

# Una vida saludable

Category: Comunidad Saludable

10 de marzo de 2025



## INDAGACIÓN

### Tema /Subtemas:

Salud, alimentación, hábitos, consumo, educar, prevención de enfermedades.

### Pregunta impulsora:

¿Cómo podemos crear un entorno saludable en nuestra institución y en los hogares?

### Contexto:

Este Proyecto tiene un objetivo claro, el cual es conseguir la creación de hábitos saludables a través de unos conocimientos básicos sobre la influencia de la alimentación y el ejercicio físico en la salud. Para su desarrollo se utiliza unas actividades sencillas e integradoras a desarrollar en el primer y segundo ciclo de Educación Primaria y Educación Inicial.

En este proyecto se pretende concientizar y educar sobre los beneficios que aporta el consumo consciente y en su defecto de los graves problemas que se derivan del abuso de determinados alimentos y del sedentarismo.

### Objetivo general del proyecto:

Crear hábitos que lleven a una alimentación saludable.

---

## DISEÑO PEDAGÓGICO

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

- El cuidado y la salud del ambiente.
- Reconocimiento y apropiación de prácticas de necesarias para cuidar la salud.
- Iniciación en el uso de algunos modos de registros de la información como dibujos, tablas sencillas, grabaciones, fotos, entre otros.
- Producir diversidad de textos en interacción con otras, dictados al docente y por sí mismo, con distintos propósitos y para diferentes destinatarios.

- Planear un propósito para la escritura y sostenerlo en el proceso de producción ( conservar memorias, informar, solicitar, convencer)
- Respeto y el interés por las producciones orales y escrita de los otros.
- Respeto por el cuerpo y la salud.
- Prevención de enfermedades.

## ÁREAS Y CONTENIDOS

Ciencias Naturales, Lengua, Formación Ética y Ciudadana.

### Contenidos curriculares:

- El cuidado y la salud del ambiente.
- Reconocimiento y apropiación de prácticas de necesarias para cuidar la salud.
- Iniciación en el uso de algunos modos de registros de la información como dibujos, tablas sencillas, grabaciones, fotos, entre otros.
- Producir diversidad de textos en interacción con otras, dictados al docente y por sí mismo, con distintos propósitos y para diferentes destinatarios.
- Planear un propósito para la escritura y sostenerlo en el proceso de producción ( conservar memorias, informar, solicitar, convencer)
- Respeto y el interés por las producciones orales y escrita de los otros.
- Respeto por el cuerpo y la salud.
- Prevención de enfermedades.

### Producto final esperable:

Lograr afianzar una dieta saludable en los niños y las familias.

## PLANIFICACIÓN

### Duración del proyecto:

2025

### Acciones a llevar a cabo:

2025:

- Producción de folletos, para distribuir en la comunidad.
- Promover la salud y el bienestar en la comunidad.
- Clases de cocina saludable.

## RECURSOS

### Disponibles en la institución:

- Materiales diversos( cartulinas, afiches, fibras, temperas, tijeras, entre otras)

- Electrodomésticos de cocina.
- Computadoras.
- Impresora.

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

Herramientas de huerta. Pantalla para proyector.

### **Organizaciones aliadas:**

Centro de salud. Médicos del Hospital de la zona.

---

## **FORMACIONES ESPECÍFICAS REQUERIDAS:**

Sobre nutrición, especialistas, médicos.

---

## **EVALUACIÓN**

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

Evaluación:

- Presentación del proyecto.
  - Informe escrito, sobre el proceso de trabajo en equipo.
  - Encuesta a los alumnos sobre la experiencia vivida.
  - Evaluación a través de registros.
- 

## **SOCIALIZACIÓN**

### **Del proyecto:**

Divulgación, socialización del proyecto:

- Reunión de padres para dar a conocer el proyecto.
- Participación de la comunidad a talleres de hábitos saludables.

### **De los resultados:**

A través de encuentros, charlas, degustaciones, folletos realizados por los niños.

---

## **IDENTIFICACIÓN**

### **Integrantes del proyecto:**

Leguizamón, Walter Oscar.

Beltrán, Federico.

Romero, Mayra.

Anzó, Elba Nélida.

Escobedo, Eva Gladys.

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

Docentes y directivos: 3

Estudiantes: 18

Apellido y Nombre del Referente de contacto: LEGUIZAMÓN, WALTER OSCAR

Email del referente: walter10829@gmail.com