundan de manera positiva en nuestra salud física, emocional y relacional, se convierten en hábitos de vida saludable a través de la formulación y el desarrollo de proyectos interdisciplinarios protagonizados por los estudiantes. El mejor momento para inculcar y, por tanto, adquirir este tipo de hábitos es la infancia, la etapa en que el niño aprende y copia comportamientos de los adultos que le rodean y que lógicamente va a depender del contexto familiar, social y cultural en el que el niño se desenvuelve.

Objetivo general del proyecto:

Cultivar una cultura de salud en nuestros estudiantes y sus familias, fomentando hábitos que perduren a lo largo de la vida, con la participación activa de la comunidad, se puede crear un entorno más saludable y consciente que beneficie a todos.

DISEÑO PEDAGÓGICO

Objetivos de Capacidades y de Aprendizajes que se

desarrollarán con el proyecto:

. Hábitos de vida saludables en los estudiantes de nivel inicial y primario a través de acciones de educación y concientización.

.Participación activa de la comunidad educativa y local en la promoción de la salud.

.Desarrollo de un enfoque interdisciplinario que conecte la salud física, emocional y relacional.

ÁREAS Y CONTENIDOS

Ciencias naturales

Lengua

Matemática

Educación artística

Educación física

Tecnología

E.S.I.

Ciencias sociales

Contenidos curriculares:

-El reconocimiento de los principales cambios en su cuerpo y sus posibilidades, como resultado de los procesos de crecimiento y desarrollo y el conocimiento de algunas acciones básicas de prevención primaria de enfermedades

- El conocimiento y desarrollo de acciones que promuevan hábitos saludables, reconociendo las posibilidades y ventajas de estas conductas.

- enfermedades eta: Enfermedades de transmisión alimenticia.
- diferencia entre nutrición y alimentación.
- etapas de la nutrición según edad.
- informarse sobre diversas enfermedades; diabetes, celiaquía, intolerancia a la lactosa.

- consumo de comidas rápidas, grasas y azúcares.

- implementación de huertas orgánicas en los hogares.

- compostaje y reciclaje.

- Prevención de enfermedades: Dengue, gastroenteritis, diferentes virus -

- Importancia de leer o pedir que lean la información que traen impresos los productos: Información nutricional, conservación y fecha de vencimiento.

- comprensión de texto, cuadro sinóptico y comparativo.

- familia de palabras.

-La escritura asidua de textos en colaboración con el docente, en condiciones que permitan discutir y consensuar el propósito, idear y redactar el texto conjuntamente con el maestro

- Fracciones

- medidas de peso y capacidad.

- área y perímetro

- numeración
- operatoria
- resolución de problemas
- estadística y probabilidad

-La construcción de la propia identidad desde la comprensión, valoración, respeto y disfrute de las manifestaciones artísticas que integran el patrimonio cultural de la localidad y de la región a la cual pertenecen. El aprendizaje progresivo de los elementos que componen cada lenguaje a través del juego, la exploración y la experimentación con la voz y el cuerpo y con diversos materiales, instrumentos y procedimientos. El reconocimiento de las posibilidades imaginativas, expresivas y comunicacionales del cuerpo con su memoria personal, social y cultural, en el proceso de aprendizaje de los lenguajes artísticos.

-El desarrollo de la imaginación, la creatividad y la sensibilidad estética a través de la participación en proyectos grupales en situaciones que requieran: - explorar sus posibilidades vocales (voz hablada y voz cantada: susurros, glissandos, imitación de sonidos su entorno) y aplicarlas en arreglos vocales y/o sonorizaciones;

- Enriquecer sus producciones aplicando diferentes toques y modos de acción en fuentes sonoras convencionales y no convencionales; - improvisar motivos rítmicos y melódicos con la voz, percusión corporal y otras fuentes sonoras.

-Disfrutar de las producciones musicales propias realizadas en base a sus posibilidades;

- Reconocer el propio cuerpo como primer instrumento en producciones vocales y/o instrumentales (realizando acciones independientes: cantar o ejecutar);

- Manipular y explorar materiales e instrumentos musicales diversos (convencionales y no convencionales) para utilizarlos luego con fines expresivos;

-La participación y apropiación de juegos de cooperación y/o de oposición, juegos atléticos y juegos deportivos modificados, comprendiendo y acordando su estructura lógica -finalidad, reglas, estrategias, roles, funciones, espacios y tiempos, habilidades motrices y comunicación.

-La experiencia de integrarse con otros en juegos de cooperación y/o de oposición, juegos atléticos y juegos deportivos modificados, participando en encuentros con finalidad recreativa.

-La práctica y valoración de juegos colectivos, tradicionales, autóctonos y de otras culturas.

La creación y apropiación de prácticas corporales y motrices expresivas, con elaboración de secuencias individuales y grupales.

El acuerdo de normas de interacción, higiene y seguridad para promover el disfrute de todos; - la exploración, experimentación sensible y descubrimiento del nuevo ambiente y la conciencia crítica de su problemática; - la creación de

actividades ludomotrices individuales y grupales para el desempeño eficaz, placentero y equilibrado en el ambiente; el registro, análisis, comparación y modificación postural, del equilibrio y los estados corporales; – la identificación de las capacidades condicionales en prácticas motrices que impliquen: La flexibilidad y la velocidad cíclica y acíclica.

El reconocimiento, ajuste y variación de estructuras y secuencias rítmicas. □ la identificación de aspectos saludables en las prácticas corporales y motrices.

El interés por y la indagación de la coexistencia, en una misma sociedad o cultura, de tecnologías diferentes para lograr procesos y funciones equivalentes.

Esto supone: – reconocer que un mismo proceso puede realizarse mediante el empleo de tecnologías diferentes de acuerdo a intereses diversos, cambios de contexto y a los medios disponibles; – reconocer “familias” de herramientas que se emplean en un mismo medio sociocultural y la relación existente entre sus características y la tarea en que son empleadas; – reflexionar acerca de que la información puede ser transmitida a través de una variedad de medios técnicos y que es un proceso que transforma las actividades humanas y las relaciones de espacio y tiempo.

Utilización de las tecnologías para investigación.

Implementación de huertas orgánicas en los hogares.

– compostaje y reciclaje.

El análisis de los estereotipos corporales de belleza La superación de los prejuicios y las actitudes discriminatorias Los vínculos socio afectivos con los pares, las/os compañeras/os, las familias y las relaciones de pareja El embarazo: aspectos biológicos, sociales, afectivos y psicológicos Los métodos anticonceptivos La prevención de las infecciones de transmisión sexual El derecho a la intimidad y el respeto a la intimidad de los/as otros/as La vulneración de derechos: el abuso sexual, la violencia de género y la trata de personas Prevención del grooming El concepto de intimidad y cuidado de la intimidad propia y de las/os otras/os Decir no frente a interacciones inadecuadas con otras personas No guardar secretos que los/as hacen sentir incómodos/as, mal o confundidos/as

El cuerpo humano como totalidad con necesidades de afecto, cuidado y valoración Los procesos de crecimiento, desarrollo y maduración Los caracteres sexuales Los cambios que se ven y se sienten en la pubertad La igualdad para varones y mujeres en juegos y en actividades motrices e intelectuales Las configuraciones familiares en distintas épocas y culturas La diversidad en las personas: apariencia física, orientación sexual e identidad de género La construcción de una identidad nacional respetuosa de la diversidad cultural. La apropiación de ideas, prácticas y valores democráticos que permitan vivir juntos y reconocerse como parte de la sociedad argentina. La valoración del diálogo como instrumento privilegiado para solucionar problemas de convivencia y de conflicto de intereses en la relación con los demás. El interés por comprender la realidad social pasada y presente, expresando y comunicando ideas, experiencias y

valoraciones. La identificación de distintos actores (individuales y colectivos) intervinientes en la vida de las sociedades del pasado y del presente, con sus diversos intereses, puntos de vista, acuerdos y conflictos.

Producto final esperable:

Fomentar un estilo de vida saludable, resulta en una buena calidad de vida, previene enfermedades y potencia factores de protección. Si trabajamos los hábitos alimentarios en niños, la higiene entendida en su sentido más amplio, la actividad física, la regulación de emociones, etc. De forma integral, seguramente conseguiremos que nuestras infancias maduren de forma saludable y estable. Buscamos formar redes con instituciones locales: Samco, club, comuna, otras escuelas, para que de manera mancomunada logremos los objetivos propuestos.

PLANIFICACIÓN

Duración del proyecto:

2025

Acciones a llevar a cabo:

Trabajar sobre hábitos de vida saludables en los estudiantes de nivel inicial y primario a través de acciones de educación y concientización.

Promover la participación activa de la comunidad educativa y local en la promoción de la salud.

Desarrollar de un enfoque interdisciplinario que conecte la salud física, emocional y relacional.

RECURSOS

Disponibles en la institución:

computadoras, salones de clases, patios amplios, s.u.m., proyector, pizarras, equipos de sonido, material didáctico, material de educación física

Necesarios para llevar adelante el proyecto:

creemos contar con lo necesario

Organizaciones aliadas:

Comuna, E.E.S.O. Nro 488, Bomberos Voluntarios, SAMCo, Instituciones intermedias

FORMACIONES ESPECÍFICAS REQUERIDAS:

Educación emocional

EVALUACIÓN

Criterios e instrumentos de evaluación:

Evaluación Continua: A través de observaciones en las actividades, encuestas a estudiantes y padres sobre cambios en hábitos.

Proyectos Finales: Cada grupo puede presentar un proyecto final que integre lo aprendido, como recetas saludables, un mural informativo, o una presentación sobre los beneficios de la alimentación saludable, el deporte, etc. elaboración folletos y recursos audiovisuales de promoción.

SOCIALIZACIÓN

Del proyecto:

Difusión en encuentros de familias, divulgación de trabajos, redes sociales, etc.

De los resultados:

Muestras interactivas, participación y organización de jornadas deportivas, campamentales, etc.

IDENTIFICACIÓN

Integrantes del proyecto:

Kieffer, Ana Maria

Zaniboni, Emanuel David

Rodriguez, Daniela

Gimenez, Jesica Mabel

Pernussi, Betina Mariel

Montero, Marcela Ramona Guadalupe

Reible, Stella Maris

Milesi, Marisa Liliana

Gomez, Yoana Belen

Kieffer, Laura Raquel

Bonavía, Karina Viviana

Imhoff, Silvia Rosa

Nanzeryoel Jesus

Bardus, Daniela Carolina

Ambort, Daniel Adrian

Dajan, Yohana Dalma

Gonzalez Arbilla, Lorena Beatriz

Cantidad estimada de participantes:

Docentes y directivos: 23

Estudiantes: 141

Apellido y Nombre del Referente de contacto: Ana María Kieffer

Email del referente: anakieffer@hotmail.com