



**PLAN DE CAPACITACIÓN  
MES:**

**A. PARTE INFORMATIVA:**

- a. INSTITUCIÓN: .
- b. MUNICIPIO:
- c. DEPARTAMENTO: Tonicapán.
- d. TEMA: Buenas prácticas en manipulación y preparación de alimentos
- e. RESPONSABLE:
- f. TIEMPO: 90 minutos
- g. PARTICIPANTES:
- h. LUGAR DE REALIZACIÓN:

No.	Código de Escuela	Escuela	Fecha
1			

**B. PARTE TÉCNICA**

**OBJETIVO GENERAL:**

- Fortalecer las buenas prácticas en la manipulación y preparación de alimentos a la comisión de alimentación escolar ampliada para su aplicación en la escuela y entorno social de los participantes.

**OBJETIVOS ESPECÍFICOS:**

- Fortalecer los conocimientos de la comisión de alimentación escolar ampliada en el consumo de agua segura y desinfección de frutas y verduras.
- Promover la aplicación de las 10 reglas de oro antes, durante y después de la preparación y manipulación de alimentos.
- Explicar la importancia de las condiciones adecuadas de los utensilios y cocina escolar.



## PLAN ERCA

<b>(MOMENTOS)</b>  Lógica de desarrollo	<b>(ACTIVIDADES)</b>  Tema/actividad	<b>TÉCNICA/PROCEDIMIENTOS</b>	<b>TIEMPO</b>
<b>Preparación del ambiente</b>	Organización del espacio físico	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Ingreso a la escuela para la coordinación de la actividad con el director de la escuela.</li> <li>● Ubicación de sillas o bancas y mesas o escritorios.</li> <li>● Preparación de los materiales didácticos.</li> <li>● Recepción de los participantes.</li> </ul>	10 minutos <b>(Antes)</b>
<b>Bienvenida e introducción al tema</b>	<p>Bienvenida, oración y presentación del tema y objetivos.</p> <p>Dinámica rompe hielo “El bombazo”.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Palabras de bienvenida.</li> <li>● Oración de inicio de actividad.</li> <li>● Presentar agenda de la actividad a los participantes. El facilitador indica los objetivos de la actividad ¿Qué aprenderemos hoy? con la finalidad de activar los conocimientos previos de los temas que se desarrollarán para fortalecer las capacidades de los Líderes de la Alimentación Escolar.</li> </ul> <p>El facilitador da a conocer la dinámica “el bombazo” e invita a los participantes a formar un círculo dando las siguientes indicaciones: donde aplique)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● El Facilitador tendrá en sus manos el material a utilizar para la dinámica, que consiste en un globo con mecha posteriormente se le entregará a un participante para hacer rotar el globo entre los mismos.</li> <li>● Para esta actividad el participante mencionara el nombre de una fruta, verdura y utensilios de cocina.</li> </ul>	<b>10 minutos</b>



		<ul style="list-style-type: none"> <li>● El participante que explote la bomba en sus manos tendrá que responder las preguntas planteadas por el Facilitador de Alimentación Escolar orientados a la motivación del día de hoy.</li> </ul>	
<p>Conocimientos previos <b>EXPERIENCIA</b></p>	<p>Preguntas exploratorias A través del juego: Lotería de las buenas prácticas</p>	<p>El facilitador entregará un cartón de lotería de 4X3 a cada participante.</p> <p>El juego consiste en lo siguiente:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● El facilitador brindará las instrucciones, la finalidad del juego y el uso de los materiales.</li> <li>● El facilitador inicia a dar lectura de los conceptos con un tono de voz emotivo y los participantes en el cartón deben ir seleccionando la figura que corresponda al concepto.</li> <li>● Posterior a la selección correcta de cada figura en el cartón por parte de los participantes, el facilitador de alimentación escolar debe recalcar la importancia de aplicar cada tema reflejado en la figura.</li> <li>● El participante que llene el cartón completo de 4X3 debe gritar ¡Buenas prácticas!</li> </ul>	<p><b>10 minutos</b></p>



<p style="text-align: center;"><b>Etapa</b> <b>REFLEXIVA</b></p>	<p>A través de la dinámica: “El dado de las buenas y malas prácticas”.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● El facilitador brindará las instrucciones, la finalidad del juego y el uso de los materiales.</li> <li>● El facilitador solicita que cada participante lance el dado y que el participante identifique y explique si la figura que cae en el dado corresponde a una buena o mala práctica.</li> <li>● Después de la explicación del participante el facilitador de la alimentación escolar deberá hacer reflexión de la importancia de la aplicación de las buenas prácticas según cada figura.</li> </ul> <p>Si el dado cae en forma repetitiva se solicita que vuelva a tirar el dado hasta que caiga una figura diferente al participante que le antecedió.</p> <p>El facilitador finaliza la dinámica incentivando el trabajo en equipo dentro de la escuela para aplicar las buenas prácticas.</p>	<p style="text-align: center;"><b>10 minutos</b></p>
<p style="text-align: center;"><b>Etapa de</b> <b>contenido o</b> <b>CONCEPTUALIZACIÓN</b></p>	<p>Desarrollo del tema: Buenas prácticas en Manipulación y preparación de alimentos</p>	<p>El facilitador deberá contar con materiales gráficos representativos, que permitan la facilidad de la explicación y comprensión de la temática.</p> <p>Por medio de la actividad “el tendero de las diez reglas de oro”, el facilitador ha escondido debajo de las sillas las imágenes e invita a los participantes para que comiencen con la búsqueda de dichas imágenes y luego dará una explicación de la misma, e interactúa con el participante sobre la importancia de cada regla de oro, desarrollando las siguientes temáticas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Aplicación de las 10 reglas de oro para la preparación de los alimentos: el facilitador entregará a cada participante un afiche que contiene</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>20 minutos</b></p>



		<p>una imagen y una breve descripción de la misma. Cada participante dará a conocer su experiencia en relación a la regla que aparece en el afiche que se le entregó y lo colocará en el tendedero, posterior a la intervención del participante el Facilitador fortalece aspectos importantes de cada regla.</p> <p>Al finalizar la dinámica del tendedero el Facilitador deberá reproducir el audio 1 de la consultoría y explicar a los participantes que pueden hacer uso de dicho audio para recordar el tema y aplicarlo.</p> <p>El Facilitador explicará la importancia de cada uno de las reglas de oro conforme los participantes presentan el afiche en la actividad “el tendero de las diez reglas de oro”.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Consumo de agua segura.</li> </ul> <p>El Facilitador explicará cada método de consumo de agua segura con imágenes tipo post it.</p> <p>Método clorado: El facilitador iniciará la explicación del subtema “Agua segura”, dando uso de materiales lúdicos: 1 gotero, 1 Cubeta con agua y cloro (Un recipiente identificado).</p> <p>El facilitador expondrá y demostrará los pasos que refiere el uso de cloro, tomando en cuenta la importancia de este método para el consumo de agua segura en la escuela y hogar.</p> <p>Método hervido: El facilitador mostrará con una imagen tipo post it, los pasos del hervido de agua. Dando a conocer lo siguiente:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Recipientes limpios</li> </ul>	
--	--	---	--



		<ul style="list-style-type: none"> <li>● Tiempo de hervido de agua (5 minutos).</li> <li>● Resguardo del agua hervido, listo para su consumo (24 hrs preferiblemente)</li> </ul> <p>El facilitador durante la explicación deberá hacer uso de sonidos (descargar sonido relacionado al burbujeo del agua cuando hierve), utensilios e imágenes relacionados a su explicación.</p> <p>El facilitador al finalizar la explicación del método hervido reproducirá el audio 5 de la consultoría y explicará el contenido de dicho audio enfatizando que los participantes pueden utilizarlo como recordatorio para aplicación de lo aprendido en la capacitación.</p> <p>Agua filtrada: El Facilitador mostrará con una imagen tipo post it los pasos de agua filtrada y hará la demostración por medio del uso de utensilios: recipiente y tela, Dando a conocer lo siguiente:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Lavar con agua utilizando una esponja</li> <li>● Colocar sobre una tela limpia para secarlo</li> <li>● Coloque una tela limpia sobre la boquilla del filtro y llenarlo de agua.</li> <li>● Esperar 30 minutos para el consumo.</li> </ul> <p>La etapa de conceptualización debe ser gráfica, explicativa y demostrativa puede aplicarse otros métodos según la creatividad del facilitador.</p>	
<p><b>Etapas de APLICACIÓN</b></p>	<p>Aplicación de las diez reglas de oro.</p>	<p>El facilitador invita a pasar a la cocina escolar y revisar las condiciones a través de la técnica de la observación.</p> <p>Luego el facilitador dará a los participantes pliegos de papel bond y un marcador para elaborar su compromiso según el análisis de la técnica de la observación para</p>	<p><b>25 minutos</b></p>



		<p>mejorar las condiciones del espacio de preparación de los alimentos.</p> <p>Posterior al punto anterior el facilitador solicita que expliquen su compromiso los participantes y posterior a ello el Facilitador coloca en la cocina las infografías de las 10 reglas de oro y agua segura, dicha infografía será evaluada junto con el compromiso en cada visita y se explica que el seguimiento será con el uso de caritas que representan el semáforo.</p>	
<p><b>Evaluación y cierre de la actividad</b></p>	<p>Planteamiento de preguntas para evaluar la actividad</p>	<p>Para evaluar el evento de capacitación, el facilitador rotará el repollo entre los participantes con un fondo musical y cuando pause la música la persona que quedó con el repollo tomará una hoja del repollo dándole respuesta a la pregunta.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ ¿Qué aprendió el día de hoy?</li> <li>✓ ¿De las 10 reglas de oro cuál practica usted durante la preparación de alimentos?</li> <li>✓ Realice una demostración del lavado correcto de manos</li> <li>✓ ¿Mencione uno de los tres métodos para consumo de agua segura?</li> <li>✓ ¿Qué tema le gustaría que se refuerce para la próxima capacitación?</li> </ul>	<p><b>5 minutos</b></p>



---

**Firma**  
**Técnico Responsable**

---

**Firma**  
**Vo. Bo. Jefe inmediato**