

# Transformando nuestra alimentación

Category: Comunidad Saludable

10 de marzo de 2025



## INDAGACIÓN

### Tema /Subtemas:

Alimentación y nutrición / Huerta y comedor escolar.

### Pregunta impulsora:

¿De qué manera podemos generar hábitos alimenticios saludables a través de la mejora del comedor institucional?

### Contexto:

En esta Institución el 6to y 7mo grado, desde el área Tareas Agropecuarias, llevan adelante la producción de hortalizas para el comedor escolar y venta del excedente a la comunidad.

Desde el mes de abril este grupo de estudiantes comenzó a manifestar que las comidas que ofrece el comedor escolar eran “aburridas” y que necesitaban cambios. Surge entonces la idea de proponer, con la ayuda de la nutricionista de la localidad, un nuevo mosaico alimenticio utilizando la producción hortícola que llevan adelante y nuevas recetas que ellos mismos propongan al personal del comedor, siempre respetando las reglamentaciones nutricionales vigentes. Además tener en cuenta el presupuesto con el que se cuenta.

### Objetivo general del proyecto:

Explorar diferentes estrategias que permitan mejorar la alimentación combinando

producción, elaboración y costos, para el desarrollo de un plan alimenticio semanal variado, sano y rico para toda la comunidad escolar.

---

## **DISEÑO PEDAGÓGICO**

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

El proyecto busca desarrollar las siguientes capacidades y aprendizajes:

- a) Poder planificar un calendario de siembra según la época y necesidades del comedor escolar.
- b) Realizar cálculos sobre los costos que demandará la puesta en marcha del proyecto.
- c) Diseñar un mosaico alimenticio que responda a sus gustos y también a las reglamentaciones nutricionales vigentes.
- d) Buscar y seleccionar información para proponer recetas saludables y ricas al personal de comedor escolar.
- e) Realizar encuestas a compañeros y docentes.

## **ÁREAS Y CONTENIDOS**

Lengua, Ciencias Sociales, Formación Ética y ciudadana, Matemática, Ciencias Naturales, Computación, Tareas agropecuarias.

### **Contenidos curriculares:**

**LENGUA:** La valoración de las posibilidades de la lengua oral y escrita para expresar y compartir ideas, puntos de vista propios, conocimientos. El respeto y el interés por las producciones orales y escritas de otros. La confianza en sus posibilidades de expresión oral y escrita. La participación en diversas situaciones de escucha y producción oral (conversaciones, entrevistas, exposiciones, narraciones, descripciones, instrucciones), empleando los conocimientos lingüísticos aprendidos en cada año del ciclo y en el ciclo anterior. La reflexión sobre los propios procesos de aprendizaje vinculados con la comprensión y producción de textos orales y escritos. Los tipos de textos, diagramación de cuestionarios y encuestas. Tabulación de las mismas, elaboración de cuadros sinópticos con la información obtenida.

**CIENCIAS SOCIALES:** 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.

La experiencia de elaborar y participar en proyectos que estimulen y consoliden la convivencia democrática y la solidaridad.

**FORMACIÓN ÉTICA Y CUIDADANA:** El reconocimiento de los aspectos comunes y diversos en las identidades personales, grupales y comunitarias.

La valoración de la convivencia en la diversidad.

La participación en experiencias democráticas y de ejercicio ciudadano -áulicas, institucionales y/o comunitarias- que fortalezcan las actitudes de autonomía, responsabilidad.

La construcción progresiva de nociones de libertad, paz, solidaridad, igualdad, justicia, responsabilidad.

La valoración de la práctica del diálogo como herramienta para afrontar conflictos en la comunidad educativa, en otros ámbitos y situaciones.

**MATEMÁTICA:** La realización de cálculos de presupuestos y costos de producción de

verduras y frutas.

El diseño y puesta en práctica de tablas de estadísticas y gráficos.

La resolución de situaciones problemáticas que surjan en la puesta en marcha del proyecto.

El conocimiento de diferentes unidades de medida para calcular porciones adecuadas a diferentes edades.

**CIENCIAS NATURALES:** La salud del cuerpo y su relación con la alimentación saludable.

EL cuerpo humano y sus funciones. Alimentación saludable.

Dietas equilibradas. La salud mental, importancia del deporte y la actividad física.

**COMPUTACIÓN** Las planillas de cálculo (manejo de Excel y Word). Búsqueda de información en Google.

Utilización de inteligencia artificial para acceder a información específica para el proyecto.

Diseño de publicaciones y Flyers.

**TARES AGROPECUARIAS** Estudio y conocimiento de tipos de suelo, el suelo de la granja escolar. Cultivos posibles y variedades de hortalizas según la época del año y calendarios de siembra.

Sustentabilidad. El uso de enmiendas (compost). El manejo adecuado y responsable de herramientas de la huerta

### **Producto final esperable:**

Esperamos lograr una renovación significativa del comedor escolar utilizando producción propia, que responda a la demanda del grupo de estudiantes, que a su vez sea saludable y respete las exigencias ministeriales en cuanto a costos y calidad nutricional.

---

## **PLANIFICACIÓN**

### **Duración del proyecto:**

2024, 2025

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

- Tener un manejo eficaz del calendario de siembra.
- Realizar las encuestas al alumnado y personal con el fin de tener claro los cambios que se deben realizar en el comedor escolar.
- Manejar sin margen de error presupuestos y disponibilidad de dinero para llevar adelante el proyecto.

2025:

Planificación de la producción de hortalizas según calendario de siembra y necesidades del comedor.

Investigación de tipos de verduras y frutas que se pueden incorporar a la granja, estrategias de siembra y cosecha.

Encuesta a todos los alumnos y sus familias acerca de posibles comidas a implementar en el comedor.

Diseño de un mosaico alimenticio semanal (avalado por la nutricionista) teniendo en cuenta la encuesta y los cambios de estaciones.

Control de costos y posibilidades de facturación según reglamentación ministerial.

Reuniones y acuerdos con personal del comedor escolar

Prueba piloto (experiencia de aplicación de un diseño de menú semanal en el comedor escolar)

2026:

Producción de variables de menú.

Experiencia de aplicación a otras instituciones.

## **RECURSOS**

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

Biblioteca con conectividad.

Impresora.

Materiales diversos para desarrollar actividades.

Recursos económicos elementales provistos por la cooperadora.

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

Predio de la granja escolar.

Herramientas para trabajos culturales y semillas de diferentes verduras de estación.

Computadoras, recetas, materiales (papel, tinta para impresoras, etc.)

## **Organizaciones aliadas:**

No tenemos, pero nos apoya la nutricionista de la localidad que es ex alumna de la escuela y colabora en todo lo que se le pide.

---

## **FORMACIONES ESPECÍFICAS REQUERIDAS:**

Capacitación para carnet de ASSAL extendido a alumnos de 6to y 7mo grado.  
Charlas sobre nutrición y alimentación saludable.

---

## **EVALUACIÓN**

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

Responsabilidad con que asuman la puesta en marcha del proyecto.  
Investigación acerca de menues adecuados y pertinentes.  
Elaboración de formularios de Google con preguntas estratégicas a las familias como insumo de información.  
Diseño de un mosaico alimenticio adecuado que reúna las condiciones de viabilidad.

---

## **SOCIALIZACIÓN**

### **Del proyecto:**

Participación en un programa televisivo de la ciudad de Esperanza contando el proyecto y la necesidad de llevarlo adelante.  
Reuniones de padres para dar a conocer el mismo.

### **De los resultados:**

Jornada recreativa institucional mostrando y elaborando algunos de los menú propuestos.  
Divulgación de la experiencia en algunos medios de comunicación.  
Participación en Feria de Ciencias.

---

## **IDENTIFICACIÓN**

### **Integrantes del proyecto:**

Camusso, Viviana

Schnidrig, María Daniela.

Schurrer, María José.

Bonvín, Paola.

Hecklein, Aldana.

Canepa, María Cecilia.

Cazzaniga, Paulo.

### **Cantidad estimada de participantes:**

Docentes y directivos: 7

Estudiantes: 30

Apellido y Nombre del Referente de contacto: Schürrer Ma. José

Email del referente: majos\_04@hotmail.com