



# Mural de frutas

FICHA  
**7**

## Objetivos

- AUMENTAR LA INGESTA DE FRUTA.
- INTRODUCIR DE FORMA LÚDICA AL ALUMNADO EN LA DEGUSTACIÓN DE DIFERENTES FRUTAS.

## Curso y ámbitos/Áreas/Materias \_\_\_\_\_

Educación Infantil y 1º a 3º de Primaria.

Ciencias de la Naturaleza.

- Conductas saludables. Alimentación saludable y equilibrada.

Competencia artística.

- Uso del lenguaje plástico y visual.

## Edad recomendada \_\_\_\_\_

Alumnado de 3 a 8 años.

## Descripción de la actividad/Metodología \_\_\_\_\_

Cada aula estará dividida en cuatro equipos y a cada uno de ellos se le asignará un mural con una fruta dibujada para colorearla o, según la edad, se prepararán frutas con pasta de papel, con volumen y pintadas.

Se pueden utilizar frutas de invierno (naranja, manzana, pera o plátano) o de primavera (melocotón, fresa, paraguayo o melón), según el periodo del curso en el que se plantea la actividad. Para alumnos y alumnas más mayores podemos plantear elegir otras frutas menos comunes existentes en los mercados de la zona.

Se llevarán a la clase las frutas "al natural" que servirán como modelos para que el alumnado se acerque lo más posible a los colores de la fruta natural. Se colocarán en el aula a la vista los murales o las frutas de pasta de papel elaboradas.

Posteriormente, en una puesta en común mientras se degustan las frutas utilizadas como modelo, cada equipo explicará a su clase las características de su fruta: color, sabor, dureza, acidez, dulzor, olor, etc.

Pueden también emplearse diferentes lenguas vehiculares en el transcurso de la actividad.

Se animará al alumnado a que degusten los tipos de fruta trabajados en el ámbito familiar.

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.

Se consultarán alergias alimentarias y de contacto para las frutas elegidas para la actividad.



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 (45 minutos) en cada temporada: fría o caliente.

## Ámbito de la actividad \_\_\_\_\_

Comedor escolar  Aula  Casa  Otros

## Recursos necesarios \_\_\_\_\_

### Humanos:

Profesor/a.

### Materiales:

Papel continuo, pintura de dedos, mesas auxiliares.

Láminas con frutas dibujadas, para pintar.

Frutas frescas, como modelos.

## Indicadores de la actividad \_\_\_\_\_

Mediante evaluación continua de la actividad, se valorará en cada sesión si:

- El alumnado conoce las características morfológicas de las frutas revisadas.
- El alumnado prueba las frutas elegidas.
- El alumnado come alguna de las frutas elegidas en el ámbito familiar.

## Para más información (experiencias previas, material de apoyo, bibliografía...) \_\_\_\_\_

### Experiencias previas y material de apoyo:

- [http://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/79586/forum\\_2003\\_28.pdf?sequence=1](http://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/79586/forum_2003_28.pdf?sequence=1)
- <https://conociendofrutasjb2018.blogspot.com/?m=0>
- <http://www.supercoloring.com/es/dibujos-para-colorear/frutas>
- <https://www.pinterest.es/pin/331436853809470617/>

### Bibliografía:

- Park BK, Cho MS. Taste education reduces food neophobia and increases willingness to try novel foods in school children. *Nutr Res Pract*. 2016; 10(2):221-8.
- Reverdy C, Chesnel F, Schlich P, Köster EP, Lange C. Effect of sensory education on willingness to taste novel food in children. *Appetite*. 2008;51(1):156-65.
- Mustonen S, Tuorila H. Sensory education decreases food neophobia score and encourages trying unfamiliar foods in 8–12-year-old children. *Food Qual Pref*. 2010; 21(4):353-360.

