



Árboles y frutas

FICHA

1

Objetivos

- AUMENTAR LA INGESTA DE FRUTA.
- ASOCIAR FRUTA Y ÁRBOL.

Curso y ámbitos/Áreas/Materias _____

Educación Infantil y 1º de Educación Primaria.
Lengua vasca-castellana / Lengua extranjera.
• Tratamiento integral de las lenguas.
Ciencias de la Naturaleza.
• Conductas saludables. Alimentación saludable y equilibrada.

Edad recomendada _____

Alumnado de 3 a 7 años.

Descripción de la actividad/ Metodología _____

Se comenzará la actividad con dibujos, láminas o fotografías (también se pueden elaborar de pasta de papel) de frutas más o menos habituales que se repartirán al alumnado, según la edad. Se mostrarán también árboles frutales y se preguntará al alumnado si los han visto alguna vez.

Se iniciará un diálogo sobre esos árboles y las frutas. Se nombrarán y rotularán los árboles. A continuación, cada niño/a se irá levantando con su fruta, la enseñará a la clase, la nombrará y la colocará en el mural del árbol correspondiente con celo, o según el método elegido por el o la docente.

Con anterioridad a la actividad se puede solicitar a los padres y madres que pongan determinadas frutas troceadas para los niños en la fecha de la actividad, intentando su implicación con el objetivo.

Mientras se realiza la actividad, se puede degustar fruta troceada y comentar y anotar todo lo que vaya surgiendo al interactuar entre todo el grupo: dudas, curiosidades, experiencias previas, etc., enriqueciendo de esa forma la experiencia.

Los/as niños/as deberán llevar a casa la fruta que han colocado en el árbol y pedir a su familia que esa fruta forme parte de alguno de los menús familiares semanales. Una vez que la familia haya tomado la fruta, el niño o la niña volverá a colocar la fruta (el dibujo, fotografía...) en el mural de clase.

Se consultarán alergias alimentarias del alumnado, o por contacto a determinadas frutas, en relación con la planificación de frutas a consumir en clase y en casa, consultando alternativas con las familias.

En atención a la diversidad, para el alumnado con NEAE se dispondrá de los recursos humanos precisos (PT, educador o educadora, logopeda) y les ayudarán activamente profesorado, tutores o tutoras o alumnado ayudante, según las necesidades concretas.



Aukeratu
osasuntsu jatea
Zu irabazle!



Elige
comer sano
¡Tú ganas!

Euskadi, auzolana, bien común

EUSKO JAURLARITZA



GOBIERNO VASCO

OSASUN SAILA

DEPARTAMENTO DE SALUD

Calendario tipo/Duración _____

1 sesión (de 45 minutos) en clase y 10 minutos diarios durante 1 semana para reponer las frutas degustadas en las familias.

Ámbito de la actividad _____

Comedor escolar Aula Casa Otros

Recursos necesarios _____

Humanos:

Profesor/a.

Materiales:

Las frutas (de pasta si han realizado la actividad de "Frutas de pasta de papel", o de papel).

Varios murales (2-4) de papel con los dibujos/imágenes de los árboles de las frutas elegidas.

Celo.

Fruta troceada para degustar.

Tenedores.

Indicadores de la actividad _____

Mediante evaluación continua se valorará si:

- El alumnado pega en el árbol adecuado la fruta que ha hecho.
- El alumnado prueba la fruta.
- El alumnado ha registrado la ingesta de fruta con su familia.

Para más información (experiencias previas, material de apoyo, bibliografía...) _____

Experiencias previas:

- http://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/79586/forum_2003_28.pdf?sequence=1

Material de apoyo:

- http://www.arasaac.org/zona_descargas/materiales/652/Autodictados_Arboles_Frutales_ByN.pdf
- <https://rosafernandezsalamancaprimaria.blogspot.com/2014/02/frutas-y-frutos.html>

Bibliografía:

- Evans CE, Christian MS, Cleghorn CL, Greenwood DC, Cade JE. Revisión sistemática y metaanálisis de intervenciones escolares para mejorar la ingesta diaria de frutas y verduras en niños de 5 a 12 años. Soy J Clin Nutr. 2012; 96 (4): 889-901.
- Paras B. Game, Motivation, and Effective Learning: An integrated Model for Education Game Design. DiGRA. 2005.
- Silveira JA1, Taddei JA, Guerra PH, Nobre MR. Effectiveness of school-based nutrition education interventions to prevent and reduce excessive weight gain in children and adolescents: a systematic review. J Pediatr (Rio J). 2011 Sep-Oct; 87(5):382-92.