

# Vida activa y saludable en la educación para jóvenes y adultos

Category: Comunidad Saludable  
15 de enero de 2025



## 1. INDAGACIÓN

### Tema /Subtemas:

Hábitos saludables.

### Pregunta impulsora:

¿Cómo promover cambios de hábitos culturales de alimentación, para garantizar una correcta nutrición?

### Contexto:

Los alumnos del Núcleo 10.003, provienen en su mayoría de contexto socio-económico desfavorable esto impacta negativamente en su salud vinculada a la mala alimentación, en muchas ocasiones causada por: bajos recursos para acceder a una alimentación variada y escasa información sobre dietas saludables y equilibradas.

Con este proyecto buscamos promover la salud y el bienestar de alumnos adultos, fortaleciendo los hábitos de prevención y cuidados en la alimentación.

### Objetivo general del proyecto:

Fomentar un estilo de vida, que promueva el bienestar físico, mental y social, por medio de una alimentación saludable.

---

## 2. DISEÑO PEDAGÓGICO

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

Reconocer hábitos de alimentación saludable y ponerlos en práctica.

Conocer los beneficios de una alimentación equilibrada.

Aprender a leer e interpretar las etiquetas de los alimentos.

Desarrollar habilidades para la manipulación de alimentos.

## ÁREAS Y CONTENIDOS

Lengua

Matemática

Ciencias Naturales y Sociales.

Formación Ética y Ciudadana.

Capacitación Laboral.

### Contenidos curriculares:

- Las interacciones y propósitos del hecho comunicativo.
- Lectura comprensiva.
- Lectura de diferentes tipos de textos (expositivos-instructivos-etc.)
- Producción de textos escritos y orales (narrativos-instruccionales, publicitarios-etc.)
- Numeración. Relaciones Numéricas.
- Elaboración de esquemas y gráficos, relacionados con la construcción de huertas.
- Figuras y cuerpos geométricos.
- Área y perímetro.
- Unidades de medidas: longitud, peso y capacidad.
- Alimentación, salud y enfermedades.
- Nutrientes. grupos de alimentos.
- Higiene y sanidad en la manipulación de alimentos.
- Proceso de producción y envasado de alimentos.
- Actividades económicas.
- Recursos naturales.
- Agricultura y producción de alimentos.
- Relación entre clima, suelo y alimentación.
- Problemas socio-económicos.

### Producto final esperable:

- Cuaderno con recetas. (recetario)
- Folletos digitales, publicitarios.
- Huerto comunitario.
- Elaboración de productos comestibles.

---

## 3. PLANIFICACIÓN

### Duración del proyecto:

2025

**Acciones a llevar a cabo:**

- Charlas talleres con diferentes profesionales. (nutricionista, agricultores, etc.)
- Actividades interactivas.
- Construcción de huerta.
- Elaboración de alimentos saludables.

**RECURSOS****Disponibles en la institución:**

Computadoras, proyector, equipo de sonido, horno eléctrico.

**Necesarios para llevar adelante el proyecto:**

- Herramientas para el trabajo en huertas.
- Semillas.
- Elementos de cocina. (fuentes, ollas, cocina, etc.)

**Organizaciones aliadas:**

No tenemos.

---

**4. FORMACIONES ESPECÍFICAS REQUERIDAS:**

- Charlas con nutricionista.
  - Manipulación adecuada de alimentos. ASSAL.
  - Entrevista al personal del Inta.
- 

**5. EVALUACIÓN****Criterios e instrumentos de evaluación:**

- Observación directa, durante la implementación del proyecto.
  - Participación en las actividades propuestas, a través del registro diario.
  - Elaboración y presentación de productos finales.
  - Monitoreo en la construcción del huerto.
-

## 6. SOCIALIZACIÓN

### Del proyecto:

- Elaboración y publicación de folletos digitales.
- Difusión en programas radiales.
- Exposición fotográfica de los trabajos realizados.

### De los resultados:

- Participación de exposiciones, para la comunidad. (ferias)
  - Jornadas interinstitucionales 2025(CAEB, Escuelas primarias nocturnas y EEMPA)
- 

## 7. IDENTIFICACIÓN

Comunidad: **Saludable**

Título del proyecto: **Vida activa y saludable en la educación para jóvenes y adultos**

Institución: **RESP. ZONAL N. 10003- C. ALFAB.**

CUE: **8203912**

Nivel/Modalidad: **Primario/Adultos**

Localidad: **VILLA OCAMPO**

Regional: **2**

### Integrantes del proyecto:

Figueroa, Sergio Gustavo.

Rosa Uliana, María José.

Arriola, Lidia Felisa.

Medina, Raquel.

Copetti, Mariela Carina.

Bosch, Celia.

Gonzalez, Silvina Emilce.

Melgarejo, Anibal Norberto.

Llul, Daniela Alejandra.

Mussin, Rosana Lorena.

Piceda, Claudia.

Arevalo, Silvia.

Stechina, Mirian.

**Cantidad estimada de participantes:**

Docentes y directivos: 13

Estudiantes: 130

Apellido y Nombre del Referente de contacto: Stechina, Mirian

Email del referente: mestechina@gmail.com