

Un estilo de vida

Category: Comunidad Saludable

28 de febrero de 2025



INDAGACIÓN

Tema /Subtemas:

Alimentación, higiene y prevención

Pregunta impulsora:

¿Cómo podemos adoptar hábitos más saludables para nuestra vida diaria?

Contexto:

La salud y el bienestar son pilares fundamentales para el desarrollo integral de los niños y niñas. Un estilo de vida saludable, que incluya una alimentación equilibrada y actividad física regular, es crucial para su crecimiento físico, cognitivo y emocional. Este proyecto busca promover hábitos saludables en la comunidad escolar, desde nivel inicial hasta séptimo grado, creando un ambiente que fomente la responsabilidad individual y colectiva en el cuidado de la salud. La iniciativa se centra en la educación nutricional, la promoción de la actividad física y la creación de un entorno escolar que apoye la adopción de hábitos saludables. A través de actividades lúdicas, talleres participativos y la colaboración con las familias, se busca generar un impacto positivo a largo plazo en la salud y el bienestar de los estudiantes, contribuyendo a la prevención de enfermedades crónicas y a la mejora de su calidad de vida.

La implementación de este proyecto no solo beneficiará a los estudiantes, sino que también fortalecerá la relación entre la escuela y la comunidad, creando un ambiente de colaboración y responsabilidad compartida en la promoción de la salud. Se espera que este proyecto fomente la adopción de prácticas saludables en la comunidad en general.

Objetivo general del proyecto:

Promover y fomentar hábitos de alimentación saludable, prevención de enfermedades y prácticas de higiene adecuadas en la comunidad, mejorando su calidad de vida.

DISEÑO PEDAGÓGICO

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

Reconocer los alimentos que son buenos para el cuidado de su salud.
Conocer y diferenciar los alimentos y los grupos en los cuales se han dividido.
Incorporar hábitos de una buena alimentación.
Identificar alimentos sanos.
Clasificar los alimentos según su origen.
Afianzar normas de higiene.
Desarrollar una receta.
Conocer y utilizar instrumentos de medición
Fomentar hábitos de vida saludables en toda la comunidad escolar (estudiantes, docentes, familias) a través de actividades educativas y participativas.
Incrementar el conocimiento sobre nutrición y alimentación saludable en todos los niveles, adaptando la información a las diferentes edades y capacidades.
Promover la participación activa de las familias y la comunidad en el desarrollo e implementación del proyecto, creando un ambiente de colaboración y responsabilidad compartida.

ÁREAS Y CONTENIDOS

Ciencias Naturales, Matemática, Lengua

Contenidos curriculares:

El cuerpo humano y el cuidado de la salud
Los alimentos y la alimentación adecuada y nutritiva. La alimentación como derecho.
Órganos vinculados a la alimentación. Dientes: funciones y prevención de caries.
Enfermedades más comunes en la infancia.
Promoción de la salud: hábitos para el cuidado personal y colectivo.

Desarrollar una receta (texto instructivo).
Conocer y utilizar instrumentos y unidades de medición como gramos, kilogramos (balanza), centilitros y litros (taza medidora).

Producto final esperable:

Organizar un evento para celebrar los logros del proyecto y compartir los resultados con la comunidad.

Stands con información sobre salud con medición de tensión arterial y nivel de glucosa en sangre por un profesional de la salud del dispensario del barrio

Producciones artesanales saludables que realicen los niños y a la venta con precios accesibles.

PLANIFICACIÓN

Duración del proyecto:

2025

Acciones a llevar a cabo:

Conversar para saber sobre las ideas previas de los niños y niñas sobre los alimentos, detectar necesidades, intereses, falta de buenos hábitos alimentarios.

Observar el envase de algún producto de su merienda, dialogar sobre la información que nos brinda y sobre la nueva ley de etiquetados.

Observar alimentos que conocemos y consumimos a diario, explicar la importancia de los alimentos, así como una buena alimentación saludable.

Investigar acerca de los mismos a través de libros y folletos informativos.

Realizar folletería con diferentes temas en relación al cuidado y prevención de la salud.

Elaborar producciones artesanales saludables y venderlos en el stand a precios accesibles.

Edición de un video que documente las diferentes etapas del proyecto, mostrando la participación de los alumnos y los logros alcanzados.

RECURSOS

Disponibles en la institución:

Materiales:

Aulas y espacios para talleres y actividades.

Cocina y equipo para preparación de alimentos.

Material didáctico (libros, folletos, posters).

Equipos de audiovisuales (Televisor, proyector, computadora).

Materiales para actividades prácticas (frutas, verduras, granos).

Digitales:

Sitios web de salud y nutrición (Ministerio de Salud, Organización Mundial de la Salud).

Aplicaciones educativas de salud y nutrición.

Videos y documentales sobre alimentación saludable.

Drive del proyecto

Necesarios para llevar adelante el proyecto:

Recursos digitales, ya que no contamos con internet.

Organizaciones aliadas:

Nutricionista o especialista en salud (SAMCO de Laguna Paiva)

Asistente social (Municipalidad de Laguna Paiva)

Personal de cocina y alimentación.

Voluntarios padres/madres o miembros de la comunidad.

FORMACIONES ESPECÍFICAS REQUERIDAS:

Capacitaciones permanentes en sitio sobre alimentación saludable.

EVALUACIÓN

Criterios e instrumentos de evaluación:

Criterios

Se evaluará la comprensión de conceptos básicos sobre hábitos saludables (alimentación, higiene, actividad física, etc.)

Se observará la capacidad de los alumnos para identificar y explicar la importancia de estos hábitos para su bienestar y el de la comunidad.

Habilidades: Se evaluará la capacidad de los alumnos para aplicar los conocimientos adquiridos en su vida diaria. Esto incluye la práctica de hábitos saludables, la toma de decisiones informadas sobre su salud, y la capacidad de comunicar sus conocimientos a otros.

Actitudes: Se evaluará la actitud positiva hacia la salud y el bienestar, la responsabilidad individual y colectiva en el cuidado de la salud, y la disposición a participar activamente en el proyecto.

Participación: Se evaluará la participación activa de los alumnos en las actividades propuestas, su colaboración en equipo, y su compromiso con el proyecto.

Creatividad e Innovación: Se evaluará la capacidad de los alumnos para generar ideas nuevas y soluciones creativas para promover la salud en la comunidad.

Instrumentos

Observación directa

Análisis de producciones de los estudiantes

Rúbricas de coevaluación:

SOCIALIZACIÓN

Del proyecto:

Organizar una jornada de socialización y evaluación para celebrar los avances y logros alcanzados en el proyecto, y compartir los resultados obtenidos con la comunidad educativa, con el fin de fomentar la reflexión, el intercambio de experiencias y la

retroalimentación.

De los resultados:

Folletería con diferentes temas en relación al cuidado y prevención de la salud y la proyección continua de un video que documente las diferentes etapas del proyecto, mostrando la participación de los alumnos y los logros alcanzados.

Integrantes del proyecto:

Coria Noemi
Vallejos Sol
Asis Norma
Gonzalez Myriam
Leroyer Noelia
Blasone Gisela
Ramos Noelia
Bertini Alicia
Sanchez Rocio
Ortega Estefanela
Mazzuca Natalia
Danko Adriana
Zalva Maria
Ceccotti Daiana
Benitez Diana
Avellaneda Adriana
Duarte Gisela
Gauna Melania
Vitali Paola
Silvi Luciana
Colombo Joana

Cantidad estimada de participantes:

Docentes y directivos: 21
Estudiantes: 104

Apellido y Nombre del Referente de contacto: Bertini Alicia Mónica
Email del referente: alisonbertch@gmail.com