



Guía del maestro

Índice

1. Introducción

- Objetivos del Programa
- Objetivos de la Guía

2. Desarrollo operativo de la campaña

3. Desarrollo de las actividades

- A. Actividades en el interior del aula
 - a. Actividades manuales
 - b. Actividades multimedia en tablets
- B. Actividades en el exterior
- C. Actividades ONLINE

4. Materiales lúdicos y acceso online a materiales

5. Cuestionario para los alumnos



Guía del maestro

La redacción de esta Guía del Maestro forma parte de las medidas de acompañamiento del Programa Escolar de suministro de frutas verduras y hortalizas de la Unión Europea.

Los objetivos de este programa son:

- Con las medidas de acompañamiento se pretende mejorar los hábitos de alimentación y fomentar el consumo de frutas y hortalizas, así como de leche y determinados productos lácteos en los alumnos de los centros escolares, a fin de incrementar de forma duradera en sus dietas la proporción de estos productos durante la etapa de formación de sus hábitos alimentarios.
- Favorecer la implicación de padres y madres en el desarrollo del Programa.
- Incrementar el conocimiento de los aspectos de cultivo, temporalidad, procedencia y comercialización de las frutas y hortalizas.
- Incrementar el conocimiento de los alumnos acerca de la cadena de producción de leche y lácteos, y en particular, acercar las actividades de los ganaderos en el medio rural.
- Establecer vínculos entre la agricultura, la alimentación y la salud.

Los objetivos de esta Guía del Maestro son:

- Recoger los objetivos y procedimientos de todas las actividades que se realicen como medidas de acompañamiento de este Programa.
- Explicación detallada de cada una de las actividades que se lleven a cabo y cómo deben ser dirigidas por parte del profesor o tutor para la consecución de objetivos.
- Descripción de los materiales que componen cada una de las actividades, y documentos en formato PDF para su fácil descarga y montaje.
- Cuestionario para los alumnos, con el fin de valorar las actividades y el cumplimiento de los objetivos.



Guía del maestro

2. DESARROLLO OPERATIVO DE LA CAMPAÑA

Las medidas de acompañamiento del Programa se basan en la visita a los centros escolares de la Comunidad Valenciana de una furgoneta rotulada con la imagen de la campaña y un conjunto de actividades lúdicas y educativas para los alumnos de Primaria, entre 6 y 12 años.

Durante los 45 minutos que dura cada sesión, dos monitores y el profesor responsable acompañan a los alumnos en dos secuencias de veinte minutos cada una, con cinco minutos en el medio para el intercambio de localización.

La clase seleccionada se divide en dos grupos, uno se queda en el aula y otro en el vehículo para jugar a dos juegos diferentes de diez minutos cada uno. Tras la primera fase los grupos se intercambian, de tal manera que los que estuvieron en interior pasan al exterior y viceversa.

Horario	GRUPO 1	GRUPO 2
10.00-10.10	Actividad interior 1	Actividad exterior 1
10.10-10.20	Actividad interior 2	Actividad exterior 2
CAMBIO 5 MINUTOS		
10.25-10.35	Actividad exterior 1	Actividad interior 1
10.35-10.45	Actividad exterior 2	Actividad interior 2



Guía del maestro

3. DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES EN INTERIOR Y EXTERIOR

A. ACTIVIDADES EN EL INTERIOR DEL AULA

1. Actividades manuales

A continuación, se exponen las actividades que puede desarrollar el monitor de la campaña con el apoyo del profesor, que será quien determine qué actividad prefiere llevar a cabo dentro del aula.

La operativa de las actividades son las siguientes:

- **Charla nutricional.** Los alumnos escucharán una charla amena y didáctica sobre cómo alimentarse correctamente, así como los beneficios de una alimentación y hábitos saludables a cargo de un profesional (una de las personas del equipo de dos que acompaña cada vehículo cuenta con conocimientos al respecto)
- **Juegos de mesa.** El monitor de la campaña aporta el material físico para el desarrollo de juegos de mesa grupales o individuales adaptados a la temática que se trabaja, consiguiendo un aprendizaje lúdico. Estas dos actividades están colgadas como material descargable en la página web de la campaña www.c-valenciana.frutanova.es, para que tanto los profesores como los padres y madres en casa, puedan imprimirlo y recortarlo para llevarlo a donde quieran.

Las actividades son las siguientes:



Guía del maestro

Actividad 1: ¿Te acuerdas?: Se trata de un juego de memoria en el que hay que recordar la posición de cada una de las frutas o verduras para conseguir hacer el mayor número de parejas posible.

Los alumnos se dividen en dos grupos y las cartas se colocan boca abajo en varias filas, de manera que los alimentos queden escondidos a la vista. El equipo participante debe levantar dos cartas, ver de qué alimentos se tratan y si no coinciden, dejarlos de nuevo boca abajo en el mismo lugar, memorizando la imagen para el siguiente turno. A continuación, realizan la misma acción el resto de participantes, que siguen levantando cartas de dos en dos con el objetivo de encontrar la pareja antes de que se acabe el tiempo.

El equipo que antes descubra las parejas de alimentos y consiga el mayor número de parejas ganará.



Materiales: Conjunto de 40 cartas con imágenes dobles de frutas y verduras.



Guía del maestro

Actividad 2: ¿Quién soy? Como el tradicional TABÚ, el objetivo del juego es adivinar la fruta o verdura sin mencionar las palabras prohibidas indicadas en cada tarjeta.

El grupo de alumnos se divide en dos equipos. En cada turno, el primer participante toma una carta y procede a describir al resto de los integrantes de su equipo la primera palabra sin mencionar las que se indican en la tarjeta como *No puedes decir*. El equipo tendrá un tiempo máximo de 1 minuto para adivinar la fruta/verdura de la descripción.

Gana el equipo que logre acertar el mayor número de palabras.

¿Quién soy?
Sigue las líneas de corte y empieza a jugar.

*Instrucciones de impresión:
Documento: A4
Tamaño impresión: 100%
Imprimir a ambas caras del papel*

La palabra es: Naranja NO puedes decir: Fruta Zumo Naranja Desayuno	La palabra es: Fresa NO puedes decir: Fruta Rojo Rojo Pepitas	La palabra es: Plátano NO puedes decir: Fruta Amarillo Pela Mono	La palabra es: Coco NO puedes decir: Fruta Marrón Blanco Dulce	La palabra es: Melocotón NO puedes decir: Fruta Suave Zumo Hueso
La palabra es: Brócoli NO puedes decir: Verdura Verde Árbol Comida	La palabra es: Tomate NO puedes decir: Fruta Redondo Rojo Ensalada	La palabra es: Espinacas NO puedes decir: Verdura Hojas Verde Puré	La palabra es: Colliflor NO puedes decir: Verdura Blanca Cocida Verde	La palabra es: Patata NO puedes decir: Tierra Fritas Chips Cocidas
La palabra es: Cereza NO puedes decir: Fruta Rojo Verano Hueso	La palabra es: Sandía NO puedes decir: Fruta Verano Agua Pepitas	La palabra es: Uvas NO puedes decir: Nochevieja Racimo Fruta Pepitas	La palabra es: Pera NO puedes decir: Fruta Verde Árbol Dulce	La palabra es: Mango NO puedes decir: Tropical Fruta Naranja Batido
La palabra es: Calabaza NO puedes decir: Halloween Naranja Puré Fruta	La palabra es: Pimiento NO puedes decir: Verdura Rojo Verde Amarillo	La palabra es: Cebolla NO puedes decir: Capas Llorar Ensalada Blanca	La palabra es: Zanahoria NO puedes decir: Naranja Ensalada Conejo Dura	La palabra es: Calabacín NO puedes decir: Verdura Verde Puré Calabaza

Ejemplo: Palabra para adivinar: MANZANA. Palabras prohibidas: Fruta, Paraíso, Compota, Zumo.

Materiales: Conjunto de 30 cartas con dos descripciones cada una de frutas y verduras, que incluyen palabras prohibidas.



Guía del maestro

2. Actividades multimedia en tablets

El profesor dispondrá también en el aula de dos juegos multimedia adaptados a los contenidos del Programa con el fin de transmitir sus valores, a la vez que puede ser utilizado como herramienta de motivación. Para ello se le facilitarán cuatro tablets para que, por grupos, puedan participar de los siguientes juegos interactivos:

Juego 1: ¿Cuánto sabes?

Dividimos el grupo en dos equipos para que compitan entre sí.

En la Tablet, se abre un documento PDF interactivo en el que se presenta un concurso basado en preguntas y respuestas. Los integrantes de cada grupo deben responder correctamente a las preguntas, por turnos, para sumar puntos y avanzar.

Sólo hay una respuesta correcta, que es la que puntuá. Cada equipo debe ir sumando sus puntos externamente. El que más puntos alcance gana y se enfrenta al Gran reto del consumo responsable, una pantalla en la que debe seleccionar, de uno en uno, cinco formas de reducir el desperdicio de frutas y verduras.



Material: PDF interactivo.



Guía del maestro

Juego 2: ¿Quién es el intruso?

Dividimos el grupo en dos equipos para que compitan entre sí. Se presenta una pantalla con varias imágenes de frutas y verduras bajo la etiqueta “Primavera”. Los integrantes de cada equipo deben detectar cuáles son las dos piezas (una fruta y una verdura) que se han colado en una temporada que no les corresponde.

En el caso de seleccionar una fruta que no es la deseada, saltará una pantalla de error que les devolverá al inicio para volver a intentarlo.

En el caso de que acierten, aparece una pantalla de Respuesta correcta con una explicación de cuál sería la temporada que le corresponde, con un botón a través del cual puedan volver al juego para detectar la segunda pieza.

Una vez que han descubierto las dos piezas intrusas, pasan a la siguiente pantalla, correspondiente a la temporada de verano, y se procede de la misma manera hasta cumplir con las cuatro temporadas (primavera, verano, otoño e invierno consecutivamente).

Una vez superadas las cuatro temporadas, una pantalla general les mostrará un resumen de las frutas y verduras que corresponden a cada temporada, como recurso didáctico para el profesor.



Material: PDF interactivo.



Guía del maestro

Juego 3: ¿Me reconoces?

Un juego interactivo y educativo de rapidez y observación visual para aprender curiosidades y características sobre frutas y verduras.

A través de diferentes diapositivas, los estudiantes se encontrarán con multitud de frutas y verduras sobre las que hemos activado el 'zoom' para esconderlas.

En cada una de ellas hay escrita una adivinanza o pista sobre el alimento a adivinar y tres posibles opciones. Los alumnos deberán seleccionar una de las opciones para saber si han acertado o no.

En caso de error, podrán volver a intentarlo o continuar con la imagen siguiente.

En caso de acertar la respuesta, aparecerá el nombre del alimento junto a alguna de sus características nutricionales o visuales.

4/10

← Inicio

← Soluciones

¿Me reconoces?

Verde y robusto soy, un árbol parezco, pero no lo soy.

Brócoli Calabacín Coliflor

Material: PDF interactivo.



Guía del maestro

ACTIVIDADES EN EL EXTERIOR

El grupo 2, que se ha quedado en el exterior a cargo de otro monitor, cuenta con veinte minutos para, en paralelo con el grupo 1, dedicarse a aprender de forma lúdica con dos juegos que también cumplen con los objetivos del Programa Escolar de Fruta, Verduras y Leche.

En este caso, se aprovecha la furgoneta y el patio del colegio para poner en marcha cuerpo y mente en dos retos muy fáciles de entender para el público infantil.

Juego 1: El Mercadito

En este juego, la furgoneta se abre por la parte de atrás, dejando al descubierto un mini market con puestos de fruta y verdura. Cada uno de los diferentes tipos de alimentos está etiquetado con su correspondiente precio, que tendrán en cuenta a la hora de configurar el menú.

El grupo se divide en dos equipos, cada uno de ellos escoge un menú de un día (entre cuatro opciones A, B, C, D) compuesto por cinco comidas: Desayuno, almuerzo, comida, merienda y cena. A algunos de los platos que lo configuran les falta un alimento que deben elegir entre lo que se ofrece en el mercadito.

Se forman dos filas con los dos equipos a dos metros de la furgoneta, y un integrante de cada uno de ellos se desplaza hasta el Mercadito para coger los alimentos que faltan para completar el menú asignado, sin pasarse del presupuesto marcado.

Con esta actividad, los alumnos de Primaria conocerán cuáles son los alimentos más saludables que deben incorporar a su dieta diaria, además de tener una primera aproximación a la economía doméstica.



Guía del maestro

MENÚ A

DESAYUNO

- YOGUR NATURAL CON
- TOSTADAS DE PAN CON ACEITE DE OLIVA Y RAYADO.

ALMUERZO

- BOCADILLO DE QUESO.

COMIDA

- GUISO DE CARNE DE TERNERA CON Y VERDURAS COCIDAS.
- FRUTA.

MERIENDA

- PALITOS DE CON HUMMUS.

CENA

- CREMA DE
- TORTILLA FRANCESA.
- YOGUR DE VAINILLA.

PRÉSUPUESTO TOTAL
15€

Materiales:

- Furgoneta adaptada como Mercadito.
- Cajas de madera que contienen frutas, verduras y productos lácteos clasificados por tipo y con su precio correspondiente.
- 4 cestas de la compra.
- 2 hojas A5 con dos menús del día cada uno, a repartir en cada grupo.



Guía del maestro

Juego 2: La Gymkana de la Cosecha

Se divide el grupo en cuatro equipos, y a cada uno se le asigna un listado con las frutas/hortalizas de cada temporada.

En el patio se colocarán cuatro cajas separadas unos metros entre ellas, con los alimentos mezclados. A la señal todos los participantes recorrerán los puestos señalados seleccionando y recogiendo las frutas y vegetales que se correspondan con la temporada asignada.



Materiales:

- Patio exterior del centro escolar.
- 4 cajas de madera que contienen frutas y verduras de cuatro temporadas diferentes mezcladas.
- 4 cestas de la compra.
- 4 tarjetas en A4 con las frutas de temporada que deben recoger.



Guía del maestro

B. ACTIVIDADES ONLINE

Actividad 1: Tan imperfectas como buenas

Objetivo de la actividad: Partimos de este mensaje: *La próxima vez que vayas a la compra fíjate en las frutas y verduras imperfectas*, para ofrecer un divertido concurso cuyo objetivo será concienciar a las familias y a los niños a comprar fruta y verdura restando importancia a su aspecto.

Cómo participar: Una vez que hayan detectado el producto imperfecto, los niños deben sacarle una fotografía y enviarla a la dirección que le proporcione su centro escolar junto con la propuesta de forma que les parezca que tiene.



Además de encontrar las formas más extrañas, curiosas y peculiares de frutas y verduras, se pueden realizar múltiples variedades del juego, con fruta exótica o que no hayas visto antes, etc...

Una vez que el centro escolar haya seleccionado la foto ganadora, la remitirá a la dirección del Programa Escolar para que sean ellos los que seleccionen la imagen ganadora final entre todos los centros participantes en la Comunidad Valenciana.

Material: PDF informativo



Guía del maestro

Actividad 2: Concurso de recetas online 'Comiendo bien, viviendo mejor'

Objetivo de la actividad: Distinguir los alimentos saludables que deben ser incluidos en una dieta variada y adecuada para nuestro desarrollo, saber combinarlos en una receta rica y compartir tiempo en familia.

Cómo participar: Cada niño seleccionará alimentos dentro de la gama de productos objeto del Programa Escolar (frutas, verduras y leche) con los que pueda preparar en casa un plato rico y saludable con su familia.

Una vez realizada, apuntará los ingredientes que contiene la receta, los pasos para su realización, y le hará una foto. Todo este material se enviará a la dirección de correo electrónico que habilite el centro escolar para el concurso. El colegio se encarga de realizar la preselección entre todos los participantes del colegio. Una vez que cada centro tenga su propio ganador, la dirección del Programa se encargará de realizar la selección final entre todos los ganadores de cada escuela de la comunidad valenciana.

Material: PDF informativo

Concurso de recetas online

Lasaña de verduras con queso

Ingredientes

- 9 láminas de lazaña
- 2 cebolletas
- 1 calabacín
- 10 champiñones
- 2 zanahorias
- 1 pimiento rojo
- 4 tomates deshidratados en aceite
- 700 ml de leche
- 50 g de harina
- 125 g de queso curado de oveja
- 200 ml de salsa de tomate
- aceite de oliva virgen extra
- sal
- 1 cucharadita de tomillo seco
- 1 pizca de nuez moscada
- perejil

1. Paso a paso de la elaboración
2. Nombre del alumno
3. Curso escolar
4. Nombre del centro

¡Enviar!



Guía del maestro

4. MATERIALES LÚDICOS Y ACCESO ONLINE A MATERIALES

En la página web del Programa los profesores de los centros escolares cuentan con un repositorio de los materiales descargables, listos para imprimir, recortar y usarlos en el aula, así como las actividades multimedia para descargar o jugar online en dos idiomas, español y valenciano.

Para descargar estos contenidos, deben acceder mediante su nombre de usuario y contraseña a través de la página web de Cortijos Cuevas www.c-valenciana.frutanova.es

El índice de material que se corresponde con cada actividad es:

- JUEGOS EN EL AULA:** Fichas de actividad para el alumno y trabajo manual con contenido pedagógico y didáctico para descargar y realizar en el aula entorno a los objetivos del Programa.

Actividad 1: Te acuerdas

Materiales: Conjunto de 40 cartas con imágenes dobles de frutas y verduras.

[Enlace para descarga castellano:](#)

[Enlace descarga valenciano](#)

Actividad 2: Quien soy

Materiales: Conjunto de 30 cartas con dos descripciones cada una de frutas y verduras, que incluyen palabras prohibidas.

[Enlace para descarga castellano](#)

[Enlace para descarga valenciano](#)

JUEGOS MULTIMEDIA: Archivos en formato PDF interactivo con contenido pedagógico y didáctico entorno a los objetivos del Programa, para descargar o jugar online.

Actividad 1: Cuánto Sabes

[Enlace para descarga castellano](#)



Guía del maestro

[Enlace para descarga valenciano](#)

Actividad 2: Quién es el intruso

[Enlace para descarga castellano](#)

[Enlace para descarga valenciano](#)

Actividad 3: Me reconoces

[Enlace para descarga castellano](#)

[Enlace para descarga valenciano](#)

- b) **JUEGOS ONLINE:** Archivos en formato PDF interactivo con contenido pedagógico y didáctico entorno a los objetivos del Programa, para descargar o jugar online.

Actividad 1: Tan imperfectas como buenas

[Enlace para descarga castellano](#)

[Enlace para descarga valenciano](#)

Actividad 2: Comiendo bien, viviendo mejor.

[Enlace para descarga castellano](#)

[Enlace para descarga valenciano](#)

- c) **MATERIALES AUDIOVISUALES:** Además de los materiales lúdicos para participar con los alumnos en clase, los profesores cuentan con vídeos educativos sobre los contenidos del programa, además de tutoriales para conocer en detalle las dinámicas de cada una de las actividades. Todos los materiales pueden visualizarse y descargarse en www.c-valenciana.frutanova.es.

- **Vídeo para niños:** con una duración aproximada de 3 minutos, aporta información para la promoción de hábitos alimentarios saludables y un acercamiento de la agricultura y el proceso de producción a la población infantil.

[Enlace de descarga](#)



Guía del maestro

- **Video para padres:** con una duración aproximada de 5 minutos, este vídeo aporta información sobre el Programa y recomendaciones para fomentar hábitos de consumo regulares en relación con la leche y productos lácteos en el marco de una dieta saludable. Ofrece también información sencilla sobre aquellos aspectos de los lácteos que más preocupan a los progenitores (intolerancias, alergias, etc).

[Enlace de descarga](#)

- **Tutoriales de formación:** vídeo tutorial orientado a profesores y monitores encargados del desarrollo de talleres con la explicación detallada de los objetivos y procedimiento del taller.

[Enlace de descarga](#)



Guía del maestro

5. CUESTIONARIO DE EVALUACIÓN

Los profesores disponen de un cuestionario para llenar al finalizar la jornada, en el que pueden valorar, tanto la actitud y conocimiento del monitor que imparte la acción, como la propia actividad en sí. Este [cuestionario](#) se remitirá al personal del Programa para poder incluir sus conclusiones en el Informe final de la campaña.



Cuestionario de evaluación sobre las Actividades del Programa Escolar frutas, verduras y leche

COLEGIO	
CURSO	
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	
NOMBRE DEL MONITOR	

1: Totalmente en desacuerdo; 2: En desacuerdo; 3: Ni de acuerdo ni en desacuerdo; 4: De acuerdo; 5: Totalmente de acuerdo.

■ Tarea del monitor

1 2 3 4 5

El monitor explica con claridad y orden.

El monitor facilita un ambiente propicio para el desarrollo de la actividad.

El monitor hace la clase amena y divertida.

El monitor consigue mantener mi atención durante la actividad.

■ Interacción con el grupo

1 2 3 4 5

El monitor fomenta la participación de los alumnos activamente.

El monitor procura saber si entendemos y resuelve nuestras dudas.

El monitor manifiesta una actitud receptiva y respetuosa con el alumnado.

■ Actividad realizada

1 2 3 4 5

El contenido de la actividad se ajusta a los objetivos del Programa

El contenido de la actividad es ameno y divertido.

Esta actividad es útil e interesante, y me aporta nuevos conocimientos.

■ Valoración de la actividad en su conjunto

1 2 3 4 5

Valoración global de la actividad.

■ Comentarios que ayuden al profesor a mejorar el desarrollo de esta actividad

.....
.....
.....
.....