



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
- <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.

