

BOLETÍN PARA MAESTROS.

La Hina, Cerro Largo, Uruguay.

Redactor responsable: Miguel Soler.

Nº 32.- Julio 10 de 1957.-

SECCION AGRONOMICA

ALIMENTACION DE LAS GALLINAS

Una correcta alimentación de las aves permitirá a las mismas manifestar toda su capacidad para producir huevos o carne.

No es suficiente contar con aves de razas seleccionadas por su producción para obtener buenos resultados. La ración adecuada a la edad es fundamental para obtener éxito.

Existen tres tipos de fórmulas para distintas edades de las gallinas:

- 1) Fórmulas para pollitos hasta 2 meses de edad.
- 2) Fórmulas para pollitos hasta $4\frac{1}{2}$ meses de edad.
- 3) Fórmulas para adultos.

1) Fórmulas para pollitos hasta 2 meses de edad: En las primeras 48 horas de vida de los pollitos no es necesario suministrarles alimentos. Luego se les pondrá a su alcance una ración que contenga alrededor de 20 % de proteínas y abundante agua limpia y fresca. La citada ración debe contar con suficientes elementos minerales y energéticos de acuerdo a la edad en cuestión. Las vitaminas juegan también un rol principalísimo en la integración del alimento.

2) Fórmulas para pollitos hasta $4\frac{1}{2}$ meses de edad: Los pollitos al llegar a esta edad no necesitan tanta proteína, aumentando en cambio los requerimientos en productos energéticos. Se calcula que una ración con 16 % de proteínas es suficiente para favorecer su buen desarrollo. Los aportes de minerales (calcio y fósforo principalmente), vitaminas y agua limpia y fresca no deben faltar si se pretende obtener aves en condiciones óptimas de producción.

3) Fórmulas para adultos: Las ponedoras necesitan una ración que contenga un 15 % de proteínas. Las necesidades en calcio y fósforo aumentan con relación a la de los pollos en crecimiento, debido al gran consumo que de estos minerales hace la gallina para producir huevos. Los gallos podrán recibir esta misma ración.

Elementos nutritivos que pueden integrar una ración:

Agua: Es de fundamental importancia en la vida de las aves, por integrar en un gran porcentaje el cuerpo de las mismas.

Alimentos verdes: Es necesario que las aves reciban alimentos verdes, por los elementos vitamínicos que los pastos contienen. Si estos pastos son leguminosas, como la alfalfa y tréboles, su alimentación se verá mejorada por las proteínas que éstos poseen en buena cantidad.

Granos: Los granos aportan una gran cantidad de hidratos de carbono. La alimentación corriente a base de granos exclusivamente, no es suficiente para llenar las necesidades de las aves. Si bien poseen proteínas y minerales, éstos se encuentran en muy pequeña cantidad.

Maíz: Dentro de los maíces, el amarillo es el mejor, ya que además de hidratos de carbono aporta vitamina A.

Cebada: Es un buen alimento, pero no es tan apotecado como el maíz y el trigo.

Trigo: Posee más proteínas que el maíz, pero es menos engordador que éste.

Avena: Constituye también un buen alimento para las aves, siempre que no sea una avena con demasiada cáscara.

Feterrita o sorgos: Poseen un elevado porcentaje de hidratos de carbono, pudiendo sustituir en las raciones una parte del maíz, cuando éste alcanza precios muy elevados.

Concentrados proteínicos: Para llenar las necesidades en proteínas, es necesario agregar a la ración alguno de los concentrados siguientes:

Afrechillo: Posee de un 13 a un 16 % de proteínas y se emplea mucho para balancear la ración. Posee además sales minerales que contribuyen a aumentar su valor como alimento.

Harina de carne: Es un concentrado proteico de notable valor. Sus proteínas son de excelente calidad, variando su contenido según el tipo entre 45 y 65 %. Su riqueza en calcio y fósforo es elevada, por lo que constituye un suplemente imprescindible en toda ración.

Harina de hígado: También de gran valor por su riqueza en proteínas (60 %) y vitaminas (riboflavina)

Suplementos minerales: Como los granos son la base de la alimentación de las aves y son pobres en sales minerales, debemos agregar productos ricos en estos elementos. Se utilizan a este efecto: conchilla molida, harina de hueso molida, etc. que contienen un elevado porcentaje de calcio, fósforo y otros minerales. La sal común (cloruro de sodio) se utiliza en pequeñas cantidades ya que hace más apetecida la ración y ayuda a mantener el equilibrio salino de los líquidos del cuerpo.

Suplementos vitamínicos: Teniendo en cuenta la alimentación que pueden recibir las aves de chacra si se les da pastoreo y se les suministran algunas de las raciones que sugerimos a continuación, no creemos necesario el agregado de suplementos vitamínicos, ya que esos alimentos alcanzarán a llenar las necesidades.

FORMULAS SUGERIDAS:

Ración para ponedoras.-

Mezcla de concentrados:

15 kilos de harina de carne (del tipo 60 % de proteína)
11 kilos de afrechillo.
0.5 kilos de sal común.
3.5 kilos de conchilla molida o harina de huesos.

Mezcla de granos:

Mezcla A: Maíz: 35 kilos.	Mezcla B: Maíz: 28 kilos.
Trigo: 35 kilos.	Trigo: 28 kilos.
	Avena: 14 kilos.
Mezcla C: Maíz: 21 kilos.	Mezcla D: Maíz: 10 kilos.
Trigo: 28 kilos.	Trigo: 28 kilos.
Feterita: 21 kilos.	Cebada: 17.5 kilos.
	Feterita: 14.5 kilos.

A la mezcla de concentrados se le podrá agregar cualquiera de las mezclas A, B, C o D para obtener la ración para ponedoras.

Como vemos, la mezcla de concentrado totaliza 30 kilos (30 %) y cualquiera de las mezclas de granos 70 kilos (70 %).

Ración para pollitos

Mezcla de concentrados:

16 kilos de harina de carne (del tipo 60 % de proteína)
13 kilos de afrechillo.
0.5 kilos de sal común.
2.5 kilos de conchilla molida.

Para pollitos de hasta 2 meses de edad se les dará esta mezcla de concentrados que totaliza 32 kilos y el 68 % restante estará formado por algunas de las mezclas de granos (A,B,C o D) citadas anteriormente.

Para pollitos de hasta 4 meses se dará: el 30 % de la ración de la mezcla concentrada para pollitos y el 70 % restante de cualquiera de las mezclas de granos.

PLAN DE CULTIVOS PARA LA HUERTA

El plan de cultivos para una huerta tiene por objetivos los siguientes:

- 1) Realizar la mayor cantidad de cultivos posible en el menor espacio de terreno.
- 2) Determinar una adecuada rotación de cultivos.
- 3) Tener producción en todo momento.
- 4) Ordenar los trabajos a realizar.

1) Realizar la mayor cantidad de cultivos en el menor espacio de terreno: Ello es posible conseguirlo haciendo los canteros y los caminos con las medidas aconsejadas y plantando las hortalizas a distancias adecuadas. Estas distancias podrán ser mínimas si se aplican abonos.

2) Determinar una adecuada rotación: Recordemos que para hacer una adecuada rotación de cultivos es necesario que a hortalizas de hojas o frutos sigan otras de raíz. A lo más se podrá plantar dos o tres veces seguidas hortalizas del mismo tipo.

Por ejemplo, podremos cultivar dos o tres veces seguidas zanahorias en un cantero, pero el cultivo que le siga tendrá que ser de acelgas o alguna otra especie de hoja o fruto.

3) Tener producción en todo momento: Para conseguirlo debemos plantar las hortalizas en forma escalonada. Es decir, si queremos tener acelgas frescas casi todo el año, no las podremos plantar de una sola vez, sino en distintas épocas. Además es necesario conocer la duración o ciclo de cada especie desde que se siembra hasta que da cosecha, así como la época de siembra.

Por ejemplo, la acelga demora alrededor de 90 días en dar cosecha, la espinaca 50, la lechuga 80, las habas 150 días, etc.

Estos ciclos pueden sufrir modificaciones de acuerdo a las variaciones climáticas. Si plantamos, por ejemplo, lechugas en abril, a los 80 días aproximadamente podremos cosecharlas. Suponiendo que su cosecha se haga durante un mes, dependiendo del número de plantas y del consumo, en agosto tendremos el cantero libre. En el citado mes se pueden plantar, de acuerdo a su época de siembra, rabanitos, nabos o zanahorias, que por ser cultivos de raíz conviene que sigan a la lechuga.

De acuerdo al ciclo de los cultivos de raíz anotados, podemos saber cuándo tendremos nuevamente el cantero libre. Buscamos entonces una hortaliza de hoja o fruto que se pueda plantar en esa época, para continuar así los cultivos durante todo el año. De manera que planificamos para cada cantero buscando su mejor aprovechamiento.

Para conseguir en cada cantero cosechas escalonadas y variadas, debemos seguir uno de estos caminos:

a) Cultivar una hortaliza tras otra en el mismo cantero. Por ejemplo: espinacas tempranas seguidas de acelgas tardías.

b) Cultivar hortalizas de producción rápida entre filas de especies de producción más lenta. Por ejemplo, arvejas entre líneas de tomates.

c) Cultivar dos hortalizas distintas en las mismas hileras.

4) Ordenar los trabajos: Planeando los cultivos, podremos saber cuáles trabajos será necesario realizar en el correr del año. Por ejemplo, si en un determinado mes vamos a plantar especies de almácigos, debemos hacer éstos con la debida anticipación.

RUBEN DE LEON AROZTEGUI,
Ingeniero Agrónomo.

SEGUNDA PARTE DE LA CARTILLA DE ALFABETIZACION

La cartilla de alfabetización del Núcleo Escolar fue planeada el año pasado en la forma que apareció en el Boletín para Maestros N° 22. Salvo pequeñas modificaciones, el ordenamiento hecho entonces ha sido respetado.

Transcribimos ahora el borrador de las 25 lecciones que forman el segundo cuadernillo. En ellas se enseñan 8 sonidos más y algunas reglas ortográficas. El tema continúa siendo el de la historia de una familia campesina, enfocada ahora principalmente a sus conexiones con un tipo de escuela similar al nuestro. El tema de la tapera que da nombre al paraje, ha sido presentado para ser tratado en la tercera parte de la cartilla como elemento simbólico de transformación de la zona.

Se ruega a todos los lectores del Boletín el envío inmediato de observaciones o sugerencias, pues existe urgencia en imprimir esta cartilla. Se encarece además no suministrar su contenido a escolares, para que los adultos no asignen a su cartilla valor de material literario infantil.

A pedido de los maestros alfabetizadores, pueden suministrarse copias de este borrador para ir utilizando las lecciones una por una y no todas juntas en sus clases actuales.

CARTILLA DE ALFABETIZACION: "UNA FAMILIA CAMPESINA"

BORRADOR DE LA SEGUNDA PARTE: "LA ESCUELA"

1.- LA FAMILIA (Enseñanza de la r final)

En esta casa vive la familia Valdés.

Su jefe es Luis Valdés, un campesino luchador y honesto.

Su esposa es Elena Pacheco de Valdés, mujer activa y limpia, que ayuda mucho a Luis.

Mateo Valdés Pacheco, el hijito, tiene ya veinte meses.

Es esta una familia como muchas, unida por el amor.

Su ideal es vivir cada día mejor.

2.- DON OLANO ESTA ENFERMO (Enseñanza de la r en sílaba inversa)

Luis lee una carta enviada por su hermano Carlos.

Elena se siente alarmada, porque ve que Luis lee con ansiedad.

- ¿Qué pasa, Luis?

- Papá está enfermo y como nunca ha estado en cama Carlos está asustado.

- ¿De qué puede estar enfermo Don Olano?

- Por la carta se ve que siente un dolor en un costado del cuerpo, una molestia interna que le impide moverse.

- ¿Y el doctor qué opina?

- No lo han visto todavía.

Hoy van a consultarlo papá y mi hermano Carlos.

Tenemos que estar atentos al informativo de las nueve.

Desde Melo nos van a adelantar lo que sepan.

- Me apena esta enfermedad, Luis.

Don Olano ha sido toda la vida muy sano.

Cualquier malestar lo ha de tener asustado.

- No temas, Elena.

Es un viejo fuerte.

No olvidemos escuchar el informativo.

3.- JUNTO A LA RADIO (Enseñanza de la r inicial)

Cuando en el reloj son las nueve, la familia se pone a escuchar la radio.

Todos atienden al locutor, que va informando lo que pasa en el país y en el mundo.

Más tarde, se oyen las últimas novedades del departamento.

Pasan muchos avisos.

A Mateo le divierte la música.

Luis y Elena están un poco nerviosos.

Realmente les inquieta la enfermedad de un familiar y más la de Don Olano.

Al rato pasan un resumen de los enfermos del departamento.

Luis y Elena oyen:

- "Ha sido internado Don Olano Valdés, cuyo estado es reservado. Es atendido por el Doctor Ramos".

Luis y Elena se apartan de la radio.

Y se ponen a ordenar sus ropas para viajar rápidamente a Melo.

4.- EN EL SANATORIO (Enseñanza de la r frente a vocal)

Dos horas después, Luis y Elena están en el sanatorio.

El portero los atiende.

- Somos familiares de Don Olano Valdés.

¿Podemos pasar?

El portero consulta una lista de los enfermos internados y contesta a Luis:

- Don Olano Valdés ha sido operado por el Doctor Ramos.

Si desean pasar tienen que esperar a la Enfermera.

Esta viene un rato después y les refiere lo que sabe de Don Olano:

- El enfermo está mejor.

Pueden estar satisfechos, pues tuvo la suerte de ser operado a tiempo.

Les dejaré pasar apenas un minuto.

El Doctor dejó orden de que no lo molestara nadie.

En la sala está Carlos parado junto a la cama de Don Olano.

El enfermo está pálido y dormido.

Luis y Elena saludan a Carlos.

- Pasé un mal rato, Luis, pero ya pasó lo peor.

Vamos afuera a conversar.

5.- VISITANDO AL ENFERMO (Enseñanza de la rr)

Días después, a la hora de la visita, toda la familia va a ver a Don Olano al sanatorio.

Junto a su cama están sus hijos Luis y Carlos, su nuera Elena, el nietito Mateo y varios familiares más.

Todos están contentos y chistosos.

- ¿De modo que casi se ausenta de este mundo, viejito?

- No, hijo.

 Mi cuerpo es como las carretas de antes.

 Un poco rústicas y lentas, pero fuertes.

 No me van a arrinconar así nomás.

- Usted está ahora muy ocurrente y animado.

 Pero si el Doctor Ramos no lo socorre a tiempo, no cuenta el cuento.

- Es verdad, hijo.

 Sin su ayuda, la cosa era muy fea.

En ese momento, pasa junto a la cama el Doctor Ramos.

Anda recorriendo los enfermos.

- Vamos a ver, Don Olano, ¿cómo se siente hoy?

- Como una fiera enjaulada, querido doctor.

 ¿Cuándo me deja volver a mi rancho?

- La semana que viene, viejito, no se apure demasiado.

 Cuando esté fuerte, volverá con los suyos.

6.- EL QUISTE HIDÁTICO (Revisión)

- No se vaya todavía, doctor, dijo Luis.

 Todos deseamos que nos informe respecto a lo que tuvo papá.

- Vean ustedes:

 La enfermedad de Don Olano se llama "quiste hidático".

 Es muy corriente en el medio rural donde hay tantos perros y donde se carnea de cualquier manera.

- Pero doctor, ¿qué tienen que ver los perros?

- El perro que Don Olano posee en su casa tiene la culpa, sin quererlo, de la enfermedad de su amo.

 Ese perro come las achuras de los animales que se carnean.

 Pasan a su cuerpo así unos parásitos que se desarrollan en su intestino y se convierten en tenias.

 Estas tenias arrojan millares de huevos que el perro elimina.

 Y esos huevos pueden pasar a los seres humanos al tocar un perro o al comer verduras contaminadas.

 Uno de esos huevos se alojó en el pulmón de Don Olano.

 Allí se desarrolló.

 Formó un tumor con mucho líquido.

 Don Olano sentía molestias.

 Pues tenía un inmenso quiste hidático.

 Por eso tuve que operarlo.

 Ya ven que para tener perro hay que cuidarlo.

 No hay que dejarle comer achuras sin hervir.

 Pues el quiste hidático, termina el Doctor, nos envía todos los meses muchos enfermos.

7.- LOS ENFERMOS (Enseñanza de la r después de l, s y n)

En la misma sala donde está alojado Don Olano hay dos enfermos más: Enrique Perini y Conrado Morse.

Perini es un herrero corpulento y sonrosado.

Toda su vida ha luchado honradamente.

Con una sonrisa simpática, le cuenta a Don Olano la historia de su enfermedad.

- Colocando una enramada de hierro, caí de la escalera.

 Ahora pasaré más de un mes con mis dos piernas enyesadas.

 Por suerte, el Doctor me ha dicho que quedaré como antes.

Conrado Morse vino desde Israel a este país y se instaló como vendedor de alhajas.

Para pasar los fines de semana adquirió un campito.

Desramando el jardín, una serpiente se enroscó alrededor de su pierna y lo picó.

En el sanatorio le dieron suero antiofídico.

Ya ha mejorado mucho.

Don Olano, Enrique y Conrado pasan el rato conversando de sus cosas y piensan festejar su mejoría en cuanto vuelvan a su vida normal.

8.- EL RINCON DE LA TAPERA (Revisión)

Luis y su familia viven en el Rincón de la Tapera.
 Es un paraje hermoso, de suaves colinas.
 Las tierras aradas alternan con los campos de pastoreo.
 Los montes de paraísos y eucaliptus ponen manchas verdes en el paisaje.
 Los campesinos del Rincón de la Tapera cultivan la tierra y cuidan sus animales.
 Viven en casas modestas, con su jardín y su huerta.
 Un camino curvo une al Rincón con la carretera y por ésta se va a Melo.
 En verano se ven pasar camiones con la lana de las majadas y las cosechas de la tierra.
 En todo tiempo se ve a los campesinos junto a su arado, picaneando la yunta.
 Después del mediodía, las mujeres van al río, con un atado de ropas a su espalda.
 Vuelven con el paso lento, cuando la tarde se está yendo.
 De las chimeneas de las casas se levanta un humo tenue, que se pierde en la noche.
 De tiempo en tiempo hay una fiesta, un casamiento, una penca o un entierro.
 Después de eso, vuelve la vida de todos los días.
 Calma y limpia, como la vida de un manantial.

9.- UNA TAPERA Y UNA ESCUELA (Revisión)

A un costado del camino, junto a un monte de viejas tipas, hay una tapera.
 Sus espesos y fuertes muros han sido invadidos por las enredaderas.
 Le faltan el techo, las puertas y las ventanas.
 Son restos olvidados del pasado.
 En su tiempo, fue una pulpería, rica y fuerte.
 Hoy apenas es un recuerdo.
 No lejos de este sitio está la escuela.
 Es la Escuela Rural de Rincón de la Tapera.
 Tiene un local humilde, como si fuera una casa de familia.
 En una de sus paredes está el escudo.
 El salón es chiquito, con escasa comodidad para los alumnos.
 El jardín está muy cuidado.
 La huerta es hermosa.
 En el salón se oye una lectura.
 Es la hora de la salida.
 Los muchachos invaden el patio, saltan, corren.
 Y vuelven a sus casas, cantando por los caminos del Rincón de la Tapera.

10.- HISTORIA DE LA ESCUELA (Enseñanza de la ñ)

Antes de 1950, el Rincón no tenía escuela.
 En ese año fue fundada a pedido de muchas familias.
 Lucharon mucho por conquistarla.
 Enviaron una nota a las autoridades, con la lista de los niños y sus edades.
 El Inspector les recomendó que se unieran y edificaran un local.
 No pudieron ponerse de acuerdo.
 Pasó un año más y se desalentaron.
 Fue el señor Juan Ituño quien resolvió la cuestión.
 Arrendó su casa al Estado y fue a vivir a Melo.
 La escuela se instaló en lo de Don Juan.
 Fue un hecho importante.
 Pero nadie quedó totalmente conforme.
 La escuela era oscura y pequeña.

11.- LA MAESTRA (Enseñanza del uso de la r en sílabas directas dobles)

Al frente de la escuela está la señorita Aurora Peña.
 Es una maestra joven y entusiasta.
 Ama su hermosa profesión.
 Los niños la respetan y quieren.
 Los padres piensan que enseña mucho a sus hijos.
 Desde que la Señorita Aurora está en la escuela, las cosas han mejorado mucho.
 Propuso a los padres formar la Comisión Pro Fomento.
 Todos la apoyaron.
 La primer tarea fue reparar el local.
 Unos requincharon el techo.
 Otros pintaron las paredes con cal.
 Se pusieron vidrios en las ventanas.
 La escolita dejó de ser triste.
 Tiempo después, la maestra les dijo que convenía fundar el comedor escolar.
 (sigue)

- Esa es una linda idea, dijo una madre.

Todos nosotros estamos dispuestos a sostenerlo.

Jaime Leites cortó leña en el monte y la trajo hasta la escuela.

Pancho Freitas reparó el caño de la chimenea.

Los demás donaron carne, frutas, verduras, leche, fideos.

Una señora donó una mantel.

Próspero Ferreira, que es carpintero, construyó dos mesas y cuatro asientos.

El comedor se puso en marcha.

La Señorita dijo:

- La escuela no es sólo mía.

Es de los niños.

Es de los padres.

Es de todos nosotros.

12.- PLANES PARA EL FUTURO (Enseñanza del uso de la l en sílabas directas dobles).

La Señorita Aurora es una maestra moderna.

Sus planes son amplios.

En una reunión dijo a los padres:

- La escuela de antaño educó a los niños.

La escuela del futuro educará a todos.

La escuela es la casa de la comunidad.

Nadie comprendió plenamente el sentido de sus frases.

Otro día dijo la Maestra:

- Puedo dedicar varias horas al día en nuevas clases.

Los lunes, los miércoles y los viernes daré clase a los adultos.

Los que no leen podrán aprender.

Las mujeres pueden traer sus ropas a cortar y coser aquí.

El plantel de aves de la escuela, la huerta, el jardín, todo nos servirá para aprender.

En los fines de semana, los jóvenes practicarán deportes.

Un día formaremos una clínica y un médico nos ayudará.

Yo sueño con una escuela útil a todos.

Enseñaré lo que sé y aprenderé lo que ustedes puedan enseñarme.

La Maestra fue escuchada con respeto.

Pero nadie la creyó tan fuerte como para cumplir semejante plan.

13.- LA OPINION DE OLGA (Enseñanza del sonido suave de la g)

Luis y Elena van muy poco a la escuela.

Solamente fueron cuando se inauguró.

Como Mateo es chico, tienen pocos motivos para visitar a la Señorita Aurora.

El matrimonio Valdés no está enterado de algunas novedades de la escuela.

Olga Gularte, por el contrario, va todas las semanas.

Olga y Elena son amigas.

Olga visita a Elena y le cuenta:

- Algunos días voy a la escuela de tarde.

Fíjate que la Señorita Maestra nos da clase.

He aprendido mucho.

Pero tengo ganas de aprender algo más.

Quisiera leer la vida de Artigas.

Quisiera que me contaran cómo es el resto del Uruguay.

La Señorita nos ha dicho que, poco a poco, nos irá dando esos temas.

Elena pregunta a Olga:

- Dime, Olga, ¿crees que pueda aprender a leer en la escuela?

Cuando veo a Luis leer con tanto gusto, me da envidia.

Si fuera contigo a la escuela dejaría de ser una ignorante.

Podría anotar los gastos de la casa, evitar que puedan engañarme, enviar cartas a mi madre.

Olga contesta a Elena:

- Así me gusta, muchacha.

Le diré a la Maestra tu deseo.

Ya verás, cuando sepas leer tu vida y tu hogar serán más hermosos.

14.- AURORA VISITA A LOS VALDES (Enseñanza de la b)

Olga Gularte le contó a la Señorita Aurora el deseo de Elena.

Le dijo que era una buena esposa.

Una mujer trabajadora.

Una madre laboriosa.

La Maestra le dijo:

- La escuela está abierta para ella y para todos.

Iré a visitarla y todo se arreglará.

Días después, Aurora Peña visitó a la familia Valdés.

(sigue)

Luis suspendió su trabajo.

Elena presentó a Mateo.

Conversaron mucho.

Vieron que la Maestra tenía buen trato.

Vieron que amaba al campo y a los habitantes del campo.

Vieron que luchaba por el progreso del Rincón de la Tapera.

Luis pensaba mientras la oía:

- He sido egoísta.

Debí haber ayudado a la escuela y a la Maestra.

Al cabo de un rato se sintieron amigos.

Luis dijo:

- Téngame en cuenta para colaborar.

Elena pidió:

- No quiero ser analfabeta.

Si usted lo permite, iré a sus clases.

Mi hijo debe tener una madre culta.

La Maestra se despidió:

- Recuerden: la escuela fue hecha para el bien de todos.

Y regresó a su escuela contenta.

Llena de fe.

Mientras el sol se ocultaba, detrás de la tapera.

15.- LA VUELTA DE CARLOS (Revisión del uso de las letras b y v)

Después que Don Olano salió del sanatorio, su hijo Carlos le pidió permiso para marcharse.

Dijo que pensaba ver algo del ancho mundo.

Estuvo ausente seis meses.

Cuando volvió, todos se reunieron en lo de Don Olano.

Luis también fue a escuchar el relato de su hermano.

- He viajado mucho, dijo Carlos.

He trabajado en muchos lugares diferentes.

He tenido comida abundante y también he pasado hambre.

Después de andar bastante, encontré un lugar agradable, junto al río Uruguay.

Era una colonia agrícola.

Los hombres que la trabajan saben cultivar la tierra muy bien.

Muchos de ellos tienen granjas.

De madrugada ordeñan sus vacas y descreman la leche.

Venden frutas y verduras.

Tienen sus propios viveros.

Abonan sus tierras con estiércol y con abonos químicos.

Las mujeres venden aves, huevos y la miel de sus abejas.

Vi un árbol que nunca había visto: el olivo.

Vi viñedos inmensos y comí todas las uvas que quise.

Las viviendas son confortables.

Los hombres son hábiles y activos.

Las mujeres ahorrativas.

Los jóvenes divertidos.

- Si en ese lugar se vive tan bien, ¿por qué volviste?, preguntó Don Olano a su hijo.

- Volví porque deseo que el Rincón de la Tapera mejore su nivel de vida.

Hasta que sea un lugar próspero, como aquel de donde vengo.

16.- LA PRIMERA CLASE (Enseñanza del uso de la m antes de b y p)

Hoy es el primer día que Elena asiste a la escuela.

Cuando salen los niños, entran varios adultos.

Elena está nerviosa.

Su amiga Olga también está en la clase.

Está dibujando un rombo con la regla y el compás.

Varios hombres escriben una plana con su nombre.

La Señorita Aurora anda entre los bancos.

Sonríe a Elena.

Le enseña a leer y escribir una frase.

Elena está atenta a su trabajo.

Ahora ya no está nerviosa.

A las seis termina la clase.

Elena toma el camino de su casa.

Al amparo de un ombú, Luis y Mateo la están esperando.

Los tres caminan rumbo al hogar.

El campo y la tarde serena los envuelven.

Y Luis le habla así a Elena:

(sigue)

- Nuestra vida está cambiando.
La visita de la Maestra, el relato de Carlos, tus deseos de aprender a leer y escribir.
Todo esto es nuevo e importante.
- Es el despertar de tiempos mejores, Luis, contesta Elena sonriendo.

17.- ELENA VA PROGRESANDO (Revisión)

Elena está muy entusiasmada.
Se ha dado cuenta de que aprender a leer y escribir no tiene ninguna dificultad.
También ha aprendido unas cuentas.
Una tarde pasaron una película en la escuela.
Contaba la historia de un campesino analfabeto.
Contaba cómo al aprender a leer su vida había mejorado.
Era una historia que ocurría en un país distante.
Pero a Elena se le ocurrió pensar que aquel hombre no estaba lejos.
Que era como Don Tristán o como Leontino, que se sentaban en los bancos de la escuela del Rincón.
Estudió con mayor entusiasmo todavía.
De noche, después de acostar a Mateo, se ponía a practicar.
Luis veía con alegría sus adelantos.
Le enseñaba algunas cosas, para que la Señorita Aurora estuviera aliviada en su tarea.
Sentía una mayor ternura por su esposa.
Sus deseos se iban cumpliendo.

18.- LA ESCUELA CRECE (Enseñanza del sonido suave de la c)

La Maestra creyó conveniente ampliar todavía un poco más su trabajo.
Recorrió las casas de los vecinos.
Preguntaba a las mujeres en que podía ayudarles la escuela.
Algunas decían:
- No necesitamos la ayuda de la escuela.
Pero la mayoría opinaba:
- Cualquier cosa que podamos aprender nos será útil.
La Maestra citó a las más decididas para conversar una tardecita.
Con el parecer de todas se elaboró un nuevo plan.
Se enseñaría a leer y escribir.
Se enseñaría a coser y cortar ropas.
De cuando en cuando se darían clases de cocina.
Doña Luisa, una anciana que había sido muy buena cocinera, se ofreció para dar algunas recetas.
La Maestra enseñaría trabajos en madera, lana, mimbre, hojalata.
Elena se decía:
- La Escuela Rural de Rincón de la Tapera es una gran escuela, gracias a su Maestra.
La Maestra, por su parte, pensaba:
- La escuela crece, gracias al interés y apoyo de todos los vecinos.

19.- EL TALLER (Enseñanza de la ll)

El día está lluvioso.
Las calles están llenas de barro.
Sin embargo, de cada casa sale una muchacha o una señora.
Marchan hacia la escuela.
Elena va entre ellas, orgullosa.
Llenan el salón de charlas y risas.
Luego, en silencio, se van poniendo a trabajar.
La Señorita Aurora les indica la tarea.
Olga hace el cuello de una blusa.
Doña Luisa lleva a tres señoras a la cocina.
Se ponen a preparar masa para unos ricos tallarines.
Una de las señoras ha llevado una gallina.
Preparan un relleno sabroso.
Las demás copian la receta.
Algunas trabajan en carpintería.
La Señorita Aurora les enseña cómo se hace un toallero con un palo de escoba.
El taller está lleno de ruidos.
Lleno de la alegría del trabajo.
Durante una hora, Elena lee su cartilla y escribe.
Después, la Señorita la invita a hacer un trabajo manual.
- Haga un rallador, Elena.
Verá qué sencillo y útil es.
Elena corta una tablita.

(sigue)

Luego hace agujeros en un rectángulo de hojalata.
Lo clava en la tablita.
Con una mecha le hace un agujero para colgarlo.
Llena de orgullo, le pone en la parte de atrás su firma:
"Elena Pacheco de Valdés".

20.- EL PLAN DE CARLOS (Revisión del uso de las letras ll y y)

Carlos visita a Luis.

- Vengo a hablar contigo, hermano.

- Tú dirás, Carlos.

¿Siempre piensas en el progreso de nuestro Rincón?

- No he olvidado mis intenciones, Luis.

Pero debemos iniciar ese progreso en nuestras propias casas.

Tu campo es chico.

El mío también.

Amplíemos nuestro trabajo.

Unidos podemos comprar la chacra de Don Juan Ituño.

El vive en la ciudad y no la necesita.

Debemos consultar a un agrónomo.

Hacer el análisis de la tierra.

Cambiar los bueyes por caballos, o mejor por yeguas.

Comprar un arado de dos rejas.

Sembrar semillas seleccionadas.

Rotar los cultivos para que la tierra no se canse.

Plantar un buen monte de frutales.

Construir un baño para nuestro ganadito.

Cambiar los carneros por otros más puros.

¿No me dices nada, Luis?

- Sí, Carlos, te digo que todo lo que quieres ensayar ya lo he pensado.

Pero no tenemos dinero.

¿Dónde lo obtendremos?

- No te asustes, Luis.

Somos dos hombres de trabajo.

Dos productores de verdad.

Nos hallamos sanos.

En el Banco nos prestarán dinero.

Juando hayamos hecho lo que te he dicho, los vecinos desearán también un cambio.

21.- LOS HERMANOS (Enseñanza de la z)

Luis y Carlos fueron al Banco.

No les rechazaron su plan.

Les prestaron diez mil pesos a bajo interés.

Corrieron a lo de Don Juan y le entregaron cinco mil.

Compraron la chacra.

Compraron las yeguas, los aperos, el arado de dos rejas y tres carneros.

Arrancaron las malezas juntos.

Araron y sembraron juntos.

Hicieron un pozo juntos.

Compraron una bomba que elevaba el agua a un tanque.

Desde allí bajaba por los surcos, regando las hortalizas y los frutales.

Llevaron la tierra a analizar.

Compraron los fertilizantes que les aconsejó el agrónomo.

Donde había yuyos se alzó un maizal formidable.

Era maíz híbrido.

Ese año lucharon a brazo partido contra la pobreza.

La noche los encontraba siempre cansados por el esfuerzo.

Elena admiraba a su cuñado Carlos.

Le estaba agradecida.

Porque ahora su Luis era más feliz y optimista que nunca.

22.- BUENAS NOTICIAS (Revisión)

El tiempo va pasando.

Elena ya lee correctamente.

Una vez por semana va a la escuela a aprender el corte de ropas.

Mateo tiene más de tres años.

Es un hermoso niño.

Acompaña a su padre y a su tío al campo.

Entre juegos y correrías, pastorea las lechoras.

Los planes de los dos hermanos se van cumpliendo.

El maíz híbrido fertilizado les produjo más de dos mil quilos por hectárea.

Ultimamente han comprado una incubadora.

(sigue)

Encargaron un cerdo de pedigree a Montevideo.

Una tarde de domingo, Don Olano llega de visita.

Recorre la chacra, la huerta y el vivero con Carlos y Luis.

Felicita a sus hijos por su gran esfuerzo.

- Mi suegro, le dice Elena al despedirse, queremos darle una noticia.

- ¿Buena o mala?

- Muy buena, Don Olano.

En setiembre tendrá otro nietito.

- Bravo, hijos, así se va haciendo grande la patria.

23.- CON LA ENFERMERA (Revisión)

Como Elena, otras mujeres del Rincón de la Tapera están embarazadas.

La Señorita Aurora las reunió y les presentó a una persona de la ciudad.

- Esta señorita es Enfermera.

La he invitado para que converse con ustedes.

La Enfermera trató varios temas con ellas.

Al terminar hizo un resumen:

- Seis cosas deben recordar ustedes:

El embarazo debe ser controlado por el médico todos los meses.

Es importante también consultar al dentista.

La alimentación de la futura madre debe ser sana, variada y rica. La leche principalmente no puede faltarle.

Una mujer embarazada debe descansar lo necesario y no puede hacer grandes esfuerzos.

Cuando el hijo nazca, la madre debe tener preparada toda la ropita necesaria.

El parto debe producirse donde haya buena asistencia médica, por ejemplo, en la Sala de Maternidad del Hospital.

Cuando la Enfermera terminó su disertación, las señoras le hicieron muchas preguntas, que ella fue contestando.

Después la Maestra dijo:

- Durante varias semanas trabajaremos juntas preparando ropitas y cunas para los bebés.

24.- UN CUARTO PARA MATEO (Revisión)

Luis trabaja satisfecho.

No puede olvidar que pronto será padre de su segundo hijo.

El Doctor Ramos ha revisado varias veces a Elena.

- Todo marcha bien, le ha dicho.

A fines de setiembre nacerá el niño.

La Señorita Aurora ha estado varias veces en la casa de los Valdés.

Se ha hecho amiga de la familia.

Mateo se le sube a la falda y le pide cuentos.

Pero ella le dice:

- Después te contaré un cuento.

Ahora déjame tratar algo importante con tu padre.

Luis la escucha con respeto.

Sabe que cuando la Maestra aconseja lo hace con buena intención.

- Luis, dice ella, pronto llegará el nuevo hijo.

¿Por qué no amplía su casa para tener más comodidad?

Les hace falta una pieza para el pequeño Mateo.

Y una galería cerrada para que Elena pueda coser sus labores y para que los niños puedan jugar.

Todo con amplias ventanas, con buen piso, con las paredes blanqueadas.

Luis le contesta:

- Venga, Señorita Aurora; vamos a estudiar sobre el terreno mismo esas obras. Usted tiene razón.

Quien trabaja debe vivir con las comodidades necesarias.

25.- LA CARTA (Revisión)

Rincón de la Tapera, octubre 7 de 1957.

Señorita Olga Gularte.

Mi querida amiga:

Desde que te fuiste del Rincón, han ocurrido muchas novedades.

Como me siento feliz, no puedo dejar de escribirte.

Hace cinco días que estoy de regreso en casa.

Atendí mi parto en la Maternidad y volví con una nenita amorosa.

El padre quiso que se llamara Aurora, como la Maestra.

Yo estuve de acuerdo, pues ella ha sido muy buena con nosotros.

Ya ves que en muy pocos meses me enseñó a leer y escribir.

Los trabajos de Luis y Carlos van progresando.

(sigue)

Hicimos piezas nuevas en la casa y vivimos mucho mejor.
En el Rincón los vecinos están muy conformes con nuestra escuela.
Luis dice que debiéramos entre todos arreglar los caminos para llegar más fácilmente a ella.
Carlos es partidario de hacer un local mejor, pues el actual resulta muy chico.
La Señorita está apurada por hacer una Policlínica.
Yo pienso que todos tienen razón, porque todo eso es necesario.
Y que si continuamos unidos podremos hacerlo.
Bueno, querida Olga, ya te he dicho por qué soy la mujer más feliz del mundo.
A tí, que me diste un buen consejo, debo mucho de esa felicidad.
Espero regreses pronto y puedas colaborar con nosotros.
Recibe saludos de Luis, un beso de los nenes y un abrazo de tu amiga,
Elena Pacheco de Valdés.

M. Soler.

REUNION GENERAL DEL PERSONAL

C I T A C I O N

Se cita a todo el personal del Núcleo para la Reunión General que se realizará en la Escuela Central el próximo fin de semana, de las 8 horas del sábado 20 hasta las 17 del domingo 21 de julio, para tratar los siguientes asuntos:

- 1.- Actividades con el Ingeniero Agrónomo:
 - a) Alimentación de las gallinas.
 - b) Plan de cultivos para la huerta.
 - c) Funcionamiento de la incubadora.
 - d) Selección de huevos para incubar.
- 2.- Actividades con la Maestra de Educación Estética:
 - a) Metodología de la dramatización.
 - b) Enseñanza de una danza: "La Zamba Alegre".
 - c) Enseñanza de una canción patriótica.
- 3.- Actividades con la Maestra de Hogar: indicaciones prácticas para aplicar en los Comedores Escolares, con exhibición de carteles y filmstrips.
- 4.- Actividades con la Enfermera:
 - a) Disertación sobre formación de hábitos en el niño hasta la edad escolar.
 - b) Organización de una clase a maestros sobre higiene sexual.
 - c) Instrucciones para llenar la ficha del escolar.
 - d) Campaña de vacunación en las escuelas.
- 5.- Distribución entre las escuelas de 3 carretillas y 50 platos.
- 6.- Discusión sobre el borrador de la segunda parte de la cartilla de alfabetización.
- 7.- Comentarios a la edición del Boletín para Maestros N° 32.
- 8.- Reunión de maestros por clases paralelas.
- 9.- Informe de cada escuela sobre el estado de los trabajos en su zona.
- 10.- Reuniones de maestros rurales organizadas por la Inspección Deptal.
- 11.- Cómo planear una serie de manualidades con niños (Varios maestros ofrecerán sugerencias a los compañeros).
- 12.- Concurso de huertas familiares.
- 13.- Programa de aritmética y geometría para los cursos de alfabetización y extensión cultural.
- 14.- Métodos de trabajo en las clases de corte y costura.
- 15.- Métodos de trabajo en los cursos de alfabetización.
- 16.- Organización del campeonato de volleyball.
- 17.- Organización del acto colectivo a realizarse en octubre.
- 18.- Información sobre la creación del Servicio Médico Vecinal de La Mina.
- 19.- Asuntos varios.

PROBLEMAS DE NUTRICION EN EL NIÑO

Uno de los problemas más importantes con respecto al niño es su estado de salud. El maestro se preocupa cuando observa que sus alumnos no gozan de una buena salud.

La gran mayoría de las veces ese estado deficitario se debe a la mala nutrición, nutrición que puede ser escasa en la cantidad de alimentos ingeridos y también en la calidad de los mismos.

Hay, además, otros factores que inciden en la buena o mala alimentación, como son las condiciones ambientales, la abundancia o escasez de los productos, los hábitos y costumbres, etc.

El maestro que conoce estos factores tiene ante sí la gran tarea de observar si el niño está mal nutrido, para luego comenzar a trabajar en ese aspecto. Puede también ayudar al médico y a la enfermera a juzgar el estado en que se encuentra el alumno, proporcionándoles datos de su edad, sexo, peso, estatura, otros signos físicos visibles, aspectos psicológicos y condiciones de vida familiar.

En las columnas siguientes tenemos datos que pueden evidenciar la buena nutrición en contraposición con la mala. No debemos guiarnos sólo por uno o más de esos datos para decir de un niño que está mal nutrido, sino que esas manifestaciones pueden presentarse por otras causas de orden médico. Si ello ocurriera, trataríamos de hacer una investigación más profunda de las posibles causas originarias del problema.

Aspectos a observar:	Características de la nutrición:	
	Buena	Mala
Apariencia general:	De vitalidad y resistencia.	De fatiga y desatención.
Expresión del rostro:	Alerta y feliz.	Tensa.
Estatura y peso:	Aumento regular de acuerdo al sexo, edad y constitución.	Pérdida o aumento del peso. Aumento inadecuado de la estatura.
Esqueleto:	Robusto y derecho	Deformado.
Posición:	Erecta.	Encorvada.
Músculos:	Listos y firmes.	Flojos y mal desarrollados.
Ojos:	Brillantes y claros.	Opacos y con ojeras.
Cabello:	Brillante y suave.	Sin brillo y quebradizo.
Dientes:	Sanos y bien implantados.	Enfermos y mal implantados.
Piel:	Lisa, de color saludable. Con capa uniforme de grasa debajo.	Floja, pálida, áspera, cubriendo los músculos.
Lengua:	Rojiza y sana.	Lisa o dolorida.
Apetito:	Bueno.	Inapetencia.
Digestión:	Buena.	Mala.
Eliminación:	Buena.	Mala.
Nervios:	Firmes.	Irritados. Alta tensión.
Sueño:	Profundo y tranquilo.	Interrumpido e intranquilo.
Mentalidad:	Alerta.	Lenta para aprender.

Además de estas características aquí enumeradas, el maestro observa otras que pueden ser producidas por una insuficiencia alimentaria. Es así que en la hora del recreo encontramos niños que no juegan, tristes y apartados del grupo. Hay otros de carácter irritable, inactivos, desganados; estos estados anímicos del niño, como decíamos anteriormente, pueden ser producidos por la alimentación.

Además, debemos tener en cuenta que los requerimientos nutricionales varían según las edades, el sexo y aun la constitución del individuo. Los niños de ambos sexos en el comienzo de su vida escolar necesitan una dieta diaria que les proporcione alrededor de 2000 calorías; en cuanto a calcio, necesitan un gramo diario (un litro de leche tiene un gramo de calcio).

En cambio, cuando los niños tienen de 10 a 12 años hay un aumento en los requerimientos; necesitan más de un gramo diario de calcio, más cantidad de proteínas, hierro y vitaminas A, C y complejo B. También se les debe proporcionar más calorías, 2500.

Pasados los 12 años, en el comienzo de la pubertad, los requerimientos son aún mayores, aunque en esta edad se modifican existiendo diferencias entre niñas y varones. Es así que en las niñas hay una necesidad menor que en sus compañeros de igual edad. Mientras los niños necesitan más de 3000 calorías diarias, las niñas requieren 2500. Lo mismo ocurre en las demás necesidades nutricionales: los varones a esta edad necesitan más proteínas, calcio, complejo vitamínico B y vitamina C que las niñas.

Esto se refiere a las necesidades nutricionales del niño en edad escolar, de quien el maestro se preocupa directamente. Pero también está el niño en edad pre-escolar, a quien el maestro puede ayudar en el logro de su mejor salud, sabiendo que una buena nutrición en una edad avanzada no compensa las deficiencias alimentarias de la primera infancia. Para trabajar en este problema tenemos que influir en la familia, enseñarle a la madre cómo puede mejorar sus técnicas culinarias, cómo puede aprovechar mejor los productos que tiene y cómo inculcar a sus hijos buenos hábitos alimentarios, etc.

Para el problema de la nutrición de los escolares el maestro tiene, además de lo dicho anteriormente, el arma poderosa del Comedor Escolar. Conocemos los problemas más o menos graves que éste nos trae, principalmente por la escasez de recursos, pero hay algunas simples prácticas que debemos saber. Estas no lo harán un comedor ideal, pero sí pueden mejorarlo en parte. De ellas hablaremos en la Reunión General.

NELLY NAVARRETE GODIÑO,
Maestra de Hogar,-

FORMACION DE HABITOS EN EL NIÑO HASTA LA EDAD ESCOLAR

La mayoría de los adultos han aprendido por experiencia que gozan de buena salud, son más felices y se cansan menos si hacen una vida metódica. Si bien muchas funciones son vitales, hay otras que se adquieren por las costumbres o hábitos formados en la temprana niñez y algunos en seguida del nacimiento.

El período de uno a seis años es una época de rápidos cambios en el desarrollo del niño. Un mes en la vida del preescolar está lleno de nuevas experiencias y equivale a muchos meses de la vida de un adulto. En esta edad preescolar sus experiencias se hacen cada vez más amplias, primero dentro del círculo familiar y luego fuera de éste. Cada nueva enseñanza lo prepara para la próxima, siempre que le sea permitido regular la marcha de su propio desarrollo.

Una de las obligaciones de los padres es enseñar a sus hijos la formación de nuevos hábitos, pero por lo general aquellos no saben hacerlo o no dan la importancia que esto merece. Puede ser el maestro un gran colaborador ayudando a los padres en la enseñanza de sus hijos.

Hábitos relacionados con la alimentación: Los primeros hábitos que adquiere el niño están relacionados con la alimentación. A este respecto, conviene que la madre tenga en cuenta.

- 1º- Los alimentos deben ser dados a determinadas horas.
- 2º- Deben ser adecuados y bien planeados.
- 3º- Debe proporcionársele atención, pues al niño no solamente le satisface la hora del alimento, sino además todo lo que lo acompañe, como la presencia de la madre que lo toma en sus brazos y lo estrecha contra su pecho, lo mece y se ocupa de él. El crecimiento va operando cambios en los deseos del niño al alimentarse.
- 4º- Cuando se les cambia el pecho por el biberón, debe prestársele la misma atención.
- 5º- Una nueva experiencia en la alimentación del niño es la administración de alimentos sólidos. Cuando se le pone algo sólido en la boca, no sabe qué hacer con ello. Instintivamente, hace el movimiento de chupar, pero no traga. Lo hace dar vuelta con su lengua para probarlo. Generalmente se refle-

jará en él una gran sorpresa que su madre debe aprobar con muecas cariñosas, hablándole del alimento tan rico.

6°- Cuando se da un alimento nuevo, debe comenzarse por pequeñas cantidades.

7°- El modo de hacer que el niño aprenda a comer es que al recuerdo de su comida asocie el del placer y el de la satisfacción.

8°- Los cambios de alimento deben hacerse cuando el niño se encuentre en buen estado de salud.

9°- Al año se le cambiará el biberón por la taza y cuchara, aunque se corra el riesgo de derramar la comida y ensuciarse. Muchas veces se lleva la comida a la boca con sus manos. Todo esto aumenta en el niño el placer de alimentarse.

10°- Después del año, aprende a comer con más rapidez, haciéndolo por sí solo. La madre debe facilitarle esto de la siguiente forma:

- a) Darle pequeñas porciones para facilitarle su manipulación.
- b) Servirle el alimento nuevo con otros que conoce.
- c) Servirle los alimentos separados, sin mezclarlos.
- d) Incluir siempre algún alimento sólido para que aprenda a masticar.
- e) Darlos a una temperatura adecuada.
- f) Dar utensilios de fácil manejo.

Hábitos higiénicos:

D o m i n i o d e l i n t e s t i n o : Cuando el bebé llega a la edad de 8 a 10 meses, comienza a sentarse solo y a prestar atención a lo que se le dice. Se debe en este tiempo ir observando algunas funciones fisiológicas del niño para luego acostumbrarlo a ellas a determinadas horas. De los 15 a 18 meses, los niños aprenden a dominar su intestino. La observación de la madre servirá para colocarlo en el servicio cuando llega la hora. Al principio el niño no comprende qué es lo que se desea y quizás pasen varios días sin que se obtenga resultado positivo. Cuando se consiga que el niño evacúe en el servicio, hay que mostrarle aprobación para que comprenda qué es lo que se deseaba que hiciera.

D o m i n i o d e l a v e j i g a : Del segundo al tercer año recién los niños aprenden a controlar su vejiga, haciéndolo primero de día y luego de noche. Si la madre quiere establecer la costumbre de que el niño no se orine, debe recordar:

- a) No debe dejarle puestas las ropas mojadas.
- b) Alabarlo cuando no se orina.
- c) No regañarlo cuando se orina.
- d) Cuando orine en el servicio, mostrarle su aprobación.

Cuando el niño ha llegado a la edad escolar y no se ha conseguido que controle su vejiga durante la noche, debe pensarse en las siguientes causas:

- 1°- Que ingiera muchos líquidos en las últimas horas.
- 2°- Por el frío al despertarse.
- 3°- Por miedo si se le castiga.
- 4°- Por problemas de orden médico.

O r g a n o s g e n i t a l e s : Después del año, el niño comienza a observar su cuerpo. Por eso le llaman la atención sus órganos genitales, queriendo jugar con ellos. La madre debe:

- a) Distraer su atención hacia otros juegos de interés.
- b) Cuando va al cuarto de baño, darle juguetes o libros con figuras.
- c) Cuando va a la cama, procurar que mantenga su atención en otros juegos hasta que duerma.
- d) No pegarle ni prestar atención frente al niño. Esto puede llevar al grave problema de la masturbación.
- e) Hacer varias veces al día la higiene genital al niño correctamente.

H i g i e n e d e n t a l : Después del año, el niño siente curiosidad por los objetos que lo rodean y observa a su madre en sus tareas. Se puede desde ya ir preparando un equipo para higiene dental. Se le mostrará al niño y se le irá explicando el significado de cada pieza. A la vez, su madre puede mostrar prácticamente la realización de esta labor. Al cumplir el niño sus dos años y medio, ha completado su dentición y está en condiciones de comenzar solo o con una pequeña ayuda la higiene dental.

H i g i e n e c o r p o r a l : Cuando el niño camina con seguridad, conoce más los alrededores de su casa. Por eso, en más de una oportunidad, se le ve parado cerca de recipientes con agua, introduciendo sus manos en ella. Comienza aquí la enseñanza del niño. Debe dársele antes de comer o cuando se ensucia una palangana para que él mismo se haga la higiene de sus manos, tratando

al mismo tiempo de que reciba la aprobación de su madre. El baño constituye uno de los momentos más felices para el niño. Hacer sentir esto en el niño es tarea fundamental de la madre. En un principio, esto no pasará de ser un juego. La pastilla de jabón será un juguete que el niño tomará en sus manos y pasará sobre su cuerpo como lo hace su madre. Hará lo mismo con la caja de talco. También con sus manos tomará agua y se la echará por encima. La esponja o pañito también será útil. Todo esto, que en un principio no tendrá explicación para el niño, irá, sin embargo, haciéndose hábito en él cuando se deje que lo realice por sus propios medios.

A los cuatro años, el niño puede realizar solo su baño, inclusive preparar todo el equipo. Su madre lo puede ayudar en todo aquello que puede constituir un peligro, como por ejemplo, calentar el agua, preparar el baño a temperatura adecuada, facilitarle la entrada al baño, lavarle aquellas partes que el niño no pueda higienizar por sí solo, controlar el tiempo y presenciar esta actividad, ayudando con explicaciones y a veces con demostraciones, auxiliarlo a secarse una vez terminado, etc. Al terminar el baño, la madre debe ir inculcando en el niño el hábito de poner en orden la ropa, los utensilios y el lugar donde se realizó esto.

Hábitos del vestido: En el acto de vestirse, el niño aprende por lo general por medio de repetidos intentos. Después del año, puede sacarse los escarpines, los zapatos y desabrocharse. Después de los dos años, querrá ponerse algunas prendas; con seguridad que lo hará muchas veces mal, pero el interés en él de querer hacerlo es más importante que la correcta manera de vestirlo su madre. El estímulo de aprobación, corregirlo con explicaciones y hacer la demostración correcta, no sólo irán formando en el niño el hábito de comportamiento, sino otros mucho más importantes, como son los de pensar y sentir. Los niños no sólo adquieren el hábito de ponerse la ropa, sino que también toman afición a ciertos colores y aprenden a tener aversión a los trajes sucios y a las medias rotas; de este modo forman hábito de buen gusto, limpieza y pulcritud. La madre puede facilitar este aprendizaje del niño de la siguiente forma:

- a) Enseñarle el orden de vestirse.
- b) Fabricarle ropas sencillas y cómodas.
- c) Prendas abrochadas hacia adelante.
- d) Uso de botones de tamaño grande.
- e) No usar en lo posible cierres, broches de gancho o presión.
- f) Si el niño se cansa al vestirse, ayudarlo con disimulo.
- g) Enseñarle a distinguir las diferentes prendas.

Hábitos relacionados con el juego: Uno de los espectáculos más agradables es el que presenta el niño cuando juega. El juego es un gran constructor: forma cuerpos, haciendo trabajar los músculos; forma mentes, pues agudiza su inventiva y resuelve problemas; forma la conciencia social, pues en sus juegos el niño tiene en cuenta a los demás. Da salud: el juego activo significa estar al aire libre y al sol. El juego es un aspecto tan natural de la niñez, que con mucha frecuencia no se le presta atención y no se utiliza en la medida que se debiera. El juego puede ser extraordinariamente una parte constructiva de la vida del niño si se le proporciona un sitio para jugar, material apropiado, compañeros de juego.

S i t i o p a r a j u g a r : El niño después de cumplir un año necesita un sitio para jugar, un sitio donde no lo molesten, donde pueda manipular y trepar a satisfacción, un sitio que no sea siempre el mismo; por ejemplo: su cuarto, la cocina, la sala, el patio, pueden ser adecuados. Es ideal que el niño juegue sobre el terreno, pues le gusta tirarse sobre el césped, observar pequeños animales, recoger piedritas y caminar sobre sitios irregulares.

M a t e r i a l d e j u e g o : El material con que juegan los niños si es bien seleccionado favorecerá en desarrollo físico. El niño de uno a seis años necesita material de juego que fortalezca y desarrolle los músculos de la espalda, piernas, brazos. Juegos que se le deben proporcionar al niño de uno a tres años: escaleritas y cajones para trepar, bloques grandes para levantar y arrastrar, construirle algo con ruedas para tirar, darle juegos para golpear, pues le agrada satisfacer su gusto por el ruido, tablas lisas para que pueda deslizarse, tablas de poco ancho levantadas del suelo por bloques para que pueda caminar por ellas, sillitas para llevar de un lado a otro y sentarse, muñecas y animales blandos. Juegos para niños de tres a seis años: bloques grandes, cajones para treparse, utensilios de trabajo, utensilios relacionados con el hogar, libros con figuras, proporcionarle material para realizar experiencias: pintura, plasticina, arcilla, arena, agua. Con estos juegos se estimula la expresión creadora. Para juegos imaginati-

vos y dramáticos debe proporcionársele muñecas con camas y demás accesorios, camiones, barcos, animales de juguete de sustancia plástica, bloques para construcción.

Compañeros de juego: El niño necesita jugar y desarrollarse con otros niños que tengan sus mismos conocimientos, que sean iguales y con casi la misma edad. Por medio del juego colectivo, el niño aprende siguiendo el ejemplo de los demás, teniendo en cuenta los deseos de los otros, dando ejemplos. El juego colectivo hace que el niño adquiera confianza en sí mismo, iniciativa y capacidad para dirigir a otros.

A los seis años, el niño podrá hacer frente con éxito al nuevo mundo de la escuela si se le ha enseñado a hacer las cosas por sí mismo, si se le ha alentado a adquirir buenos hábitos y si ha aprendido a dar y tomar en los juegos con los demás niños.

CLEMENTINA PEREZ,
Enfermera Universitaria.

SECCION EDUCACION ESTETICA:

L A Z A M B A A L E G R E

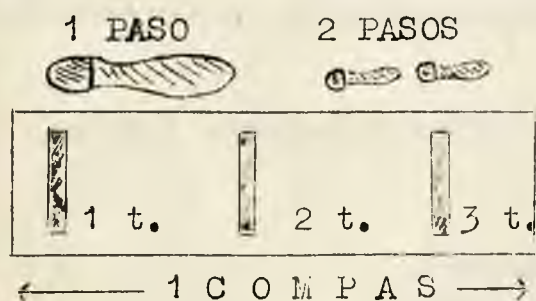
CLASIFICACION: Es una danza de galanteo, de pareja suelta e independiente y se caracteriza por tener dos aires distintos. Uno de zamba, de ritmo alegre y el otro vivaz, que es de gato (como en la versión de Berrutti) o de chacarera (como en la versión que aquí explicaré).

Es baile de una pareja. Se usa siempre pañuelo chico que se lleva en la mano, tomándolo la mujer, por el centro y el hombre desde el extremo.

El paso puede ser variado, se diría que responde a la habilidad rítmica de cada persona. Quizá, por ser la danza más expresiva, permita que la bailen aquellos para quienes es a veces difícil bailar un vals o un gato. Así pues el que interprete esta danza, pondrá en el gesto más énfasis que en los pies como ocurre en otros bailes.

El paso podrá hacerse como caminando, pudiendo hacerlo en forma despareja; a veces siguiendo a un paso lento unos 2 ó 3 pasos ligeros, como una corridita. No se debe hacer nunca con el paso sistemático del gato o el pericón y demás bailes criollos. Así, un paso avanza y se detiene, mientras que en el resto del compás se tienen que dar pasitos más apresurados.

Por lo tanto, siendo el ritmo de 3 pasos para tres tiempos, que es lo que tiene 1 compás, se hará como lo muestra el esquema.



HISTORIA: Según Carlos Vega, la zamba proviene del Perú, donde fue creada en 1824, con elementos tomados de las danzas de la época. También se le llamó zamacueca, mozamala y zanguaraña. De allí bajó a Chile donde adquirió características propias con el nombre de Cueca, entrando a las Provincias del Río de la Plata, donde recibió el nombre de Zamba.

Al llegar a nuestras tierras, se le acriolló y se aquietó el ritmo, pasando de ligero en Chile a cadencioso en estas regiones. Además en nuestro país tomó cierta variación coreográfica que fue recopilada en la campaña del Depto. de Soriano por la Profesora Alcira López Ibarburu hace algunos años. Tienen diferencia en el dibujo de las figuras, pero no en el sentido con que se baila. Tampoco varía el lenguaje del pañuelo.

LA ZAMBA ALEGRE de la que damos hoy la coreografía, es una danza también de galanteo, en el que se añade el alegre asedio del caballero y su homenaje, en la habilidad del zapateo. Se matiza con un gato o con una chacarera como en esta versión, en un arreglo de la Profesora anteriormente mencionada.

Transcribimos a continuación un párrafo de Lázaro Fleury que dice: "Ya hemos dicho que la danza sufre distintas modificaciones y giros de una región a otra, sin afectar empero, el fondo de la misma. Los zapateos adquieren igualmente caracteres personalísimos en cada región y hasta en cada intérprete

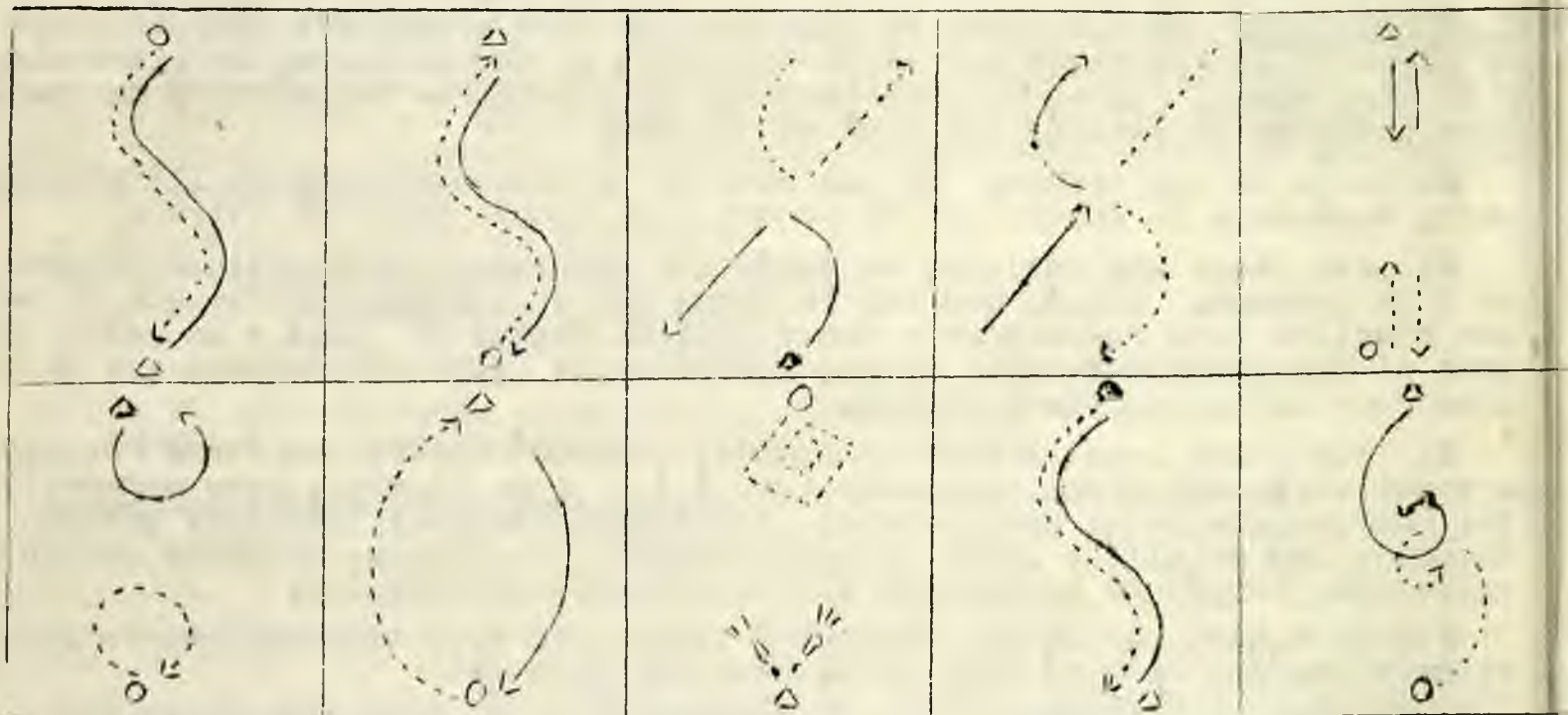
habiendo quienes lo hacen en punta y taco de botas, como otros pasando el pañuelo por entre las piernas. Pero eso es secundario y pertenece al dominio individual. Lo fundamental en los movimientos no varía".

PAÑUELO: Se usa siempre en la zamba y puede hacerse mover de muchas maneras. No obstante, hay una especie de lenguaje y así en algunas figuras se usa de una manera particular.

El hombre siempre que levanta el pañuelo, lo hace a más altura que la mujer. Siempre que van al encuentro, ella toma el pañuelo con las dos manos y hace el gesto de taparse la cara. El hombre tratará siempre, en el encuentro, de rodearla con el pañuelo, pasándolo por detrás de la cabeza de ella. Al ir del centro hacia las esquinas podrá tomarse el pañuelo por las puntas frente a la cara, según el ritmo como en el paso. En las esquinas, como es el lugar donde se impone siempre un giro, el pañuelo ayudará a ese gesto, haciéndolo revolcar. De las esquinas hacia el centro, la mujer llevará el pañuelo de las puntas, como ocultándose la cara y si este encuentro se produce ya más avanzada la zamba, el hombre entrecruzará su pañuelo con el de ella.

En la coronación, cuando finaliza la 1er. parte, él solamente pondrá el pañuelo sobre el hombro de la compañera, en tanto ella, permanecerá con timidez reteniendo su pañuelo bajo, entre las dos manos. En la coronación final, él hará un movimiento envolvente del pañuelo en torno a ella y ambos dejarán sus pañuelos en el hombro de su compañero.

COREOGRAFIA: El hombre Δ , da su izquierda al público; la mujer $\circ$, la derecha. Ambos empiezan teniendo el pañuelo en sus manos, pero estando como las manos bajas. Se inicia la música con 9 compases de espera y los bailarines escuchan haciendo apenas algunos pasos en su lugar (no balanceo).



LA ZAMBA

(Peñro Leandro Ipuche)

Es la zamba la jota cimarrona;
la jota bárbara de América.
Como la jota de la España ardiente,
atesora remansos de intensidades trémulas.

.....
Viene de los grandes y abiertos fogones de guerra,
de las dulces y bravas pasiones de amor,
de las fiestas hombrunas de la yerba,
de la trilla salvaje de las eras
donde las yeguas galopantes giraban de furor.

Y viene de los lances,
de las serenatas, de las sortijas y los entreveros,
de las despedidas de los guerreros,
de las domas ásperas y de los romances,
y las soledades de los mataderos.

Tiene como un roce de los yaravíes,
y las remansadas de la vidalita;
la encrespa el zafarrancho de los guaraníes
y en las tonadas antiguas se moja, se llena y palpita.

.....
NELLY COUNAGO DE SOLER,
Maestra de Ed. Estética