

Una alimentación saludable comienza en casa

Category: Comunidad Saludable
22 de enero de 2025



INDAGACIÓN

Tema /Subtemas:

Alimentación saludable/ Huerta orgánica/Economía sustentable.

Pregunta impulsora:

¿Cómo podemos incentivar e informar acerca de una alimentación saludable en los hogares a través de la creación de una huerta?

Contexto:

El problema actual que atraviesa nuestra institución está relacionado con las necesidades alimenticias de nuestros alumnos y alumnas relacionados a una mala nutrición, factor que no siempre tienen que ver con la falta de recursos económicos, sino, muchas veces con la desinformación, hábitos no saludables, en definitiva, falta de educación nutricional.

Objetivo general del proyecto:

Fortalecer la adquisición de aprendizajes de los alumnos a través de la producción de alimentos de una forma natural y económica que aportan al desarrollo de una formación integral.

DISEÑO PEDAGÓGICO

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

1. Fomentar hábitos alimenticios saludables en la comunidad.
2. Proporcionar acceso a alimentos frescos y nutritivos.
3. Educar sobre la importancia de la nutrición y la alimentación equilibrada.
4. Promover la sostenibilidad ambiental a través de prácticas agrícolas orgánicas.
5. Trabajar los contenidos escolares de manera práctica y concreta brindando herramientas de accesibilidad y subsistencia al alumnado.
6. Dar significatividad y transversalidad a los contenidos de manera práctica y

concreta.

ÁREAS Y CONTENIDOS

Lengua. Ciencias Sociales. Matemática. Ciencias Naturales. Capacitación Laboral.

Contenidos curriculares:

Lengua:

- Textos informativos, instructivos y expositivos.
- Técnicas de estudio.
- Producción de textos.

Ciencias Naturales/barra tecnología:

- El ambiente que nos rodea. Factores que lo componen.
- Los seres vivos. Las plantas. Ciclo de vida.
- Nutrición.
- Aportes nutricionales de los alimentos.
- Procesos digestivos.
- Enfermedades y trastornos relacionados con la alimentación.

Matemática:

- Proporcionalidad.
- Medidas de longitud. Metro, centímetro.
- Medidas de capacidad.
- Operatoria.
- Fracciones.
- Estadística y lectura, interpretación y registro de datos.

Ciencias Sociales:

- Regiones geográficas: áreas culturales.
- Pueblos originarios: influencias y legados en la alimentación.
- Lectura de mapas.
- Espacios geográficos vividos: desde los más próximos a la provincia, el país, etc.

Producto final esperable:

HUERTA ORGÁNICA:

- Macetas con plantas aromáticas.
- Recetas saludables.
- Cosecha de las variedades de cultivos sembrados, por ejemplo: acelga, zanahoria, remolacha, zapallo, brócoli, repollo, lechuga, espinaca.

PLANIFICACIÓN

Duración del proyecto:

2024, 2025

Acciones a llevar a cabo:

- Investigación.
- Elaboración de textos y estrategias.
- Cursos de acción que involucren trabajo de campo, de producción, escritura, lectura de distintas tipologías textuales.

RECURSOS

Disponibles en la institución:

Etiquetas nutricionales de envases de alimentos.

Espacios verdes.

Herramientas.

Semillas.

Materiales y envases descartables.

Necesarios para llevar adelante el proyecto:

Herramientas específicas de trabajo.

Computadora.

Organizaciones aliadas:

- Diferentes instituciones y organismos dependientes de la Municipalidad.
- INTA (Instituto Nacional de Tecnología Agropecuaria)
- Programa Huerta, dependiente de la Municipalidad de Puerto general San Martín.
- Parques y paseos.

FORMACIONES ESPECÍFICAS REQUERIDAS:

Cursos específicos de huerta.

EVALUACIÓN

Criterios e instrumentos de evaluación:

- Evaluaciones de satisfacción de los participantes como así también de los conocimientos adquiridos a través del desarrollo de las propuestas y compromiso con el trabajo.
- Análisis de la producción y variedad en las propuestas.
- Se evaluará la participación activa de los alumnos en los trabajos de campo.
- El interés y compromiso con las actividades planteadas.
- El trabajo grupal y colaborativo
- Revisión de los objetivos y ajustes necesarios.

SOCIALIZACIÓN

Del proyecto:

Realización de folletos informativos acerca de la alimentación saludable/beneficios.

Producción de un vídeo en que se muestre el inicio, el desarrollo y el producto final del proyecto.

Jornada con las familias para llevar adelante una receta que se pueda elaborar con el producto final.

De los resultados:

Realización de folletos informativos acerca de la alimentación saludable .

Producción de vídeos donde puedan observar el inicio, desarrollo y final del proyecto, su evolución.

Jornada con las familias de los alumnos para escribir recetas de cocina y elaborar alimentos saludables.

IDENTIFICACIÓN

Integrantes del proyecto:

Torres, Mirian

Alegre, Angélica
Balzi, Sandra
Bianco, María Julia
Chavéz, Alicia
Díaz, Luciana
Cruz Reyes, Nancy
Garcia, Carina
Grassano, Sonia
Mattiller, Magalí
Méndez, Gisela
Moreno, Rosa
Santa Cruz, Claudia
Torresan, Jorgelina

Cantidad estimada de participantes:

Docentes y directivos: 14

Estudiantes: 150

Apellido y Nombre del Referente de contacto: Torres Mirian del Valle

Email del referente: miriantorresdelvalle@gmail.com