



**Qué se necesita para hacer un buen proyecto
además de salud, dinero y amor...**

Ana M^a Martínez Lorente
Servizo Estilos de Vida Saudables e Educación
para a Saúde
Dirección Xeral Saúde Pública

Qué se necesita para hacer un buen proyecto

1. Querer hacerlo
2. Poder hacerlo
3. Querer es poder?
 - Buscar recursos
 - Adaptarse a los recursos....y a lo que hay!!!
4. Saber lo que quiero: “Todo e ben non o fai ninguén”. Abarcar lo justo.
5. Saber lo que tengo que saber para abordar el tema.
6. Organizar, secuenciar, evaluar...

1. Describir los objetivos
2. Describir la oferta que vamos a analizar
3. Designar los criterios y valores de referencia a utilizar
4. Describir la metodología (organización, recursos, distribución de tareas...)
5. Describir los resultados y conclusiones principales
6. Describir los indicadores necesarios para evaluar nuestro proyecto

7. Otros aspectos de interés para evaluar:

1. ¿El proyecto es interdisciplinar??

Bases de datos e matemáticas (media, medianas...); lengua (redacción recetarios, traducción..); expresión oral (exposición de trabajos...); química e biología (aditivos, procesado alimentario, tecnología culinaria,...); expresión artística (posters promocionales, diseños visuales de guías alimentarias, foto-denuncia...).

2. ¿Cual fue el nivel de organización de cada grupo de trabajo?

Capacidad para distribuir las tareas, la coordinación dos diferentes grupos de trabajo, compromisos), etc.

3. ¿Cuál fue el grado de dificultad del proyecto en función da oferta analizada?

Criterios empleados, número de grupos de trabajo y recursos implicados (participación de las familias, de la comunidad, de empresas de restauración, de otros centros educativos, etc).

Aspectos a mejorar

1. Imprecisión:

- Se mantiene al comienzo y al final del proyecto.
- Falta organización, estructura, productos, actividades secuenciadas y dirigidas a alcanzar cada uno de los objetivos.
- Falta concretar.

2. Se abarcan demasiados objetivos y muy ambiciosos.

Es difícil alcanzarlos todos. No hay porqué hacerlo "todo": No hay obligación alguna en evaluar en el mismo proyecto la oferta alimentaria del comedor, la cafetería, la publicidad alimentaria, la familia...

3. No es habitual que se establezca el grado de consecución de los objetivos.

Por lo general, suelen replicarse "igual" que al principio del proyecto.

4. La metodología para alcanzar dichos objetivos está desdibujada, es imprecisa.

Se ofrecen generalidades ("será participativa", "se trabajará con el alumnado") pero es necesario explicar. Un ejemplo:

5. Se aprecia un cierto desequilibrio entre las actividades divulgativas con contenidos más teóricos, de profesor a alumno, pero con escasa participación "activa"

y otras intervenciones que impliquen el desarrollo de aptitudes más en la línea de la intención inicial del proyecto. En muchos casos, los videos que se muestran no son más que los alumnos exponiendo contenidos teóricos.

6. Se observa baja implicación de la comunidad educativa.

Aparece escasa o nula participación de las familias y del entorno social del escolar. Salvo espléndidas excepciones, todas las actividades se hacen "intramuros". Los circuitos de enseñanza-aprendizaje son "cerrados".

7. Algunas de las tareas desarrolladas por el profesorado adscrito al programa no tienen que ver, ni pueden ser aceptadas como parte del proyecto (tareas propias de otros proyectos, acompañar a los niños a una actividad, generalidades, etc.).

9. La interdisciplinariedad, la transversalidad y la participación activa con la comunidad educativa siguen siendo susceptibles de mejora en todos los proyectos.

Proyecto: Los alimentos de la TV son tan buenos como dicen??

Qué? Analizar la publicidad alimentaria en base a criterios nutricionales objetivos.

Quién? Alumnado de 3-4 ESO y 1 BACH.

Cuando? A lo largo curso escolar. Cronograma:

1. Trimestre: Visualizar la programación de 2 cadenas de TV privadas en dos días laborales y uno del fin de semana en horario de.... a de... durante un mes. Registrar productos: Realizar base de datos en función del etiquetado nutricional
2. Trimestre: Analizar (aplicar estadísticos...) y comparar con recomendaciones
3. Trimestre: Establecer conclusiones y plan de mejora. Comunicar resultados.

Objetivo general:

El alumnado será capaz de evaluar una serie de anuncios publicitarios en base a criterios nutricionales específicos.

Objetivos específicos:

El alumnado conocerá las recomendaciones de ingesta alimentaria para su grupo de edad.

El alumnado será capaz de interpretar correctamente la etiqueta nutricional.

El alumnado será capaz de comparar y analizar la oferta alimentaria propuesta.

Metodología:

Activa

Participativa

Tareas (con cronograma)

1. Informar del proyecto al alumnado.
2. Solicitar a los alumnos y alumnas que se organicen en grupos de trabajo de 6 personas.
3. Establecer consenso con el profesor y el método de trabajo
4. Organizar cronograma, identificando principales hitos. Podemos explicarlo:
“...Todos los viernes el profesor coordinador recibe un resumen por parte de los alumnos del trabajo realizado, de las dificultades, de la organización y reorientación del proyecto, etc.

Indicadores:

De proceso: gestión del tiempo, incidencias, tareas, grado de compromisos alcanzados

De producto:

1. Artículo revista educación: ‘Cantidad de azúcares simples en una muestra de alimentos publicitados en tv.
2. Diseñar, cambiando un anuncio de TV con publicidad de alimentos “basura” , un anuncio de promoción do consumo de legumbres.
3. Mejorar la carta de un restaurante para ofrecer preparaciones con menos sal
4. Diseñar, una vez evaluada la despensa del hogar, preparar una propuesta formativa a sus familias.

De resultado:

% alumnado que conoce las recomendaciones de ingesta alimentaria para su grupo de edad.

% alumnado que es capaz de interpretar correctamente la etiqueta nutricional.

% alumnado que es capaz de comparar y analizar la oferta alimentaria propuesta.

% alumnado que es capaz de diseñar un plan de mejora en la oferta inicial valorada.

Recursos necesarios

Bla, bla, bla....

De lo que se partía: 2 grupos de ESO. Vamos a trabajar en la hora semanal de...(tutoría, de la asignatura optativa tal o cual). De los...(número de alumnos con los que contamos inicialmente) han manifestado interés...(número de alumnos dispuestos a participar). Para desarrollar el proyecto se comprometieron...(número de profesores comprometidos con el proyecto) y otros...(número de profesores de apoyo) ofrecen ayuda puntual para (determinadas actividades o para realizar el seguimiento, etc)

Lo que querían hacer inicialmente:

1. Analizar la oferta alimentaria de su entorno familiar y al menos conocer la frecuencia de consumo de...tal o cual grupo de alimentos entre los miembros de su familia.
2. Realizar una encuesta alimentaria en el hogar para conocer la frecuencia de consumo de todos los grupos de alimentos.
3. Realizar y grabar una encuesta en su casa (inicial y final) para conocer cuales son las razones de la alta o baja frecuencia de consumo de esos alimentos.
4. Organizar un sesión formativa en video dirigida a sus familias para mejorar el consumo en función de las razones que alegan.

Lo que se pudo o se decidió hacer:

1. "Dado lo extenso de la encuesta y las dificultades para obtener un cuestionario adecuado, decidieron evaluar solo 2 grupos de alimentos (pescados y legumbres).
2. Han realizado una tabla comparativa y formulado una serie de propuestas de mejora.
3. La sesión formativa con contenidos teóricos de alimentación programada al inicio para emitir en el blog del centro la sustituyeron por talleres de cocina presencial. Para esto, contaron con la colaboración de una cocinera de un restaurante del municipio, que organizó en el primer trimestre una serie de talleres en colaboración con el mercado de abastos, dado que la principal razón que alegaban sus familias eran las dificultades de tiempo y preparación para cocinar las legumbres.
4. Como la realización de los talleres suponía un gasto inicial, tuvieron también que buscar "patrocinadores" entre el centro y las familias. Además, diseñaron algunos objetos que vendieron en el centro para recaudar fondos.

Lo que consiguieron:

Fueron capaces de:

- Organizarse en grupo
- Diseñar su proyecto
- Elaborar el plan de trabajo
- Adjudicar tareas y analizar de forma reflexiva y crítica su consumo alimentario.
- Redirigir su proyecto en función de los resultados y diseñar una propuesta de mejora, evaluando los recursos de su entorno y llegando a acuerdos con terceros.
- De los 20 alumnos participantes, acudieron a los talleres 12 familias (madre, padre, abuelos).
- En la encuesta final, con respecto a la inicial se había incrementado la oferta de pescado en un 20% y de legumbres en un 25%, del total de los hogares.

Cómo lo evaluaron:

Desde el inicio, 4 alumnos asumieron las tareas de evaluación. Dado que su trabajo implica conocimientos matemáticos para establecer parámetros estadísticos y conocimientos lingüísticos para realizar un informe final solicitaron a los profes de dichas materias un reconocimiento a su labor.

Registraron todas las tareas, los resultados de las encuestas, las incidencias, los retrasos y establecieron un cronograma inicial. Además, registraron los productos (descripción de soportes informáticos...) y los resultados obtenidos. Cada 15 días solicitaron reunión con el profesor coordinador para explicarle incidencias, consultar dudas y alcanzar soluciones. Se acostumbraron a levantar acta de cada una de las reuniones. para su comunidad.

Lo que aprendieron

- Qué es una encuesta alimentaria
- Qué es un cuestionario
- Cómo se realiza una tabla de frecuencias
- Cómo se hace un informe de resultados
- Cómo se organiza un grupo de trabajo
- Cómo se busca consenso
- Cómo se solicitan mejoras a los profes
- Cómo nos relacionamos con otras personas
- Cómo buscamos compromisos de participación con las familias...
- Cómo buscamos recursos.

CONSEJOS

1. Enseñar al alumnado a trabajar bien, con rigor y bases adecuadas.

Es muy importante **enseñar y valorar el trabajo bien hecho, el registro de las actividades, los informes con los resultados, etc.** Para ésto, el trabajo del profesor debe ser el modelo a imitar. Los objetivos no tienen por qué ser excesivamente ambiciosos pero la metodología tiene que ser clara y rigurosa.

2. Fomentar la participación "activa".

Para entusiasmar e implicar al alumnado en el autocuidado de la salud, los alumnos deben **crear su propio campo de conocimiento**, además de ser capaces de analizar y de valorar su entorno. **Convertirlos en "agentes de salud" y dotarles de responsabilidades, confianza y seguridad** puede ser una base sólida para la adquisición y consolidación de hábitos.

3. Fomentar el conocimiento,

pero recordando que el alumnado debe "aplicarlo" y no solo "memorizarlo".

4. **Fomentar la expresión oral. Trabajar la comunicación.** Exponer su trabajo en público a sus compañeros es un buen comienzo. **Enseñarles a usar herramientas (gráficos, infografías, presentaciones...).**
5. **Favorecer su independencia.**
6. **Fomentar su sentido crítico, su capacidad de análisis.**
7. **Despertar otros agentes y recursos de la comunidad.** (**La cocinera** del ejemplo anterior; la iniciativa de la alumna que vemos en uno de los videos. Hace una entrevista al **pescadero de su pueblo y éste da una lección sobre el pescado...**)
8. **Promocionar al alumnado.** Muchos de los videos que han preparado son "píldoras" informativas para su comunidad.