

EXPERIENCIA DEL PROYECTO CRECER ES SALUDABLE

Familias Grado transición:

Durante el primer y segundo periodo del año escolar los niños y niñas trabajaron en el proyecto “crecer y estar saludable” cuyo objetivo fue generar conciencia de lo que significa crecer y estar saludable de una manera integral comprendiendo que el cuidado por el cuerpo no es solamente desde el punto de vista estético sino que implica tomar en consideración factores genéticos, ambientales, culturales y emocionales.

Este proyecto se inicio con la lectura de “La leyenda de la papa”, (anónimo) a partir de la cual se resalto la importancia de este alimento el cual se encuentra presente en nuestras dietas alimenticias siendo esta fuente de energía para nuestro cuerpo. La intención primordial con este proyecto fue movilizar en los niños-as el pensamiento matemático a través de diversas actividades como: realizar el registro de su talla y peso, datos que posteriormente fueron registrados en una tabla, una vez fueron comparados, ordenados y analizados, dando lugar a la reflexión sobre el valor posicional presente en la numeración escrita. Además lograron conocer cuáles son las informaciones que se necesitan para calcular el índice de masa corporal, ubicando con su maestra este dato dentro de un plano cartesiano para identificar su percentil y así conociendo si cada uno de los estudiantes estaba en el peso adecuado de acuerdo a su edad, talla y género.

Para hacer objeto de estudio la relación estética-salud, disciplinas como las matemáticas, las ciencias naturales y la educación física encontraron su lugar, articulándose para explicar y justificar la necesidad de mantener un equilibrio entre las relaciones talla-peso-edad, actividad física y alimentación para estar saludables.

En el ámbito de la sensibilización para la conservación del medio ambiente se abordó el tema: grupo de alimentos (energéticos, constructores, protectores) donde los niños-as aprendieron a involucrar estos tres grupos de alimentos en las comidas para llevar lograr una dieta saludable y equilibrada. Las familias recibieron un folleto con recomendaciones y posibles menús de loncheras saludables. Para finalizar este proyecto los niños-as realizaron una salida pedagógica al centro holístico Saram donde tuvieron la oportunidad de vivenciar actividades que aportan a un crecimiento integral.

Maestras Grado Transición.