



Curso de Educación a Distancia

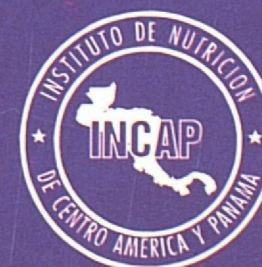
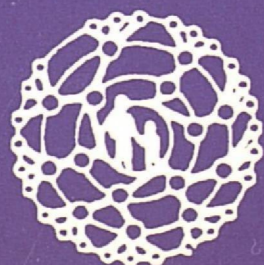
ESCUELAS SALUDABLES

MÓDULO 2 Cinco Pasos para el Éxito (Método de Reflexión-Acción)



Ministerio de Educación
Sistema Nacional de Mejoramiento de los Recursos Humanos y Adecuación Curricular
SIMAC

Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social
Programa Nacional Materno Infantil, Componente de Salud Escolar
Instituto de Nutrición de Centro América y Panamá
INCAP/OPS



**MINISTERIO DE EDUCACIÓN
GUATEMALA**

SISTEMA NACIONAL DE MEJORAMIENTO DE RECURSOS HUMANOS
Y ADECUACIÓN CURRICULAR
- SIMAC -

Lic. Roberto Moreno Godoy
Ministro de Educación

Licda. Cynthia Del Aguila De Sáenz de Tejada
Viceministra Técnica

Licda. Julieta Salguero de Morales
Viceministra Administrativa

Licda. María Ester Ortega de Morales
Directora SIMAC

Licda. Cristina Sinisterra
**Representante del SIMAC
en la Comisión Nacional de Escuelas Saludables
(CONAES)**

**MINISTERIO DE SALUD PÚBLICA Y
ASISTENCIA SOCIAL GUATEMALA**

Ing. Marco Tulio Sosa
Ministro de Salud Pública y Asistencia Social

Dr. Carlos Fernando Andrade
Viceministro de Salud Pública y Asistencia Social

Dr. Salvador López
Viceministro de Salud Pública y Asistencia Social

Dr. Ernesto Velásquez Pérez
**Coordinador General
Programa Nacional Materno Infantil**

Dra. Lesbia Lissette Barrera de Motta
Dra. Maira Elizabeth Sandoval Rosa
Área Atención Integral al Niño/Niña

Licda. Mirna Elizabeth Flores González
Componente de Salud Escolar

Guatemala de la Asunción

**Curso de Educación
a Distancia**

ESCUELAS SALUDABLES

MÓDULO 2
Cinco Pasos para el Éxito
(Método de Reflexión-Acción)





© 1999 Curso de Educación a Distancia
ESCUELAS SALUDABLES

MÓDULO 2

Cinco Paso para el Éxito **(Método de Reflexión-Acción)**

Publicación INCAP MDE/113

Autores y Productores Académicos:

Lic. Leonel Gallardo, INCAP
Licda. Verónika Molina, INCAP

Revisión Técnica:

Comisión Nacional de Escuelas Saludables (CONAES):

- Programa Nacional Materno Infantil del MSPyAS
- Sistema Nacional de Mejoramiento de los Recursos Humanos y Adecuación Curricular (SIMAC), del MINEDUC
- División de Salud y Ambiente, y Unidad de Promoción y Protección de la Salud de OPS/OMS, Guatemala

Edición, Diseño y Diagramación:

Licda. Aura Mejía de Durán, INCAP
D.G. Roberto A. Pérez García, INCAP

Levantado de texto:

Srita. Rocío Vásquez, INCAP

Agradecimientos:

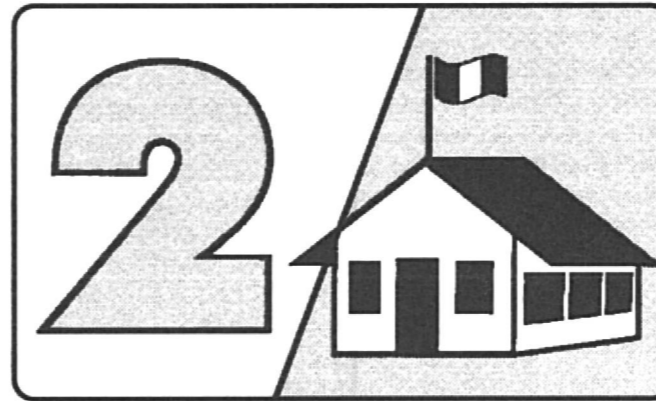
A Fundación W.K. Kellogg por el apoyo financiero a los procesos de diseño, validación y edición del **Curso a Distancia Escuelas Saludables** para Centroamérica

Se reconoce el apoyo de la Comisión Departamental de Escuelas Saludables de Sacatepéquez, de la Dirección Departamental de Educación y su personal, de los 26 maestros que participaron en el proceso de validación del Curso a Distancia y de los 90 directores de escuelas que lo estudiaron.

Las sugerencias y comentarios que se hicieron fueron valiosos para perfeccionar los contenidos y diseño de los módulos, así como las recomendaciones para los procesos de gerencia de las capacitaciones y del desarrollo de Escuelas Saludables en general.

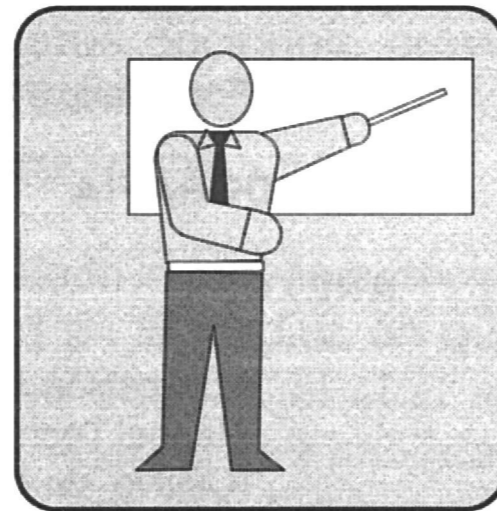
Guatemala de la Asunción, 1999

SIMBOLOGÍA



MÓDULO

**UN MENSAJE ESPECIAL O
RECOMENDACIÓN DEL
FACILITADOR(A)**



**MATERIAL DE
LECTURA BÁSICA**



EJERCICIO DE APRENDIZAJE



DOCUMENTO ANEXO



TABLA DE CONTENIDO

I.	INTRODUCCIÓN	5			
II.	OBJETIVOS DEL MÓDULO 2	6			
III.	EL AMA DE CASA Y EL MINISTRO DOS HISTORIAS DE LA VIDA REAL	7			
IV.	MÉTODO CINCO PASOS PARA EL ÉXITO (Reflexión-Acción)	11			
A.	Paso 1 ¿Cuáles son los problemas de salud de la comunidad escolar?	12		Formulario 2 ¿Cómo?, ¿Quiénes?, ¿Con qué?	22
B.	Paso 2 ¿Cómo se solucionan los problemas para lograr una Escuela Saludable?	15		El Huerto (un ejemplo)	23
C.	Paso 3 ¿Cuáles son nuestras decisiones?	18		Ejercicio Definir Tareas para Proyectos	24
D.	Paso 4 El Plan de Trabajo	20		E. Paso 5 Evaluación	32
	Formulario 1 ¿Qué haremos?	21		Formulario 3 Evaluación	33
V.	BIBLIOGRAFÍA				34
VI.	ANEXOS				35
1.	Publicación INCAP MDE/104 Manual Técnico de Hidroponía Popular (Cultivo sin tierra)				36
2.	Formularios de autoevaluación del Módulo 2				37
3.	Formulario de autoevaluación				39



I. INTRODUCCIÓN

El módulo 2 se intitula “**CINCO PASOS PARA EL ÉXITO**” y se refiere al diseño y ejecución de proyectos específicos en Escuelas Saludables, introduciendo a los maestros (as) y comunidad escolar en un proceso lógico y racional para seleccionar las mejores opciones, previa reflexión, lo que da al método una connotación educativa de aprendizaje para todos los protagonistas.

El trasfondo educativo del método lo podrán apreciar los maestros y el personal de salud en la medida en que trabajan los Cinco Pasos, proceso durante el cual se aprende a identificar los problemas, analizar con habilidad crítica las opciones de solución, ser creativos en la aplicación de estos, desarrollar la habilidad para escuchar y comunicarse con los demás creando un ambiente de relaciones humanas positivas, cultivando entretanto las capacidades de autoestima y empatía.

AMIGO (A) LECTOR (A):

El método de Cinco Pasos para el Éxito no solamente le será útil para hacer realidad la Escuela Saludable, sino que también en su propio plan de vida personal y familiar. El bienestar y la felicidad, no deben dejarse al azar ya que es posible planificarlos.



II. OBJETIVOS DEL MÓDULO 2

Al terminar de estudiar el contenido de este módulo y resolver los ejercicios presentados, se espera que los participantes estén en condiciones de:

- A. Describir en qué consiste cada uno de los pasos o etapas del Método **“CINCO PASOS PARA EL ÉXITO”**.
- B. Enumerar y describir seis tipos de técnicas educativas de utilidad en los procesos gerenciales del desarrollo de proyectos de Escuelas Saludables, siguiendo el método de “Cinco Pasos para el Éxito”.
- C. Manejar sin errores los tres formularios básicos del método “Cinco Pasos para el Éxito”.



III. EL AMA DE CASA Y EL MINISTRO, DOS HISTORIAS DE LA VIDA REAL

ELLA. Doña Elvira Dávila es ama de casa en una familia que trata de superarse en tiempos de pobreza. Vive con su esposo, don Pedro, sus tres hijos de 3, 6 y 10 años, y su suegra Doña Eulalia.

Doña Elvira es una buena administradora de su hogar; los días sábados temprano se prepara para ir al mercado a comprar los alimentos y otros productos para el hogar, no sin antes pensar bien lo que va a hacer.

Así, primero revisa lo que hay de alimentos y lo que falta comprar haciendo la lista en una hoja de cuaderno. Hecho esto y como ocurre en las familias modestas, los recursos en dinero de que dispone no alcanzan para comprar todo lo que quisieran, motivo por el cual ordena en primer lugar los alimentos más necesarios y “hasta donde alcance” como ella lo expresa.

Al hacer la lista pone granos básicos, frutas y verduras variados de acuerdo a su aporte de vitaminas. Decide comprar leche, huevos y frijoles, así como la harina para tortillas, todos ellos importantes, y aunque sea poco, deja algo para carne. Trata de que la alimentación de su familia sea variada y de acuerdo a las necesidades de cada cual. Todo lo pone en orden de importancia y conforme a su capacidad adquisitiva.

A media mañana, Don Pedro y su hijo mayor la acompañan a hacer las compras. Durante la semana Doña Elvira con la ayuda de su suegra preparan la comida y siempre están atentas de ir midiendo el consumo y ver cuánto les falta, si así ocurriera.

Al sábado siguiente, evalúa como le fue en la semana antes de prepararse para las compras de una nueva semana.



ÉL. Don Arístides Martínez Ponce, es Ministro de Planificación a quien el Consejo de Gabinete le ha encomendado que coordine la formulación y ejecución de un plan de desarrollo para la Región Occidental, zona de alto riesgo en el país por los niveles de pobreza existentes.

El Ministro organiza un equipo de profesionales para diseñar el Plan, en consulta permanente con las autoridades regionales y locales, y representantes de la comunidad.

El primer paso que dan es identificar las áreas de mayores problemas y necesidades, haciendo una lista en cuanto a vivienda, producción, salud, caminos, escuelas y otros. En un documento especifican las necesidades con bastante información sobre la magnitud de los problemas.

Entre todos proceden a definir las maneras y tecnologías para resolver los problemas y, en especial los recursos y presupuesto que se necesitaría.

Como el país es pobre y los recursos con que se podría contar no alcanzan para resolverlo todo de una vez, proceden a establecer prioridades de acuerdo a tres criterios: la gravedad y magnitud de los problemas o necesidades, la posibilidad tecnológica y de recursos para resolverlos y, la actitud de la gente para participar y apoyar los proyectos que constituirán el plan.

Tomadas las decisiones, formulan el plan con objetivos y metas, organización, responsables, presupuestos y demás especificaciones para lograr una buena ejecución.

Mientras ejecutan el plan, continuamente lo están evaluando para asegurarse que están bien o decidir sobre acciones correctivas. Al finalizar cada proyecto evalúan sus logros y preparan futuros proyectos.

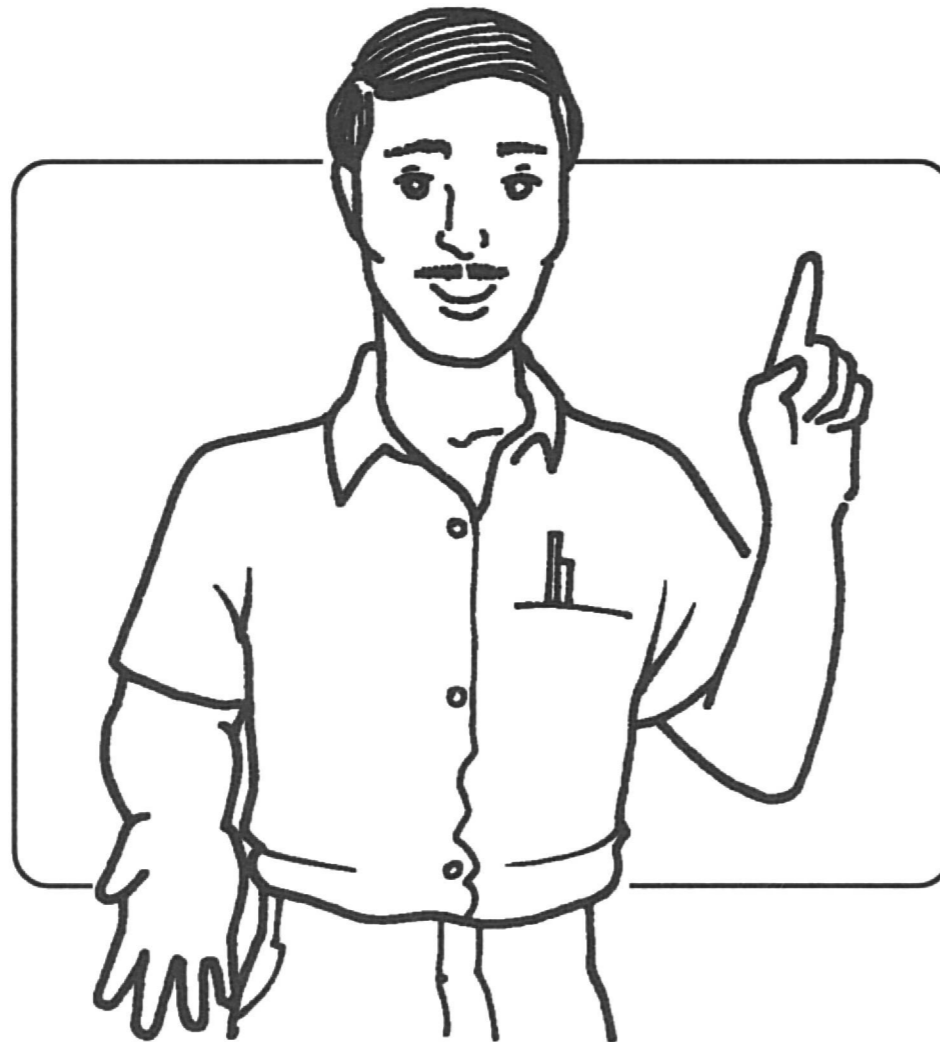




¿QUÉ TIENEN EN COMÚN EL AMA DE CASA Y EL MINISTRO?

La respuesta es sencilla, **AMBOS HAN RAZONADO DE UNA MANERA LÓGICA, HAN SEGUIDO PASOS SECUENCIALES Y TOMADO ACCIONES RACIONALES**, aunque se encuentran en diferentes niveles de acción:

DOÑA ELVIRA		EL MINISTRO Y SU EQUIPO
Identificó los problemas y necesidades del hogar	◀ PRIMERO ▶	Identificaron los problemas y necesidades de una región pobre
Pensó en la manera y posibilidad de resolver tales necesidades	◀ SEGUNDO ▶	Definieron las estrategias, recursos y tecnología para resolver los problemas
Como no le alcanzaba para todo, debió hacer una lista de prioridades. Las decisiones fueron racionales, pues se ajustaron a los requerimientos más importantes y a la posibilidad de adquirirlos	◀ TERCERO ▶	Como los recursos no alcanzaban para todo debieron establecer prioridades. Las decisiones tomadas fueron racionales, es decir, eligieron las mejores opciones, gracias a las reflexiones de los dos primeros pasos.
Hizo un plan de trabajo, al escribir la lista, comprar los alimentos y otros insumos y prepararlos con apoyo de su familia	◀ CUARTO ▶	Formularon un plan de desarrollo, dividido en proyectos que ejecutaron con la participación de las instituciones y la comunidad
Evaluó durante la semana y dispuso de medidas correctivas cuando fue necesario. Al final, evaluó y reprogramó para la semana siguiente	◀ QUINTO ▶	El equipo evaluó permanentemente la ejecución del plan y dispuso de medidas correctivas cuando fue necesario. Al final, evaluaron la totalidad de los proyectos y reprogramaron para un nuevo período.

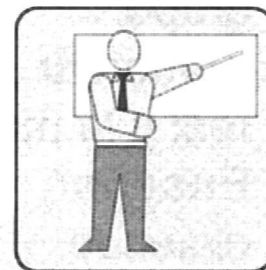
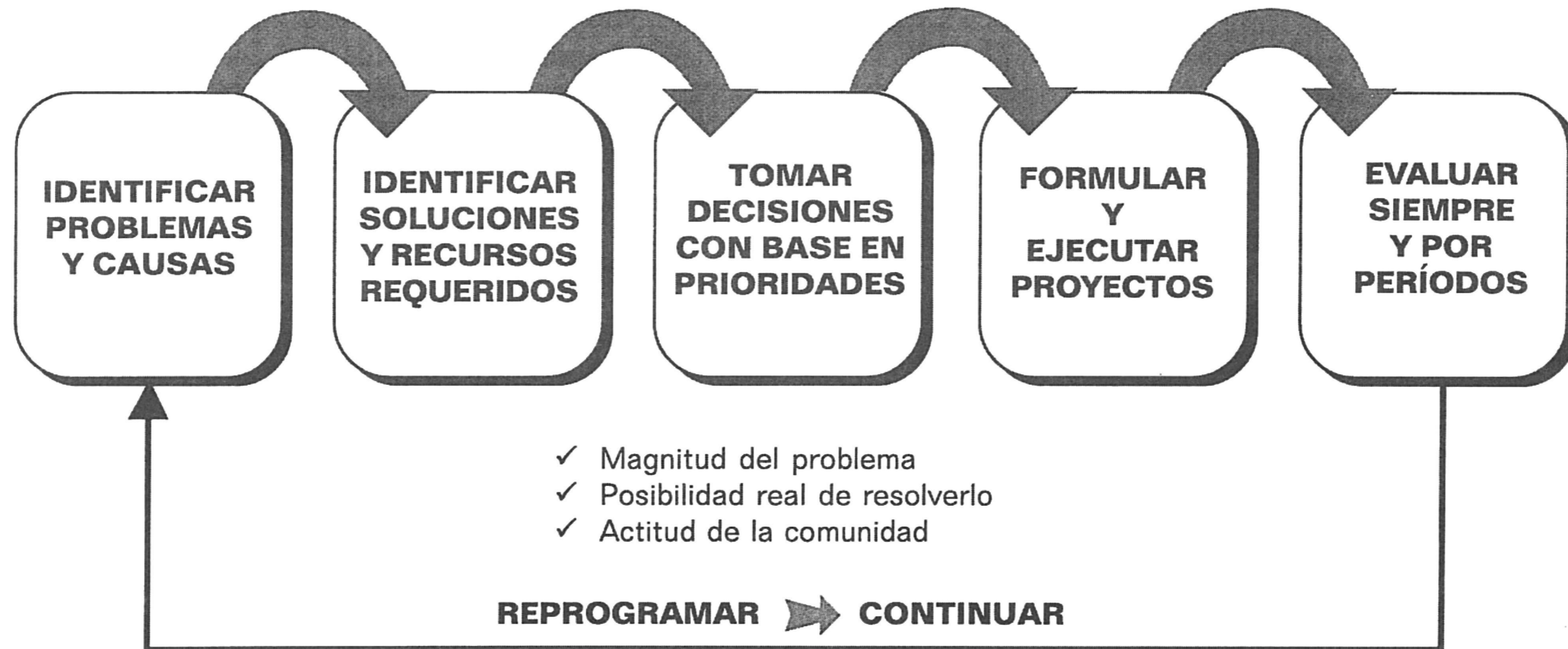


¿QUÉ LECCIONES PODEMOS APRENDER PARA HACER REALIDAD UNA ESCUELA SALUDABLE?

Si se siguen los mismos pasos del ama de casa y del ministro al planificar las actividades, tienen grandes posibilidades de resolver con éxito las necesidades de la Escuela Saludable.

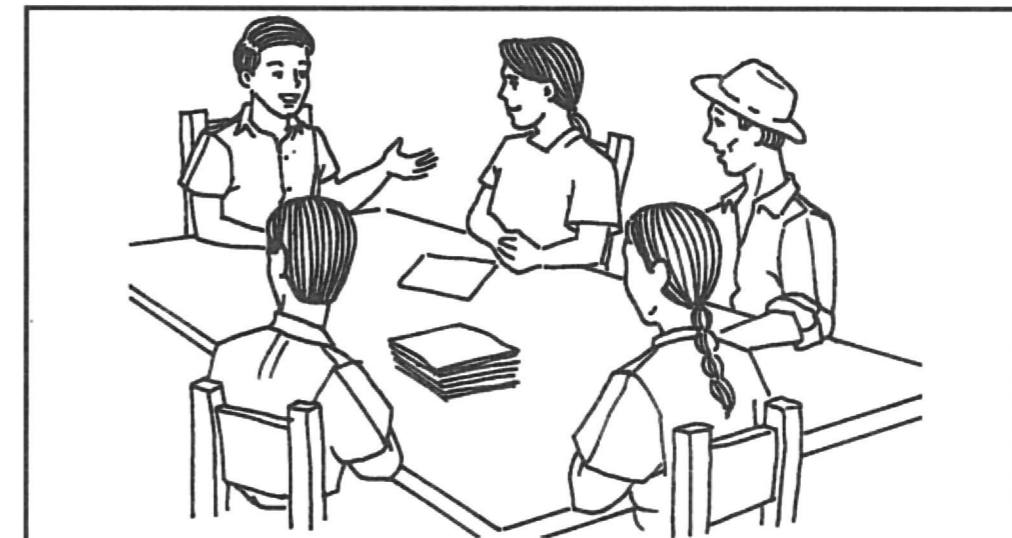


IV. MÉTODO CINCO PASOS PARA EL ÉXITO (REFLEXIÓN-ACCIÓN)



AMIGO (A) LECTOR (A):

Ahora usted conocerá los cinco pasos del método de reflexión-acción



A. PASO 1**¿CUÁLES SON LOS PROBLEMAS DE SALUD DE LA COMUNIDAD ESCOLAR?**

Lo primero es reflexionar sobre esta pregunta. Es la búsqueda y definición de las necesidades reales, a veces no coincidentes con aquellas sentidas por la gente. La reflexión se hace en grupos organizados y representativos, empleando técnicas o procedimientos, algunos de los cuales se describen a continuación:

1. Estudio de láminas de reflexión

Se trata de analizar el contenido de láminas o fotografías que contienen un conjunto de ideas claves sobre los problemas de salud y sus causas. Los participantes pueden identificar aquellas situaciones que constituyen peligro o riesgo para la salud individual familiar o colectiva.

Debe haber un moderador que guíe y oriente la discusión de manera de llegar a conclusiones que respondan a la pregunta del Primer Paso.

2. Discusión de grupo

Un grupo de personas (10 a 15), con base en una agenda, analizan casos o problemas, buscan las causas, sugieren ideas, expresan inquietudes, y llegan a conclusiones o acuerdos. El proceso requiere de un moderador que tenga habilidad para promover la participación de una mayoría, motivar al grupo, moderar los excesos de participación,

tratar de mantener al grupo en el camino de los objetivos que se propusieron, sintetizar ideas, procurar armonía social, controlar el tiempo y ayudar a tomar decisiones,

3. Taller comunitario

Un grupo de personas se reúnen a trabajar por un tiempo prolongado (a veces varias horas o días) con la finalidad de aprender y producir proyectos o programar actividades en cuya ejecución asumirán responsabilidades. El taller comunitario es una de las técnicas más indicadas para la aplicación completa de los cinco pasos del Método de Reflexión-Acción.

4. Dramatización

Dos o más personas de la comunidad hacen una interpretación teatral de un problema desempeñando papeles tal y como se desarrollan en la vida real. Esta técnica es útil para presentar ante un grupo situaciones en que se desea destacar formas positivas o negativas de comportamiento.

Así concebida la dramatización permite:

1. Plantear situaciones para ser discutidas por el grupo.
2. Aumentar en los participantes la identificación real y la motivación hacia un problema.
3. Enseñar, mostrando y haciendo antes que diciendo.
4. Despersonalizar situaciones.
5. Relajar tensiones.
6. Ayuda a un mejor ajuste de l grupo.



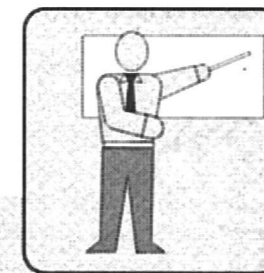
5. Grupos de observación

El grupo de personas (que no excedan de 12) visitan y estudian en los lugares los problemas o sus causas, como por ejemplo, el ambiente escolar, focos de moscas o zancudos, lugares de donde se abastecen de agua, etc. Pueden visitar también comunidades vecinas donde se estén desarrollando programas de Escuelas Saludables y dialogar con los dirigentes.

Esta técnica proporciona temas para discusión de grupo, taller y otras.

6. Ejercicios de educación participativa

Son ejercicios en grupo para resolver problemas apelando a los conocimientos, experiencia e ingenio de los participantes. Se apoyan en láminas, figuras, esquemas, ordenamiento de proposiciones, completar situaciones semi-resueltas, etc. Hay experiencias útiles en educación alimentaria y nutricional, en la cual mediante juegos de dibujos o tarjetas se clasifican dietas balanceadas, se agrupan recomendaciones nutricionales, o se ponen en orden medidas para prevenir la desnutrición o preparar alimentos en forma higiénica.



RECUERDE:

En el módulo 1 usted ya ha reflexionado sobre los conceptos y procesos para lograr una escuela saludable.



EL PRIMER PASO, Es identificar los problemas con los integrantes de la Comisión de Escuela Saludable y definir la magnitud y las consecuencias que puede tener NO HACER NADA.

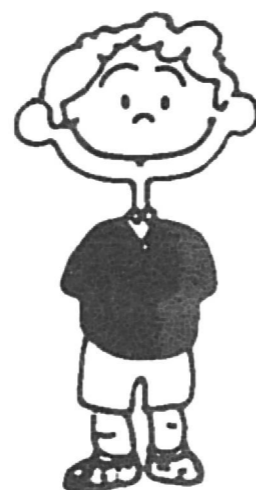
Los estudios realizados en escuelas de Centroamérica señalan que problemas frecuentes en escuelas no saludables son los siguientes:

Desnutrición del
niño escolar

Higiene personal
deficiente en el
cuerpo y vestimenta

Infecciones
Respiratorias
Agudas (IRA)

Niños con trastornos
en el aprendizaje,
agresividad y otros
problemas mentales



Niños que llegan sin
desayunar o con
hambre

Niños infectados con
piojos y ácaros

Niños que son
víctimas de violencia
en el hogar, abuso
sexual, explotación o
malos tratos

Niñas con embarazo
precoz y de alto
riesgo para su salud,
debido a su corta
edad



Niños enfermos con
diarrea o parásitos
intestinales

Problemas de salud
oral, como caries,
infecciones bucales,
dientes deformes y
otros

Adicción temprana a
alcohol y drogas

Otros
problemas



B. PASO 2



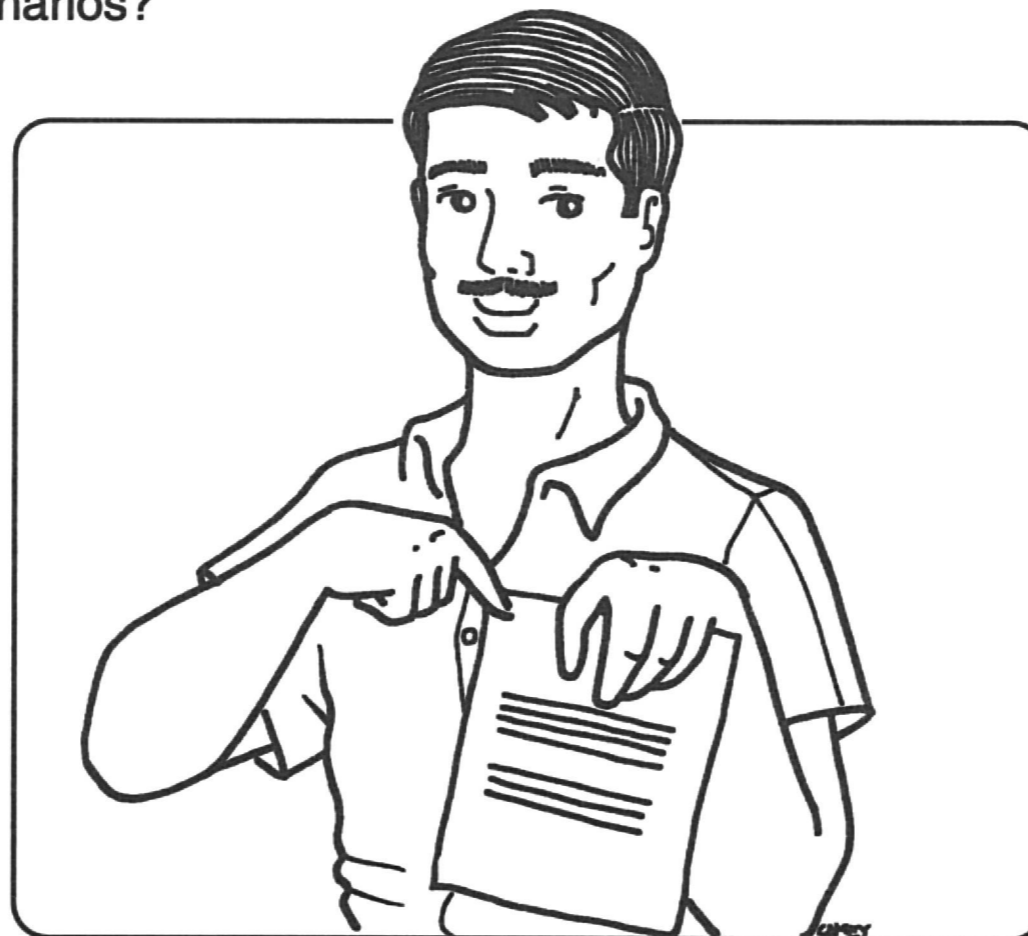
¿CÓMO SE SOLUCIONAN LOS PROBLEMAS PARA LOGRAR UNA ESCUELA SALUDABLE?

Hasta aquí se ha dado un paso importante en la reflexión, pues se espera que se hayan identificado las necesidades o problemas reales; los planificadores llaman a esto la **magnitud del daño**, lo cual confrontan con la **posibilidad de abordarlo**, dos elementos que serán claves más adelante cuando haya que establecer prioridades.

Por el momento, nos interesa expresar en términos comprensibles el concepto de posibilidad de abordarlo. Este segundo paso se plantea entonces con la pregunta: ¿Qué recursos necesitamos para solucionarlos?

Tener a la vista de la Comisión de Escuela Saludable láminas con la lista de problemas encontrados y anotar frente a cada uno lo que se debe hacer para solucionarlos. En este paso es importante el apoyo de personal técnico de áreas del desarrollo que ayuden en la búsqueda de soluciones.

Al final las láminas pueden quedar como el cuadro siguiente:



PROBLEMAS FRECUENTES QUE AFECTAN LA SALUD DE LOS ESCOLARES Y SUS SOLUCIONES

PROBLEMAS (EJEMPLOS NO EXHAUSTIVOS)	ACCIONES ESPECÍFICAS DE SOLUCIÓN
Desnutrición del niño en grados variables	<ul style="list-style-type: none"> ● Educación alimentaria y nutricional del niño, la familia y la comunidad, con ayuda de instituciones. ● Evaluar el estado nutricional de los niños. ● Promover el incremento en la disponibilidad y consumo de alimentos de alto valor nutritivo: <ul style="list-style-type: none"> ✓ Organizar refacción/merienda escolar. ✓ Promover el consumo de galletas nutritivas, atol, harinas. ✓ Enseñar menús seleccionados. ✓ Huertos: escolar, familiar y comunal. ✓ Huertos hidropónicos. ✓ Enseñar formas de conservación de alimentos. ✓ Crianza de animales. ● Preparar material educativo y de comunicación referente a las soluciones propuestas. <p>Otras: _____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>
Enfermedades diarreicas y parasitismo intestinal	<ul style="list-style-type: none"> ● Promover el consumo de agua segura (potable). ● Higiene de alimentos. ● Plan de agua y jabón. ● Servicios sanitarios en buen estado. ● Plan de basura sin riesgo. ● Cocina y local de refacción higiénicos. ● Tratamientos antiparasitarios colectivos. ● Controles en Centro de Salud.



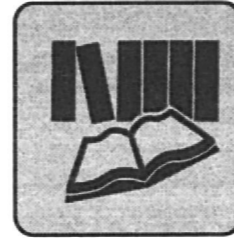
Higiene personal deficiente en lo corporal y en la vestimenta	<ul style="list-style-type: none"> ● Educar y enviar recordatorios a los padres sobre la correcta presentación de los niños. ● Organizar peluquería y lustrín escolar ● Dar facilidades de duchas y jabón.
Ectoparásitos (piojos, ácaros u otros)	<ul style="list-style-type: none"> ● Identificar las características y magnitud del problema. ● Compartir decisiones y responsabilidades con las familias y personal de salud. ● Aplicar tratamientos colectivos a escolares y sus familias.
Deficiente salud oral: caries, caída de dientes, maloclusión dentaria, etc.	<ul style="list-style-type: none"> ● Identificar con ayuda del Centro de Salud las características y magnitud del problema. ● Programar acciones preventivas y de reparación de daños orales. ● Promover el uso del cepillo de dientes e hilo dental.
Inseguridad ante accidentes e intoxicaciones	<ul style="list-style-type: none"> ● Identificar en la escuela y lugares aledaños los riesgos de accidentes o intoxicaciones producidas por mal uso de plaguicidas o residuos industriales. ● Programar acciones preventivas y correctivas con autoridades del sistema de municipios saludables.

AMIGO (A) LECTOR (A):

Un buen estudio y definición de soluciones le facilitará a la Comisión de Escuelas Saludables, la toma de decisiones adecuadas sobre proyectos a ejecutar.

C. PASO 3

¿CUÁLES SON NUESTRAS DECISIONES?



Cuando se tienen identificados los problemas y las formas de solución de cada uno de ellos debe confrontarse la magnitud del daño con la posibilidad de solucionarlo, procediendo a **establecer prioridades**, es decir, ponerlos en orden. En este momento es importante considerar otro factor que es la **ACTITUD DE LA COMUNIDAD** expresada a través de la Comisión de Escuela Saludable, quienes al decidir con plena conciencia están de hecho asumiendo responsabilidades.

Usted como maestro o personal de salud representa a la escuela o al centro de salud como institución formal, y debe precisar al grupo en qué medida puede cooperar y participar, sin generar expectativas que no se puedan cumplir derivando en frustraciones.

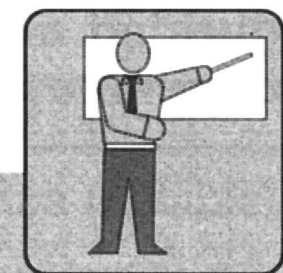
En este **tercer paso** se sugiere aplicar los siguientes procedimientos:

1. Colocar ante la Comisión, en un lugar visible, las láminas o carteles conteniendo la lista de problemas.
2. Reflexionar sobre las prioridades asignando a cada problema un número correlativo desde 1 que corresponde a aquel daño cuya magnitud es elevada, que es posible resolver a corto plazo y que tiene el apoyo consciente de una mayoría.

3. En el proceso de reflexión debe solicitarse a los integrantes comunitarios que expresen de vista; a los especialistas de instituciones que orienten sobre los procedimientos técnicos más adecuados; y llegar a acuerdos claros sobre las posibles metas, actividades y recursos que se necesitarán.

Preguntas como las siguientes pueden ayudar en la reflexión:

- ¿Están los recursos disponibles?
- ¿Qué aportan los vecinos y qué aportan las instituciones?
- ¿Hay equipos o instrumentos para trabajar? (herramientas, insumos agrícolas, remedios contra parásitos, madera, alimentos para la refacción escolar, etc.)
- ¿Hay postulantes para trabajos voluntarios?
- ¿Existen posibilidades reales de ejecutar proyectos exitosos?



RECUERDE:

Cada problema o grupo de problemas se transformarán en PROYECTOS para una Escuela Saludable, en los cuales todos asumen responsabilidades. Las decisiones racionales son importantes para el éxito.

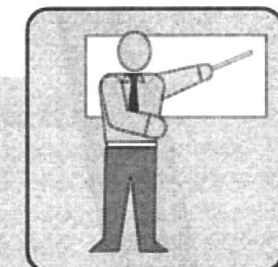


DECISIONES TOMADAS POR LA COMISIÓN DE ESCUELA SALUDABLE DE LA COMUNIDAD DE LOS ALMENDROS (UN EJEMPLO)

PROBLEMA	PROYECTO	PRIORIDAD	PLAZO (INICIO)
Alumnos sin desayunar o con necesidades de complemento alimentario	Refacción escolar	1	Acción inmediata
Diarreas y parásitos intestinales	Control y desparasitación en el centro de salud	3	Acción inmediata
Sanitarios insuficientes y deteriorados	Construcción de sanitarios con agua para arrastre (para niños y niñas)	2	Corto plazo
Desnutrición	Huerto escolar Huertos familiares Huertos demostrativos hidropónicos Censo antropométrico Educación familiar sobre menús seleccionados Refuerzos con micronutrientes	4 7 6 9 5 10	Corto plazo Corto plazo Corto plazo Corto plazo Acción inmediata Corto plazo
Desaseo corporal y de vestimenta	Agua y jabón	8	Siempre
Caries y deformación de dientes	Salud dental	11	

RECUERDE:

La prioridad concede un orden de importancia. El plazo significa cuándo se pueden iniciar y terminar, o hacer sostenibles los proyectos.





D. PASO 4

EL PLAN DE TRABAJO

Hecha la reflexión, hay que pasar a la acción, formulando el Plan de Trabajo o Acción dividido en proyectos para un mejor ordenamiento y desarrollo del total de actividades.

Un Plan de Escuela Saludable no necesita llenarse de expresiones difíciles que sólo entienden los técnicos. En pocas láminas es posible escribir lo sustantivo, determinando:

- ✓ Nombre del Proyecto
- ✓ Metas Definidas
- ✓ Fecha de Término
- ✓ Tareas a Ejecutar
- ✓ Quiénes son las
Personas
Responsables de
Ejecutarlo
- ✓ Los Recursos que
Utilizarán

Dos formularios sencillos pueden contener los aspectos sustantivos de un plan. Sin embargo, si se requiere, pueden agregarse más especificaciones. Veamos los formularios 1 y 2 siguientes.



FORMULARIO 1 **¿QUÉ HAREMOS? (EJEMPLOS)**



PRIORIDAD	PROYECTO	METAS	FECHA DE INICIO Y/O TERMINO
2	Agua y jabón	Agua y jabón permanente en el lavamanos	Permanente
3	Construcción de sanitarios	Una pieza para niñas con 3 inodoros y una para niños con 3 inodoros y un mingitorio	26 de julio
1	Refacción escolar	Distribuir 36 refacciones diarias y 248 galletas nutritivas	Diariamente a partir del 10 de junio
4	Pediculosis y escabiosis	Aplicar tratamientos a todos los niños afectados y sus familias	30 de junio
6	Huerto escolar	Sembrar media hectárea de hortalizas: pepinos, zanahorias, acelgas, repollo y chile dulce	junio-noviembre
5	Huerto hidropónico	Sembrar tomates, chiles pimientos y culantro	febrero-octubre
7	Censo antropométrico	Evaluar 248 alumnos	30 de mayo



FORMULARIO 2

¿CÓMO?, ¿QUIÉNES?, ¿CON QUÉ?



AMIGO (A) LECTOR (A):

¡Este es el formulario clave
que se llena con cada proyecto!

PROYECTO (NOMBRE)

--

METAS

FECHAS

De Inicio

--

De Término

--

¿QUÉ HARÁN?
(TAREAS)

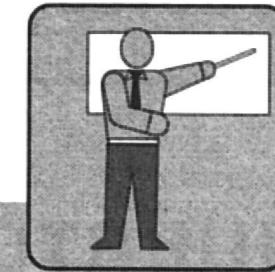
¿QUIÉNES?

¿CON QUÉ RECURSOS?



El Huerto (un ejemplo)

El cultivo del huerto escolar, familiar o comunal es un proceso esencialmente educativo. Durante su desarrollo los escolares y demás participantes aprenden cómo aumentar la disponibilidad de alimentos de alto valor nutritivo y también aprenden habilidades para vivir, así como valores cívicos y morales.



RECUERDE:

Una vez definido el Plan de Trabajo estudie con los participantes los procesos que seguirán en la ejecución del proyecto.

Si no sabe qué hacer, puede resultar en un fracaso o despilfarro.

Defina bien lo que hará y cómo lo hará, antes de hacerlo.





PROYECTO

METAS

FECHAS

HUERTO ESCOLAR

PRODUCIR HORTALIZAS: tomates, zanahoria, acelga, repollo, culantro y chile dulce.

De Inicio mayo-junio o de acuerdo con el cultivo.

De Término agosto-octubre de acuerdo con el período del producto.

¿QUÉ HARÁN? (TAREAS)

1. **PREPARAR EL TERRENO**
 - Limpiar
 - Labrar
 - Preparar arriates
2. **SEMBRAR**
 - Sembrar en directo las semillas, o
 - Sembrar en almácigo y transplantar
3. **LABORES DE CULTIVO**
 - Ralear
 - Deshierbar
 - Fertilizar
 - Regar
 - Aporcar
 - Tutorar
 - Controlar plagas
4. **COSECHAR**

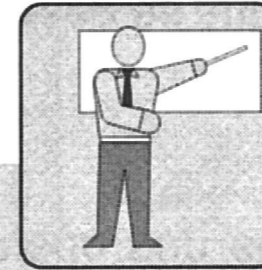
¿QUIÉNES?

- **28** alumnos de quinto grado y **24** de sexto.

Maestros:
Pedro Espínola y Manuel Ubilla
- **Extensionista de servicio agrícola:**
Manuel Pizarro
- **Vecinos:**
Melitón Pérez, Arcadia Marín

¿CON QUÉ RECURSOS?

- 1/2 hectárea de terreno
- 2 machetes
- 2 azadones
- 2 chuzos - piochas
- 3 palas
- 1 cajón para crianza de gusanos
- cajones para almácigos
- fertilizantes orgánicos
- semillas
- plaguicidas orgánicos
- estacas para tutorar
- aboneras



AMIGO (A) LECTOR (A) RECUERDE:

Este formulario no es sólo un instrumento para ordenar el trabajo, es más importante su valor educativo debido a que:

- *Se aprende a trabajar en grupos*
- *Aprenden también las familias para replicar en el huerto familiar*
- *Aprenden el valor de los alimentos*
- *Se desarrollan habilidades y valores positivos*

CULTIVO DE HORTALIZAS DE SEMILLA

En lugares donde se cuenta con suficiente terreno y agua se pueden sembrar hortalizas de semilla, las que conllevan una serie de labores, como las que se describen:

1. Preparación del Terreno

La selección y preparación del terreno es una operación importante que incluye limpieza, labranza y preparación de arriates.

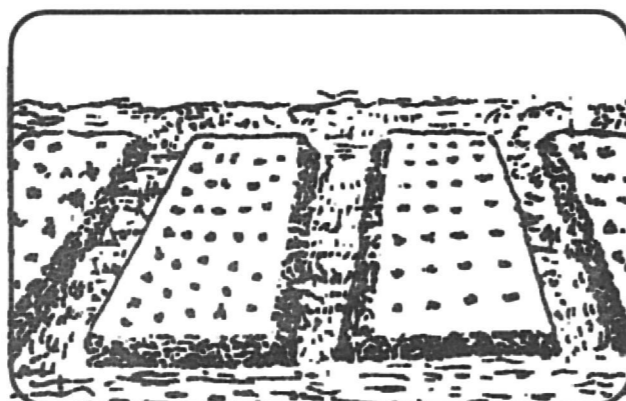
LIMPIEZA



LABRANZA



PREPARACIÓN DE ARRIATES



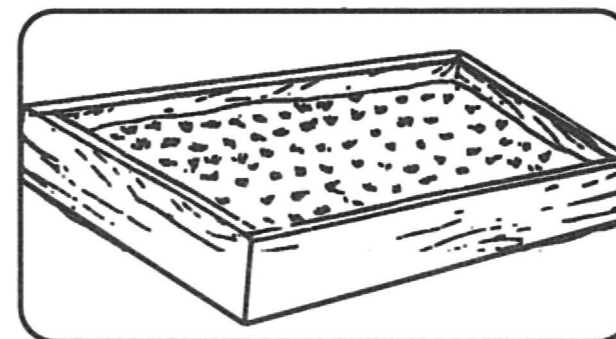
2. Labores de siembra

Son las operaciones para poner en el terreno preparado la semilla o parte de la planta para que surja una planta nueva. Los cultivos son de dos clases: de **Siembra Directa** como la zanahoria, el rábano y la remolacha y de **Semillero**, sembrándose en este caso las semillas en un espacio pequeño y después se trasplantan a los arriates como en el tomate y el repollo.

Al sembrar las semillas hay que tener presente cuatro medidas importantes: a) la profundidad de la semilla en la tierra b) la distancia entre semillas en un mismo surco, c) la distancia entre surcos y d) La distancia entre la semilla y el abono, si se usa.

Hay dos operaciones más sobre las cuales existen procedimientos específicos que son **La Siembra en Almácigos** y el **Trasplante**.

ALMÁCIGO



TRASPLANTE



3. Labores de cultivo

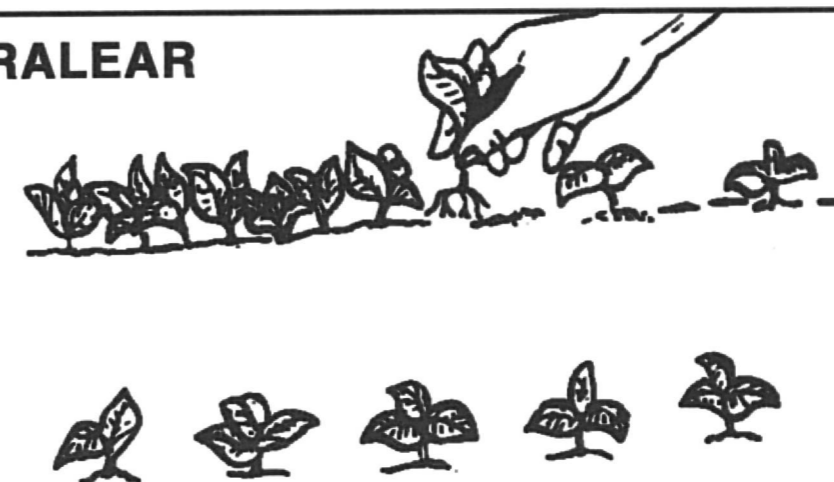
Son las labores que comienzan cuando la semilla ha germinado y están destinadas a obtener una buena producción. Son las siguientes:

- Ralear:** es la eliminación de algunas plantas de la siembra para darle a las demás, más espacio para desarrollarse.
- Deshierbar:** consiste en sacar las malas hierbas de entre el cultivo. Se hace a mano o con herramientas.
- Fertilizar:** consiste en aplicar al suelo o a la planta el abono que es necesario para desarrollar el cultivo. Algunos abonos pueden prepararse en forma casera, con procedimientos sencillos como los siguientes:
 - Depósitos de basura biodegradables (residuos vegetales y animales).
 - Construcción, de aboneras con hierbas, estiércol y tierra.

NO OLVIDAR:

- Pedir orientación al extensionista o promotor agropecuario.
- Asignar responsables para las tareas.
- Estudiar el valor nutritivo de los productos.
- Replicar el huerto escolar en huertos familiares y comunales simultáneamente.

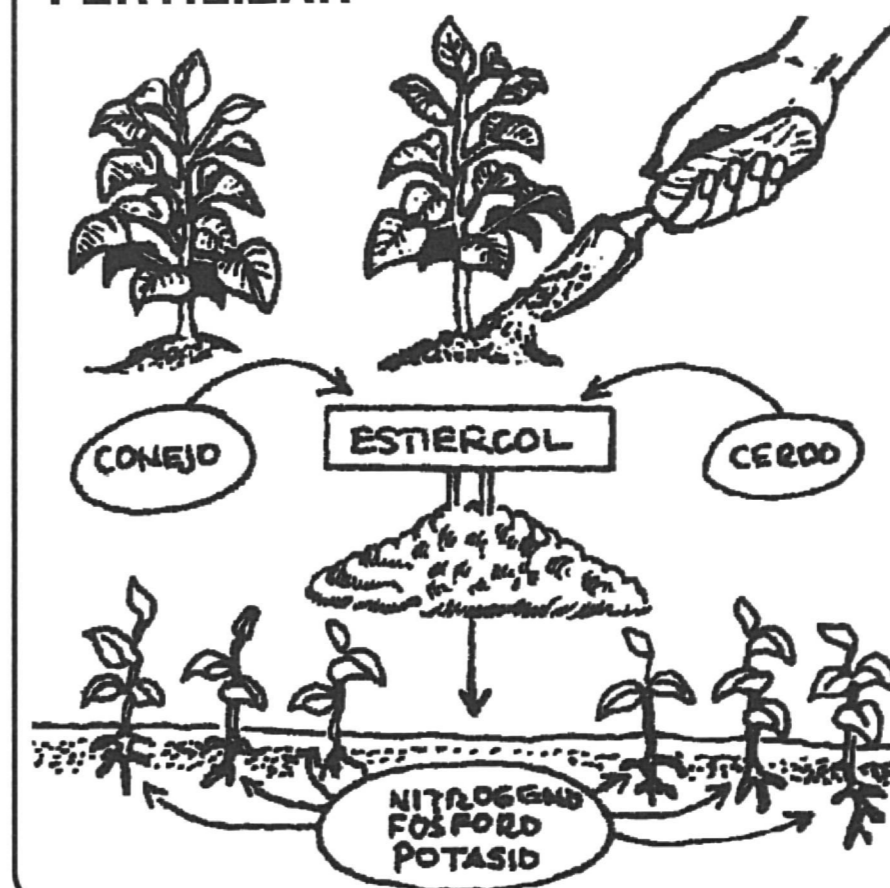
RALEAR



DESHIERBAR



FERTILIZAR



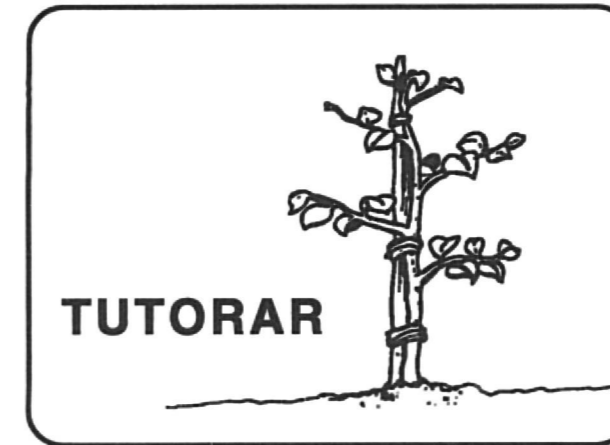
- d) **Regar:** esta operación consiste en aplicar agua a los arriates o al campo de cultivo. Se puede hacer por **Aspersión** utilizando regaderas o mangueras o por **Gravedad**, cuando el agua viene en pendiente.
- e) **Aporcar o calzar la siembra:** es una tarea en la que se remueve y coloca la tierra alrededor de la raíz para ayudar a sostener la planta.
- f) **Tutorar:** consiste en colocar tutores o estacas de apoyo a las plantas, con lo cual se logra mayor producción, se facilita la cosecha y se obtienen frutos sanos y limpios. Esta técnica se debe utilizar en el cultivo de tomate, frijol de verdura y pepino.



REGAR



APORCAR O CALZAR



TUTORAR

HERRAMIENTAS A UTILIZAR



Azadón



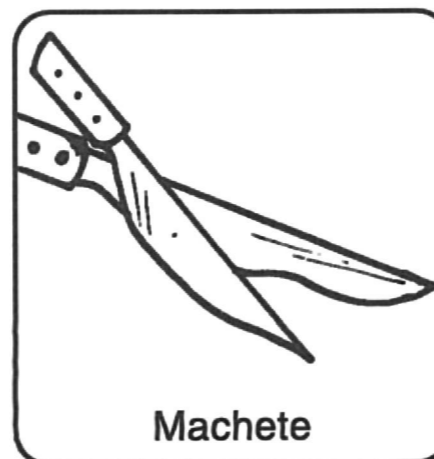
Rastrillo



Palas y Piocha



Regadera de Mano



Machete



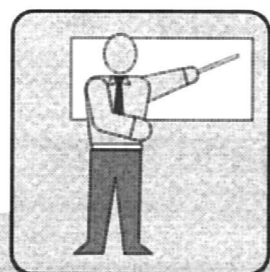
Plantador y Cuchara

4. La cosecha

Es la recolección del producto cuando el fruto está en el estado de maduración que se desea, pues a veces se cosechan semimaduros y otros maduros. Los cuidados que hay que tener son los siguientes:

- a) No romper las hojas de las plantas cosechadas.
- b) No dejar caer frutos al suelo, como en el caso del tomate.

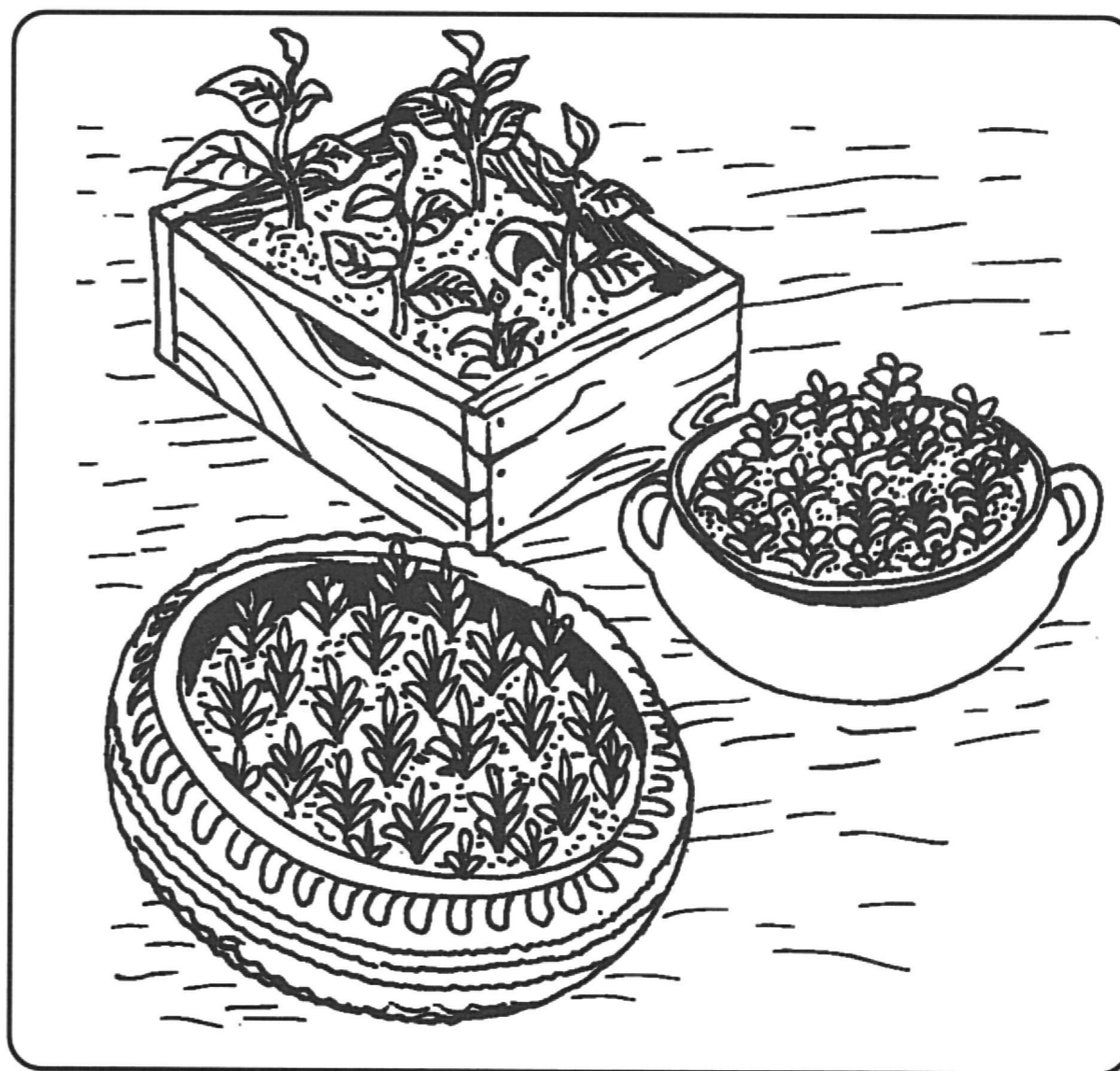
Los alumnos también deben aprender a cultivar **huertos hidropónicos** (muy útiles en escuelas urbanas)



AMIGO (A) LECTOR (A):

Si desea saber más sobre **CULTIVOS HIDROPÓNICOS** consulte el anexo 1 de este Módulo: "Manual de Cultivos Hidropónicos Populares: Producción de Verduras sin Usar la Tierra".

- c) No recoger frutos mojados.
- d) Solamente limpiar los frutos.
- e) Sacar los frutos que se han echado a perder.
- f) Tener en cuenta las recomendaciones de los especialistas para cada tipo de producto.



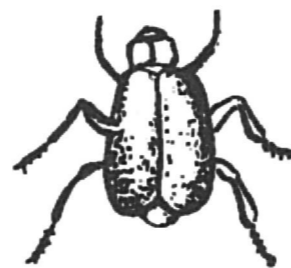
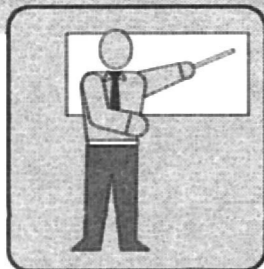
- g) Controlar las plagas: quienquiera que promueva la producción agrícola sabe que para obtener una buena producción hay que controlar plagas y enfermedades, así como saber que es mejor prevenir una enfermedad que combatirla una vez que se ha presentado.

Entre las prácticas sencillas que se recomiendan para prevenir plagas o enfermedades están las siguientes:

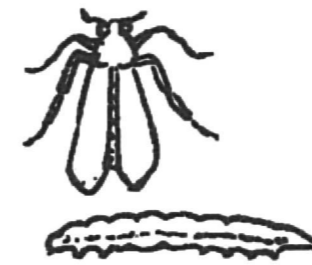
- Hacer rotación de cultivos en el mismo suelo.
- Seleccionar bien las semillas, eliminando las de plantas enfermas.
- Hacer una buena preparación del suelo.
- Mantener una correcta fertilización del cultivo.
- Mantener el terreno libre de malezas.
- Controlar las plagas en forma manual y casera.

RECUERDE:

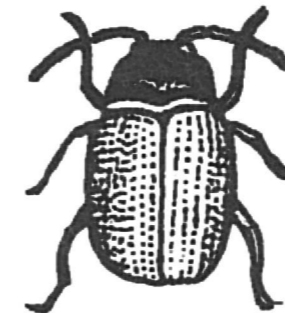
Así como este proyecto se dividió en tareas, haga los ejercicios de la página siguiente, señalando la lista secuencial de tareas.



Gallina ciega



Gusano soldado



Pulgas negras



Gusano alfiler



Chicharritas



Gusano cuerudo



Picudo



Minadores de hojas



Pulgones

EJERCICIO

Haga la lista de tareas para cada proyecto, incluyendo tareas educativas y de promoción.



Eliminación de basura sin riesgo

Lucha contra los parásitos intestinales

Seguridad para vivir

Eliminación de ectoparásitos (piojos y sarna)

E. PASO 5**EVALUACIÓN**

Con lo estudiado hasta aquí, usted se habrá dado cuenta de que el Método de Reflexión-Acción tiene un sentido educativo, ya que la gente está razonando permanentemente en el qué, cómo y cuándo de las acciones de los proyectos. Están aprendiendo o perfeccionando la habilidad para resolver sus problemas individuales o de grupo con racionalidad. No se trata de llegar a una comunidad a decir... “daremos raciones de alimentos a quienes trabajen en esta u otra obra material”..., tampoco de decirles “... tal día traerán a los niños a vacunar”, etc.

Este método le está señalando un camino para pensar con la gente la razón de un por qué de cada acción. Ha sido diseñado para trabajar en salud comunal con personas muchas veces marginadas socialmente, con altos o medianos porcentajes de analfabetismo y con pocas, cuando no nulas oportunidades para promocionarse socialmente. En consecuencia, el personal de las instituciones no llega como un padre bondadoso a dar bienestar, sino que a enseñar mediante el desarrollo de proyectos comunitarios en los cuales todos están inmersos en un proceso recíproco de aprendizaje. Al respecto, la experiencia de mucha gente que ha trabajado de esta manera con grupos de la comunidad, rurales o urbanos, piensan que es la oportunidad de aprender y conocer los elevados valores humanos allí presentes; visto “de arriba”, probablemente sólo se percibe lo negativo, pero hay valores positivos que solamente se conocen por la convivencia en una empresa común.

Las ideas expresadas fundamentan en el fondo el quinto paso del método que es la Evaluación.

Este es un proceso de reflexión sobre cuánto y cuán bien lo estamos haciendo o lo hicimos. Se desarrolla siempre: **al comienzo**, al identificar los problemas, puede decirse que es una evaluación previa o diagnóstico para determinar la línea basal o línea de partida; **durante** el desarrollo de los proyectos, con fines de ajustes y, **al final**, para conocer los resultados obtenidos y reprogramar si fuese necesario.

La evaluación en grupo es de alto valor educativo, por las razones siguientes:

- Se obtiene un alto grado de automotivación.
- Se promueven sentimientos de solidaridad social al analizar y criticar con intenciones constructivas.
- Se aprende a trabajar en forma racional y organizada.
- Aumenta el sentido de la responsabilidad, ya que cada cual debe responder por los compromisos contraídos.
- En suma, la evaluación en conjunto, desde el punto de vista educativo, es como un reforzamiento del desarrollo humano general al que tiende el método.

El Formulario 3 es el instrumento que facilita el proceso de la evaluación y su estructura explica por sí sola la manera de aplicarlo.

FORMULARIO 3 **EVALUACIÓN**



PROYECTO

METAS PROPUESTAS

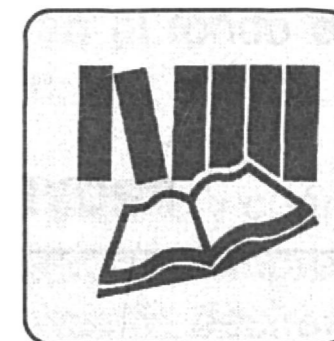
¿CUÁNTO HICIMOS?

SÍ (NO) CUMPLIMOS METAS ¿POR QUÉ?

CONTINUAR

¿QUÉ HAREMOS PARA MEJORARLO? **(TAREAS)**

¿QUIÉNES LO HARÁN?



V. BIBLIOGRAFÍA

1. INCAP. *Método de Reflexión-Acción o Método de Cinco Pasos para el Éxito*. Guatemala, 1982.
2. República de Honduras. *ABC Alimentario Nutricional*. Módulo Ilustrado para la Orientación de la Educación Alimentaria Nutricional de la Comunidad Hondureña. Honduras: Ministerio de Salud Pública, 1991.
3. INCAP. *Manual Técnico de Hidroponia Popular*. (Cultivo sin tierra). Publicación INCAP MDE/104. Guatemala, 1997.



VI. ANEXOS



ANEXO 1
(documento separado)

Ver Publicación INCAP MDE/104
Manual Técnico de Hidroponia Popular
(Cultivo sin Tierra)



ANEXO 2

FORMULARIO DE AUTOEVALUACIÓN DEL MÓDULO 2



1. Escriba cada uno de los pasos del Método **CINCO PASOS PARA EL ÉXITO** (Reflexión-Acción) (10 puntos)
 - a) _____
 - b) _____
 - c) _____
 - d) _____
 - e) _____

2. Enumere siete técnicas o procedimientos educativos de utilidad en el desarrollo de proyectos de Escuelas Saludables (14 puntos)
 - a) _____
 - b) _____
 - c) _____
 - d) _____
 - e) _____
 - f) _____
 - g) _____



3. Ponga nombre al tipo de información clave que debe estar contenida en los tres formularios básicos del método de **CINCO PASOS PARA EL ÉXITO** (16 puntos, uno por cada línea llenada correctamente)

FORMULARIO 1 (nombre): _____

FORMULARIO 2 (nombre): _____

PROYECTO:

FORMULARIO 3 (nombre): _____

PROYECTO:



ANEXO 3

FORMULARIO DE AUTOEVALUACIÓN



Determinar con falso (F) o verdadero (V) las aseveraciones siguientes (20 puntos):

		VERDADERO	FALSO
1.	Ejecutar proyectos sin un diagnóstico previo puede llevar a un despilfarro o mal uso de recursos.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2.	Los alumnos aprenden mejor escuchando la clase que dicta el profesor.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3.	Una decisión racional es aquella en que se decide por la mejor opción para solucionar un problema.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4.	Los dirigentes de la comisión de Escuela Saludable son los que deciden qué proyectos van a ejecutar.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5.	Establecer prioridades entre varios proyectos de una Escuela Saludable es decidir qué proyectos se ejecutarán.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6.	La dramatización es una técnica educativa que es útil para presentar situaciones positivas o negativas de comportamiento.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7.	La evaluación en un proyecto de Escuela Saludable se efectúa sólo al finalizar para saber cuánto y cuán bien se ejecutó.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8.	El desarrollo de proyectos de Escuela Saludable permite a los alumnos aprender conocimientos y desarrollar valores positivos.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9.	La charla es una excelente técnica educativa en la formación del niño.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10.	El Método de Cinco Pasos para el Éxito es útil para diseñar, ejecutar y evaluar proyectos de Escuela Saludable.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



MIS NOTAS



40

This image shows a blank sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.





MIS NOTAS