

Foll.  
373.82  
M  
1

132.11

MINISTERIO DE JUSTICIA E INSTRUCCIÓN PÚBLICA  
INSPECCIÓN GENERAL DE ENSEÑANZA



PROGRAMA  
DE  
**Labores y Economía  
Doméstica**  
PARA  
**Quinto año**  
ESCUELAS NORMALES E INSTITUTO  
NACIONAL DEL PROFESORADO  
EN LENGUAS VIVAS



BUENOS AIRES  
1946

INV	013211
SIG	Foll 373.82
LIB	1

**PROGRAMA DE LABORES Y ECONOMIA  
DOMÉSTICA**

**PARA QUINTO AÑO DE ESCUELAS NORMALES E  
INSTITUTO NACIONAL DEL PROFESORADO EN  
LENGUAS VIVAS**

1784.

**CENTRO NACIONAL  
DE DOCUMENTACION E INFORMACION EDUCATIVA  
PARERA 55      Buenos Aires      Rep. Argentina**

## LABORES

Para Escuelas Normales

Quinto Año

(2 clases semanales)

La enseñanza de las jóvenes no puede ser encarada con el mismo criterio que la de los jóvenes, en razón de la alta y específica función que les compete, dentro de la sociedad, como mujeres, como esposas y como madres, a la vez que como administradoras no sólo de los bienes espirituales sino también materiales de la familia; por consiguiente, se ha creído necesario involucrar en el programa de Trabajo Manual de Mujeres, la enseñanza de labores y corte y confección. En efecto, en la enseñanza de la Economía Doméstica — que ha sido definida como el “arte y la ciencia del hogar que tiende al mayor rendimiento económico y social” — estas asignaturas ocupan un lugar preferente por cuanto ellas procuran conocimientos de verdadera utilidad desde el punto de vista práctico y también social.

Es evidente que las futuras maestras deben estar debidamente capacitadas para transmitir al alumnado los conocimientos que exige el programa de las escuelas primarias con referencia a esas materias, puesto que un número elevado de las mismas que funcionan

en el país, especialmente en el ambiente rural, no cuenta con maestras especiales.

El programa de 5º año tendrá por objeto refirmar los conocimientos básicos adquiridos por el desarrollo del programa de 4º año y su aplicación práctica en la confección de prendas sencillas de uso diario; además, en corte se aprenderá todo lo que concierne al ajuar de un bebé.

El programa será interpretado de manera que no se tramitan solamente conocimientos técnicos, sino esencialmente prácticos. Se elegirán modelos sencillos, a fin de que no demanden más tiempo del que materialmente el alumnado puede disponer.

#### *CORTE Y LABORES: 2 horas semanales*

*Corte:* Revisión del programa de 4º año. Afirmar los conocimientos en sentido práctico para el corte de diversas faldas, blusas, y vestidos sencillos imitando figurines, para vencer nuevas dificultades con respecto a los del año anterior. Lo propio se hará con la ropa de señora, combinación, bombacha y camión.

#### **DISTINTOS PASOS DE LAS CLASES DE CORTE**

1º Presentación del figurín, de tamaño de fácil visión para la clase.

2º Trazado en el pizarrón del molde con medidas generales; las alumnas harán lo propio en sus carpetas en milímetros.

3º La maestra procederá a tomar las medidas a cada alumna en particular, o controlará su exactitud si se las hubieran tomado anteriormente.

4º Todo molde hecho con medidas generales será nuevamente ejecutado en centímetros con las medidas particulares de cada alumna.

5º Teniendo en cuenta que en la mayoría de las escuelas no se dispone de aulas adecuadas para las clases de labor, simultáneamente con la profesora hará una alumna los trazados sobre un papel en tamaño natural en el escritorio de la maestra.

6º Quedan prohibidos los trazados en sextas, décimas o cualquier otra fracción que impida utilizar exclusivamente la cinta métrica y la escuadra milimetrada, por ser el procedimiento más exacto en todo corte de prendas de medida.

*Ajuar del bebé.* En su enseñanza se tendrán en cuenta las medidas usadas actualmente, de acuerdo con los nuevos postulados higiénicos. El ajuar se compondrá de las siguientes piezas: camisita, batita tejida, faja, mantilla, mantillón, saquito, zapatitos y baberos.

*Labores.* Confección de dos prendas muy sencillas de uso personal, de las aprendidas en corte. Se hará además una pieza del ajuar del bebé.

*Muestras:* Las muestras que se ejecutarán previamente, comprenderán las dificultades que presentan las prendas elegidas por las alumnas para dar cumplimiento al programa; por ejemplo, *falda:* distintas maneras de prolijar la unión de los paños (surfilado, ribeteado, etc.), ídem, de terminación de ruedos; manera de colocar la cinta que sostiene la cintura; cartera común y con cierre relámpago. *Blusa:* prenda adelantada, con cartera escondida, ojales de lencería, ojales militares, cuello, cartera de manga, puño, bolsillo aplicado, bolsillo cortado, etcétera.

Si la prenda fuera una pieza de lencería, las muestras se harán de acuerdo con los puntos de costura y de adorno con que se vaya a ejecutar.

Todas las muestras serán de reducido tamaño y sin ninguna terminación en los bordes; solamente cortadas al hilo o surfiladas.

NOTA: El muestrario se irá confeccionando a medida que se desarrolle el programa de corte, de tal manera que al comenzar la confección de las prendas elegidas, cada alumna haya salvado las dificultades que ésta presente.

A fin de poder ordenar la enseñanza dentro de los períodos lectivos, considérase conveniente que en el 1º se haga la revisión del programa de 4º año, y, elegidas de antemano las prendas que cada una ha de confeccionar, se comenzará la ejecución del muestrario. En el 2º período se cumplirá el programa propio del año, iniciándose la confección de las prendas elegidas, tarea que durará hasta fin de curso.

## LABORES

Para el Instituto Nacional del Profesorado  
en Lenguas Vivas

Quinto Año

(1 hora semanal)

*Corte:* La serie de ejercicios de corte realizados en 4º año de las escuelas normales, será ampliada, debiendo ésta presentar nuevas dificultades de acuerdo con el tiempo disponible para su enseñanza.

*Labores.* Se confeccionará una prenda de ropa de señora, interior o de vestir.

No disponiendo más que de una hora semanal para la enseñanza de corte y labores, se procederá a dividir todas las clases en dos partes, de tal manera que en la primera se den algunas nociones de corte, y en la segunda, se enseñen en pequeñas muestras de costura las dificultades que presenten las prendas del programa; ejemplo: cartera de falda, de blusa, de manga; prolijado de costuras, de ruedo (surfilado, ribeteado), etcétera.

Procediendo de esta manera; la profesora podrá hacer las correcciones individuales necesarias, mientras el resto de la clase ejecuta la muestra o confecciona la prenda elegida.

## ECONOMÍA DOMÉSTICA

Para 5º año del Magisterio y del Instituto Nacional del Profesorado en Lenguas Vivas

(1 hora semanal)

### Consideraciones generales

Es necesario actualizar esta especialidad, particularmente en lo que se refiere a la alimentación, aplicando los modernos principios de dietética.

Se debe enseñar a las alumnas a comprar, seleccionar y preparar los alimentos mediante una enseñanza teórica que comprenda el conocimiento de la composición de los alimentos en sus elementos inorgánicos (aguas y sales) y orgánicos (hidratos de carbono, grasas, proteínas, etc.), y su valor calórico. La parte práctica comprenderá la confección de la receta coquinaria y el aprovechamiento de productos naturales.

El estudio de la alimentación desde su triple punto de vista técnico, económico y social, beneficiará no sólo a las alumnas maestras, sino a todo el país, puesto que son ellas las encargadas de divulgar estas enseñanzas provechosas.

Las dificultades con que tropiezan actualmente las maestras de las escuelas primarias para enseñar esta asignatura en quinto y sexto grado, reside particularmente en su falta de preparación. Será necesario, pues, prepararlas para que se desenvuelvan con eficiencia frente al grado.

### I. — ADMINISTRACIÓN DEL HOGAR

#### Bolilla 1.

La mujer en el hogar: deberes inherentes a la posición que ocupa en el hogar y en la sociedad. Quehaceres domésticos, ahorro de dinero, tiempo y trabajo.

*Aseo de las ropas, lavado y desmanche.* Uso y aplicación de sustancias químicas y de fabricación casera.

*Planchado: objeto y procedimientos seguidos en los diferentes casos.* Apresto de ropas. Forma de economizar la energía eléctrica. Conservación de telas de lana y pieles.

#### Bolilla 2.

*Aseo de las habitaciones.* Elementos de limpieza, su aplicación. Ornato de la casa: cualidades de orden higiénico, estético y económico a que deben responder los muebles. Limpieza y lustre de muebles, bronce, cristales, etc.

Conservación de alfombras. Destrucción de parásitos. Recetas prácticas.

#### Bolilla 3.

*Concepto de la economía.* El presupuesto familiar, distribución del sueldo de un obrero y de un empleado. Contabilidad doméstica. Compras y forma de pago, cómo se deben realizar las compras y forma de efectuar el pago para lograr economías.



## II. — TÉCNICA Y ECONOMÍA DIETÉTICAS

### Bolilla 4.

*La nutrición.* Concepto, tiempo de la digestión y excreción de sustancias alimenticias. Mecanismo de la absorción.

*Los alimentos.* Origen de los mismos. Principios alimenticios: proteínas, grasas e hidratos de carbono. Vitaminas, su importancia en el organismo. Fuentes vitamínicas en el reino vegetal.

El alcohol y la alimentación.

### Bolilla 5.

*Las leyes de la alimentación.* Su importancia en la compra, distribución, servicio y utilización de los alimentos. Enunciarlas y comentarlas.

*Ley de la cantidad.* Concepto del valor calórico total y del balance.

*Ley de la calidad.* La unidad del organismo; regímenes carenciales y de exceso. Enflaquecimiento y desnutrición. Jerarquía de alimentos.

*Ley de la armonía.* Relación que deben guardar las cantidades de los diversos principios que integran la alimentación.

*Ley de la adecuación.* Finalidad del régimen alimenticio.

### Bolilla 6.

*Caloría.* Requerimientos calóricos según la edad, el sexo y el trabajo que realiza el individuo. Valor calórico total y riqueza en proteínas del régimen alimenticio.

Necesidad de alimentos plásticos y energéticos en el organismo.

Principales raciones alimenticias: ración de una persona en reposo, ración de trabajo, de crecimiento, etc.

Distribución de hidratos de carbono, proteínas y grasas en un régimen normal. Medición de los alimentos.

### Bolilla 7.

*Composición química de los alimentos.* Alimentos de origen animal: Carne de vaca, ternera, carnero, cordero, cerdo. Embutidos. Aves, peacados, anfibios, moluscos y crustáceos; pescados en conserva. Huevos, leche, queso y grasas.

Alimentos de origen vegetal. Aceites, harinas, pastas, legumbres y granos; verduras, frutas frescas y conservadas. Alimentos variados y bebidas alcohólicas. Tablas de la composición química de los alimentos más usuales.

### Bolilla 8.

*Tipos de cocina.* Cocina casera, su objeto. Cocina de lujo, sus inconvenientes. Cocina dietética, su finalidad.

Factores que intervienen en la preparación de un plato: los alimentos, útiles de trabajo, personal, costo, realización y finalidad.

## III. — PARTE PRÁCTICA:

a) *Cocina.* Preparación de una minuta para personas que realizan un trabajo liviano, calculado en 2300 calorías.

Idem para trabajo mediano, de 2600 calorías. Preparación de una minuta para trabajo pesado, calculado en 3500 calorías.

Preparación de refrescos a base de frutas y frutas al natural. Preparación de conservas vegetales. Recetas prácticas.

b) *Medicina casera.* Cuidado de enfermos. Pulso y temperatura. Aplicación de ventosas, cataplasmas y fomentos. Empleo de la bolsa para hielo y agua caliente. Procedimientos corrientes de desinfección. Preparación de recetas sencillas. Preparación de infusiones y soluciones desinfectantes. Tintura de iodo y tintura de árnica. Agua de cal y linimento óleo calcáreo. Vinagre aromático. Alcohol alcanforado.

El presente programa ha sido aprobado por el señor Ministro de Justicia e Instrucción Pública de la Nación, doctor José Manuel Astigueta, mediante la resolución del 11 de marzo de 1946.