

MINISTERIO DE EDUCACION, CULTURA Y DEPORTES, MECD

Curso de Educación a Distancia: Escuelas Saludables

UNIDAD III: CINCO PASOS HACIA EL Éxito (Método de reflexión-acción)



**Organización Panamericana de la Salud (OPS/OMS)
Instituto de Nutrición de Centro América y Panamá
(INCAP/OPS)
Kellogg's Foundation**



Managua, Nicaragua, julio de 1999

TABLA DE CONTENIDO

	PAGINA
I. INTRODUCCION	01
II. OBJETIVOS DE LA UNIDAD	02
III. EL AMA DE CASA Y EL MINISTRO DOS HISTORIAS DE LA VIDA REAL	03
IV. METODO DE CINCO PASOS PARA EL EXITO (Método de Reflexión-Acción)	08
A. Paso 1: Cuáles son los problemas de salud y seguridad alimentaria de nuestra comunidad escolar?	09
B. Paso 2: Cómo se solucionan los problemas para lograr una escuela saludable?	14
C. Paso 3: Cuáles son nuestras decisiones?	16
D. Paso 4: El Plan de Trabajo	19
Formulario 1: Qué haremos?	20
Formulario 2: Cómo, quiénes y con qué?	21
Ejercicio: El Huerto	22
Ejercicio: Definir tareas para proyectos	29
E. Paso 5: Evaluación	30
V. BIBLIOGRAFIA	34
VI. ANEXOS	35
Anexo 1: Formularios de autoevaluación de la Unidad III	36
Anexo 2: Formulario de autoevaluación	38

Ya hemos estudiado los dos primeros módulos de este Curso a Distancia sobre Escuelas Saludables y Seguridad Alimentario Nutricional, que constituyen la fase del SABER. Las unidades III y IV constituyen la fase del HACER, o sea aplicar los conocimientos en proyectos y actividades escolares concretas.

La Unidad III se intitula CINCO PASOS PARA EL EXITO 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 le da al método una connotación educativa de aprendizaje para todos los protagonistas.

El trasfondo educativo del método lo podrán apreciar los(as) maestros(as) 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 en el intertanto las capacidades de autoestima y empatía.

MAESTRO(A) RECUERDE: El método de Cinco Pasos para el Exito 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 DE LA UNIDAD III

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

- A. Describir en que consiste cada uno de los pasos o etapas del Método CINCO PASOS PARA EL EXITO.
- 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 Exito.
- C. Manejar sin errores los tres formularios básicos del Método de Cinco Pasos para el Exito.

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

ELLA. Doña Elvira Dávila es ama de casa en una esforzada 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 persona buena administradora de su hogar; los días sábados temprano ella se prepara para ir al mercado a comprar los alimentos y otros productos para el hogar, no sin antes pensar bien lo que va 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 alcanza para comprar todo lo que quisieran, motivo por el cual ordena los alimentos más necesarios en primer lugar, y "hasta donde se alcance" como ella lo expresa.

Al hacer la lista pone granos básicos, frutas y verduras variados de acuerdo a su aporte de vitamina. Decide comprar leche, huevos y frijolitos, 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 a 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.

EL, Don Arístides Martínez Ponce, es Ministro de La Familia a quien el Gabinete social 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 departamentales y municipales y representantes de la comunidad.

El primer paso que dan es identificar las comunidades de mayores problemas y necesidades, haciendo una lista de ellos en cuanto a vivienda, producción, salud, fuentes de trabajo, 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.

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

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



QUE 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 mas importantes y a la posibilidad de adquirirlos	<--TERCERO -->	Como los recursos no alcanzaban para todo debieron establecer prioridades. Las decisiones tomada 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.

QUE LECCIONES PODEMOS APRENDER PARA HACER REALIDAD UNA ESCUELA SALUDABLE?

Si los(as) maestros(as) siguen los mismos pasos del ama de casa y el ministro al planificar las actividades, tienen elevadas posibilidades de resolver con éxito las necesidades de la escuela saludable

IV. RECUERDE: CINCO PASOS PARA EL EXITO (REFLEXIÓN Y ACCIÓN)

- A. IDENTIFICAR LOS PROBLEMAS Y SUS CAUSAS
- B. DEFINIR LAS TECNOLOGIAS Y RECURSOS PARA RESOLVERLOS
- C. ESTABLECER PRIORIDADES, TOMANDO DECISIONES RACIONALES
- D. FORMULAR Y EJECUTAR UN PLAN DE TRABAJO CON OBJETIVOS, METAS, RECURSOS, RESPONSABLES, FECHAS DE CUMPLIMIENTO Y TAREAS ESPECIFICAS
- E. EVALUAR SIEMPRE, POR PERÍODOS Y AL FINAL

REPROGRAMAR -----> CONTINUAR

MAESTRO(A): AHORA USTED CONOCERA LOS CINCO PASOS DEL METODO DE REFLEXION-ACCION

A. PASO No. 1

CUALES SON LOS PROBLEMAS DE SALUD DE NUESTRA 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:

A. ESTUDIO DE REFLEXION:

Se trata de analizar el contenido de los papelones o de las 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.

B. DISCUSION DE GRUPO:

Un grupo de personas (10 a 15), en base a 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,

C. 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.

D. DRAMATIZACION:

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 compenetración psicológica y de motivación hacia un problema.
3. Enseñar, mostrando antes que diciendo.
4. Despersonalizar situaciones.
5. Relajar tensiones.
6. Ayudar a un mejor ajuste del grupo

E. GRUPOS DE OBSERVACION

Un 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 provee temas para discusión de grupo, taller y otras.

F. EJERCICIOS DE EDUCACION PARTICIPATIVA

Son ejercicios en grupo para resolver problemas apelando a los conocimientos, experiencia e ingenio de los participantes. Se apoyan en dibujos, figuras, esquemas, ordenamiento de proposiciones, completar situaciones semi-resueltas, etc. Hay experiencias útiles en educación alimentaria 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.

MAESTRO(A) RECUERDE: En las Unidades I y II Usted ya ha reflexionado sobre los conceptos de salud y seguridad alimentario-nutricional, así como en la organización para lograr una escuela saludable.

Ahora comienza la acción para resolver los problemas

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

Desnutrición del(de la) niño(a) escolar

Niños(as) que llegan sin desayunar o con hambre

Niños(as) enfermos con diarrea o parásitos intestinales

Higiene personal deficiente en el cuerpo y vestimenta

Niños(as) infectados con piojos y acaros

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

Infecciones Respiratorias Agudas (IRA): tos, catarro, neumonía, bronquitis, bronconeumonía

Niños(as) que son victimas de violencia en el hogar, abuso sexual, explotación o malos tratos

Adicción temprana a alcohol y drogas

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

Niñas con embarazos de alto riesgo para su salud, debido a su corta edad

Otros problemas

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

B. PASO No. 2

COMO 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 2do. Paso se plantea entonces con la pregunta: Qué recursos necesitamos para solucionarlos?

Puede seguir la técnica siguiente:

1. Tener a la vista del Comité de Escuela Saludable algunos papelones con la lista de problemas encontrados y anotar frente a cada uno lo que debe hacerse para solucionarlos. En este paso es importante el apoyo de personal agropecuario, de salud u otras áreas del desarrollo que ayuden en la búsqueda de soluciones.

Al final los papelones pueden quedar como el cuadro siguiente:

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

PROBLEMAS (EJEMPLOS NO EXHAUSTIVOS)	ACCIONES ESPECIFICAS DE SOLUCIÓN
Desnutrición del niño(a) en grados variables	<ul style="list-style-type: none"> • Educación alimentaria nutricional del niño(a), la familia y la comunidad, con ayuda de instituciones. • Evaluar el estado nutricional de los(as) niños(as). • Promover el incremento en la disponibilidad y consumo de alimentos de alto valor nutritivo: <ul style="list-style-type: none"> - Organizar el refrigerio o la merienda escolar. - Promover el consumo de galletas nutritivas, refresco nutritivo. - 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 parásitismo 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 refrigerio/merienda higiénicos. • Tratamientos antiparásitarios colectivos. • Controles en Centro de Salud.
Higiene personal deficiente en lo corporal y en la ropa	<ul style="list-style-type: none"> • Educar y enviar recordatorios a los padres sobre la correcta presentación de los(as) niños(as). • Organizar corte de pelo y lustrado de zapatos • Dar facilidades de baños 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 diente o 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.

MAESTRO(A) RECUERDE: Un buen estudio y definición de soluciones le facilitará al Comité de Escuelas Saludables la toma de decisiones adecuadas sobre proyectos a ejecutar.

C. PASO No. 3

CUALES 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 del Comité de Escuela Saludable, quienes al decidir con plena conciencia están de hecho asumiendo responsabilidades.

Usted como maestro(a) representa a la escuela, como institución formal, y debe precisar al grupo en qué medida puede cooperar y participar, sin generar expectativas que no se puedan cumplir y que luego derivan en frustraciones.

En este **TERCER PASO** se sugiere aplicar los siguientes procedimientos:

1. Colocar ante el Comité, en un lugar visible, los papelones 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 sus puntos 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:

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

MAESTRO(A) 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 EL COMITE DE ESCUELA SALUDABLE DE LA COMUNIDAD DE LOS ALMENDROS

PROBLEMA	PROYECTO	PRIORIDAD	PLAZO (INICIO)
ALUMNOS SIN DESAYUNAR O CON NECESIDADES DE COMPLEMENTO ALIMENTARIO	REFRIGERIO ESCOLAR	1	ACCION INMEDIATA
DIARREAS Y PARASITOS INTESTINALES	CONTROL Y DESPARASITACION EN EL CENTRO DE SALUD	2	ACCION INMEDIATA
SANITARIOS INSUFICIENTES Y DETERIORADOS	CONSTRUCCION DE SANITARIOS CON AGUA PARA ARRASTRE (PARA NIÑOS Y NIÑAS)	3	CORTO PLAZO
DESNUTRICION	HUERTO ESCOLAR HUERTOS FAMILIARES HUERTOS DESMOSTRATIVOS HIDROPONICOS CENSO ANTROPOMETRICO EDUCACION FAMILIAR SOBRE MENUS SELECCIONADOS REFUERZOS CON MICRONUTRIENTES	4 7 6 9 5 10	CORTO PLAZO " " " ACCION INMEDIATA CORTO PLAZO
DESASEO CORPORAL Y DE LA ROPA	AGUA Y JABON	8	
CARIES Y DEFORMACION DE DIENTES	SALUD DENTAL	11	

MAESTRO(A) RECUERDE: La prioridad concede un orden de importancia. El plazo significa cuando se pueden iniciar y terminar, hacer sostenibles los proyectos.

D. PASO No. 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 atiborrarse de palabrería ni expresiones difíciles que sólo entienden los técnicos. En pocas láminas es posible escribir lo sustantivo determinando.

NOMBRE DEL PROYECTO

METAS DEFINIDAS

FECHA DE TERMINO

TAREAS A EJECUTAR

QUIENES SON LAS PERSONAS RESPONSABLES DE EJECUTARLO

LOS RECURSOS QUE UTILIZARAN

DOS FORMULARIOS SENCILLOS PUEDEN CONTENER LOS ASPECTOS SUSTANTIVOS DE UN PLAN. SIN EMBARGO, SI SE REQUIERE PUEDEN AGREGARSE MAS ESPECIFICACIONES VEAMOS LOS FORMULARIOS 1 Y 2 SIGUIENTES:

FORMULARIO 1: QUE HAREMOS (EJEMPLOS)

PRIORIDAD	PROYECTO	METAS	FECHA DE INICIO Y/O TERMINO
2	AGUA Y JABON	Agua y jabón permanente en el lavamanos	Permanente
3	CONSTRUCCION DE SANITARIOS	Una pieza para niñas con 3 inodoros y una para niños con 3 inodoros y un mingitorio	26 de julio
1	REFRIGERIO ESCOLAR	Distribuir 36 refrescos nutritivos y 72 galletas nutritivas diarias	Diariamente a partir del 10 de junio
4	PEDICULOSIS Y ESCABIOSIS	Aplicar tratamientos a todos los casos y sus familias	30 de junio
6	HUERTO ESCOLAR	Sembrar media manzana de hortalizas: pepinos, zanahorias, espinacas, repollo y chile dulce	junio-noviembre
5	HUERTO HIDROPONICO	Sembrar tomates, chiles pimientos y culantro	febrero-octubre
7	CENSO ANTROPOMETRICO	Pesar y medir 36 alumnos	30 de mayo

EL CULTIVO DEL HUERTO ESCOLAR, FAMILIAR O COMUNAL ES UN PROCESO ESENCIALMENTE EDUCATIVO. DURANTE SU DESARROLLO LOS ESCOLARES Y DEMÁS PARTICIPANTES APRENDEN COMO AUMENTAR LA DISPONIBILIDAD DE ALIMENTOS DE ALTO VALOR NUTRITIVO Y TAMBIÉN APRENDEN HABILIDADES PARA VIVIR Y VALORES CÍVICOS Y MORALES

MAESTRO(A): Una vez definido el Plan de Trabajo estudie con los(as) participantes los procesos que seguirán en la ejecución del proyecto.

**Si no sabe que hacer, puede resultar en un fracaso o despilfarro.
Defina bien lo que hará y como, antes de hacerlo.**

PROYECTO

METAS

FECHAS DE INICIO Y TERMINO

HUERTO
ESCOLAR

PRODUCIR HORTALIZAS:
Tomates, zanahoria, espinaca,
repollo, culantro y chile dulce

QUE HARAN?
(TAREAS)

QUIENES?

CON QUE
RECURSOS?

1. PREPARAR EL
TERRENO:

- Limpiar
- Labrar
- Preparar almácigos

2. SEMBRAR (directo y
de almácigos)

- Sembrar en directo las
semillas, ó
- Sembrar en almácigo y
transplantar

3. LABORES DE
CULTIVO

- Ralea
- Deshierbar
- Fertilizar
- Regar
- Aporcar
- Tutorar
- Controlar plagas

4. COSECHAR

- 28 alumnos de quinto
grado y 24 de sexto.
Maestros: Pablo Sanabria
y Manuel Guzman.

- Extensionista de
servicio agrícola Manuel
García

- Vecinos: Santiago
Selva, Otilia Hernández

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

MAESTRO(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 almácigos.

LIMPIEZA



LABRANZA



PREPARACION DE ALMACIGOS



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 químico, si se usa

Hay dos operaciones más sobre las cuales existen procedimientos específicos que son La Siembra en Almacigos y el 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:

a) Raleo: es la eliminación de algunas plantas de la siembra para darle a las demás, más espacio para desarrollarse.

b. Deshierbar: consiste en sacar las malas hierbas de entre el cultivo. Se hace a manos o con herramientas.

NO OLVIDAR:

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

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.

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 vaina y pepino.

HERRAMIENTAS A UTILIZAR:

Azadón

Rastrillo

Palas y piocha

Machete

Regadera de mano

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:

- No romper las hojas de las plantas cosechadas
- No dejar caer frutos al suelo, como en el caso del tomate.
- No recoger frutos mojados.
- Solamente limpiar los frutos
- Sacar los frutos que se han echado a perder.
- Tener en cuenta las recomendaciones de los especialistas para cada tipo de producto

**LOS(AS) ALUMNOS(AS) DEBEN APRENDER TAMBIEN A CULTIVAR HUERTOS
HIDROPONICOS
(muy útil en escuelas urbanas)**

MAESTRA (O): Si desea saber más sobre CULTIVOS HIDROPONICOS consulte el anexo 1 de esta Unidad: "Manual de Cultivos Hidropónicos Populares: Producción de Verduras sin usar la Tierra".

g. Controlar las plagas: quienquiera que promueva la producción agrícola sabe que para obtener una buena producción hay que controlar plagas y enfermedades, como asimismo 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

GALLINA CIEGA	GUSANO SOLDADO	GUSANO CUERUDO
PULGAS NEGRAS	PICUDO	GUSANO ALFILER
MINADORES DE HOJAS	CHICHARRITAS	PULGONES

MAESTRO(A):

ASI COMO ESTE PROYECTO SE DIVIDIO EN TAREAS, HAGA LOS EJERCICIOS DE LA PAGINA SIGUIENTE SEÑALANDO LA LISTA SECUENCIAL DE TAREAS.

EJERCICIO

HAGA LA LISTA DE TAREAS PARA CADA PROYECTO, INCLUYENDO TAREAS EDUCATIVAS Y DE PROMOCION.

ELIMINACION DE BASURA SIN RIESGO

LUCHA CONTRA LOS PARASITOS INTESTINALES

SEGURIDAD PARA VIVIR

ELIMINACION DE ECTOPARASITOS (PIOJOS Y SARNA)

EVALUACION

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 cuánto 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 los(as) niños(as) a vacunar", etc.

Este método le está señalando un camino para pensar con la gente en 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 de los elevados valores humanos allí presentes; visto "de arriba", probablemente sólo se percibe lo negativo, malas costumbres, delincuencia, suciedad; pero hay ciertos valores que solamente se conocen por la convivencia en una empresa común.

Las ideas expresadas fundamentan en el fondo el 5to. 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 auto-motivación.
- 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 a que tiende el Método.

El Formulario No. 3 es el instrumento que facilita el proceso de la evaluación y su estructura explica por sí sola la manera de aplicarlo

V. BIBLIOGRAFIA

1. INCAP. Método de Reflexión-Acción (ó 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. Ministerio de Salud Pública. Honduras, 1991.
3. INCAP. Manual Técnico de Hidroponía Popular. (Cultivo sin tierra). Publicación INCAP MDE/104. Guatemala, 1997.

VI. ANEXOS

A. FORMULARIOS DE AUTOEVALUACION DE LA UNIDAD III

1. Escriba cada uno de los pasos del Método CINCO PASOS PARA EL EXITO (Reflexión-Acción) (10 puntos)

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

5. _____

2. Enumere 7 técnicas o procedimientos educativos de utilidad en el desarrollo de proyectos de escuelas saludables (14 puntos)

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

5. _____

6. _____

7. _____

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

FORMULARIO 1 (nombre): _____

FORMULARIO 2 (nombre): _____

PROYECTO:

FORMULARIO 3 (nombre): _____

PROYECTO: