

# Sembramos vida, cultivamos salud

Category: Comunidad Saludable

28 de enero de 2025



## IDENTIFICACIÓN

Comunidad: **Saludable**

**Título del proyecto: Sembramos vida, cultivamos salud**

Institución: **ESCUELA NRO 6107 «MISIONERO FRAY ERMETE CONSTANZI»**

CUE: **8203183**

Nivel/Modalidad: **Primario/Común**

Localidad: **SAN ANTONIO DE OBLIGADO**

Regional: **2**

---

## INDAGACIÓN

### Tema /Subtemas:

Alimentación saludable e higiene de los alimentos + Subtema: La huerta

### Pregunta impulsora:

¿Cómo podemos fomentar y mejorar desde la escuela, hábitos de higiene y alimentación saludable?

### Contexto:

En el último tiempo, los docentes observamos que los estudiantes que asisten a nuestra escuela, en diferentes momentos, consumen alimentos poco saludables y no demuestran hábitos de higiene y manipulación de alimentos al consumirlos. Por su parte, el personal del comedor observó y dio aviso que ante determinados menús, mostraban rechazo a esos alimentos, ya que no forman parte de la dieta diaria en su hogar.

Ante esta situación, surgió la idea de crear una huerta escolar para que nuestros alumnos practiquen conocimientos, actitudes y habilidades relacionadas con los hábitos de higiene, el cuidado de la salud y una buena alimentación para un desarrollo pleno en su crecimiento y evolución.

## **Objetivo general del proyecto:**

Crear un espacio de aprendizaje práctico y sostenible en la escuela, donde los estudiantes puedan desarrollar diferentes habilidades mientras se fomenta la salud, la nutrición y la conciencia ambiental en la comunidad escolar y local.

---

## **DISEÑO PEDAGÓGICO**

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

Conocer las necesidades y requerimientos nutricionales en las etapas de mayor crecimiento, identificando los distintos grupos de alimentos y los nutrientes que nos aportan.

Determinar cómo influyen los patrones culturales estéticos propiciados por la cultura del consumo y la imagen sobre los hábitos alimentarios.

Comprender los beneficios de una buena alimentación para la salud física y el bienestar general.

Identificar los alimentos locales y de temporada disponibles en nuestra región, para aprovechar sus beneficios.

Conocer las propiedades nutricionales de los alimentos cultivados en la huerta.

Leer y comprender información nutricional.

Identificar plagas y enfermedades comunes en las plantas y aplicar medidas de control orgánico.

Difundir, promover y apoyar la participación de la escuela y la comunidad para reciclar, separando lo orgánico e inorgánico.

Afianzar normas de higiene.

Conocer la transformación de una materia prima en un elemento elaborado.

Promover la cocina casera y la preparación de alimentos saludables.

Crear un entorno que apoye la alimentación saludable.

Promover hábitos de higiene y alimentación saludables a través de campañas y charlas que se repliquen desde la escuela.

## **ÁREAS Y CONTENIDOS**

Ciencias Naturales, Prácticas del lenguaje, matemática, ciencias sociales, formación ética, educación emocional, áreas especiales (música, plástica, educación física, tecnología)

### **Contenidos curriculares:**

CIENCIAS NATURALES

Alimentos y alimentación. Óvalo nutricional.

Consumo, contaminación y conservación de los alimentos.

Las funciones de nutrición. El Sistema Digestivo.

La gráfica de la alimentación saludable.

Los grupos de alimentos.  
Los principales nutrientes de los grupos de alimentos.  
Los alimentos de todos los días y los alimentos de consumo moderado.  
Cantidades recomendadas de cada grupo de alimentos.  
La importancia del desayuno.  
Alimentación e Higiene.  
El lavado de manos.  
Higiene, preparación y conservación de alimentos.  
Temperatura y conservación de las comidas.  
Cuidado de la salud y el ambiente.  
Reproducción de las plantas.  
El aire, agua y suelo como requerimientos básicos para los seres vivos.  
El agua como recurso natural.  
Los seres vivos: diversidad, unidad, interrelaciones y cambios.  
Los materiales y sus cambios.  
La tierra, el universo y sus cambios.  
El ser humano y la naturaleza.  
Prevención de enfermedades comunes en la infancia.  
El descanso y la salud.  
El cuidado del cuerpo.  
La higiene personal.  
La salud bucal.

#### PRÁCTICAS DEL LENGUAJE

Práctica de la lectura: individual, compartida, secuencial e intensiva.  
Comprensión, producción oral y escrita.  
Tipos de texto: instructivo, propaganda, folletos...  
Lectura y escritura.  
Participación en diversas situaciones de escucha y producción oral.  
Encuestas, entrevistas.

#### CIENCIAS SOCIALES

Los espacios rurales y las actividades económicas y agropecuarias.  
Circuito productivo.  
Los recursos naturales.  
Población y actividades económicas: aprovechamiento de los recursos naturales.  
El espacio vivido: la casa y la escuela.  
Los espacios rurales y urbanos.

#### MATEMÁTICA

Medidas convencionales y no convencionales.  
Medidas de capacidad, peso y longitud  
Relaciones espaciales.  
El plano.  
Lectura de números.  
Escritura numérica.

Operación.  
Sistema monetario.  
Situaciones problemáticas.

#### FORMACIÓN ÉTICA

Formas de participación democrática.  
Normas de convivencia en la escuela.  
Valor del respeto y la solidaridad.  
Derechos y obligaciones de los niños.  
Las necesidades sociales básicas (salud)

#### ESI y EDUCACIÓN EMOCIONAL

El cuidado integral de las personas.  
Normas y hábitos que involucran la propia integridad física y psíquica.  
Los derechos del niño y el cuidado integral de las personas.  
Habilidad para expresar la defensa de su integridad física y emocional.  
Los valores vividos y lo aprendido.

#### ESPECIALIDADES

Huerta: análisis y diseño del proceso.  
Reciclaje.  
Confección de productos.  
Organización de procesos de producción.  
Dibujo, pintura, grabado, collage, escultura, construcción, modelado.  
Cambios corporales en la actividad física.  
El cuerpo y sus partes.  
La actividad física y la salud.  
La expresividad.

#### **Producto final esperable:**

Guía de recursos para cuidar la salud, alimentación saludable, hábitos de higiene y manipulación de alimentos  
Guías de recetas saludables a través de folletos informativos, videos educativos.  
Desarrollo de una huerta comunitaria escolar

---

## **PLANIFICACIÓN**

#### **Duración del proyecto:**

2025

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

Acciones de indagación:  
Realizar encuestas para conocer y evaluar hábitos alimentarios

Organizar talleres para indagar y conocer el estado de situación (como es la alimentación, hábitos, descanso, recreación, etc. )

Acciones de promoción de hábitos saludables:

Promocionar la alimentación saludable y los hábitos de una vida saludable a partir de talleres de cocina saludable para estudiantes y para padres

Fomentar la ingesta de frutas y verduras en la escuela (comedor escolar)

Establecer redes con instituciones y profesionales que aporten sobre la toma de conciencia y cambio de hábitos para generar acciones responsables en la salud partiendo de la alimentación. Trabajar con organizaciones comunitarias y locales.

Fomentar la investigación y el aprendizaje escolar sobre salud y bienestar.

Huerta escolar: diseñar la huerta y planificar la plantación donde poner en practica lo investigado.

Acciones de colaboración y participación:

Trabajar con organizaciones comunitarias y locales

Fomentar la participación de todos los integrantes de la comunidad educativa, invitar a los padres, realizar talleres y charlas.

Organizar eventos deportivos y físicos en la escuela abierto a las familias

Acciones de comunicación:

Difusión de lo trabajo y las conclusiones a través de Desa un boletín informativo

Crear videos de concientización para compartir en redes sociales y medios de comunicación,

## **RECURSOS**

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

Terreno destinado a la huerta.

Recurso humano: docentes, alumnos, familias.

Biblioteca escolar.

Comedor escolar.

Fotocopiadora, impresora, televisor, conectividad, proyector,

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

Herramientas de jardinería: palas, mangueras, asadas, alambrado (tejido, madera)

Semillas.

Plantines.

Insumos de librería.

Equipo de sonido y tecnológico

Conectividad efectiva

### **Organizaciones aliadas:**

Comuna local.

INTA.

Caps.  
ACRyT (Asociación Comunal de Recreación y Turismo)  
Radios locales.  
Cable televisora

---

## **FORMACIONES ESPECÍFICAS REQUERIDAS:**

Charlas Talleres con profesionales de la salud para modificar hábitos alimentarios y de higiene de los alimentos que benefician a la salud: Nutricionistas, dentistas, pediatras.  
Capacitación en la manipulación y conservación de alimentos.

---

## **EVALUACIÓN**

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

Criterios para evaluar el proyecto  
Participación activa en las actividades propuestas.  
Responsabilidad y trabajo en equipo y colaborativo en los diferentes momentos del proyecto.  
Observación directa y ajustes necesarios de cada momento del proyecto.

Instrumentos

Métodos y/o herramientas de evaluación  
Planilla de registro semanal del avance de la huerta.  
Asistencia de las familias a las charlas, talleres, capacitaciones y cuidado de la huerta.

---

## **SOCIALIZACIÓN**

### **Del proyecto:**

Mediante carteleras semanales.  
A través de afiches y folletos.  
Entrevistas y videos divulgados por los medios de comunicación.  
A través de videos informativos para compartir en redes sociales

### **De los resultados:**

Encuentros con las familias.  
Exposiciones de diferentes trabajos áulicos.

**Integrantes del proyecto:**

Ruiz Emilce Maria luisa, Maestra de grado  
Bova Nelva Andrea, Maestra de grado  
Carrera Cristian Antonio, Maestro de grado  
Sosa clarisa Belén , Maestra de grado  
Hardy Johana Georgina, Maestra de grado  
Homez Adriana, Maestra de grado  
Barraza Cecilia, Maestra de grado  
Aranda Liliana, Maestra de grado  
Vallejos, Rosa Liliana

**Cantidad estimada de participantes:**

Docentes y directivos: 35  
Estudiantes: 400

Apellido y Nombre del Referente de contacto: Vallejos, Rosa Liliana  
Email del referente: vallejosrosita20@gmail.com