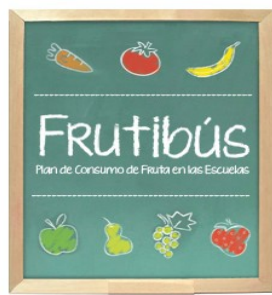


# CRECIENDO EN SALUD

*LÍNEA DE INTERVENCIÓN ESTILOS DE VIDA SALUDABLE*

**PLAN ESCOLAR DE CONSUMO DE FRUTAS Y  
HORTALIZAS**

## MANUAL FRUTIBÚS





## FRUTIBÚS

### Antecedentes

La Ruta de la Fruta “Frutibús” es una medida de acompañamiento dentro del recurso Plan Escolar de Consumo de Frutas y Hortalizas para el desarrollo de la Línea de Intervención “Estilos de Vida Saludable” del programa para la promoción de Hábitos de Vida Saludable, Creciendo en Salud.

La Consejería de Agricultura, Ganadería, Pesca y Desarrollo Sostenible en colaboración con la Consejería de Educación y Deporte y la Consejería de Salud y Familias pone en marcha esta ludoteca itinerante utilizando un autobús, “EL FRUTIBÚS”, especialmente adaptado y equipado para la realización de una serie de juegos y actividades relacionadas con las frutas y hortalizas.

### Principales Objetivos

- Conocer los beneficios de las frutas y hortalizas dentro de una dieta equilibrada y aplicar los patrones a la vida cotidiana.
- Transmitir al alumnado hábitos de vida saludable a través de actividades y juegos didácticos para que en un futuro puedan prevenir enfermedades.

### Requisitos de espacio

Los requisitos de espacio para el acceso y emplazamiento del autobús son de **13m de largo por 3m de ancho y 3,90m de alto.**

Una vez estacionado, el autobús ocupa una superficie aproximada de **13m de largo** y su anchura con los flancos desplegados es de **4,95m** (plataformas neumáticas que se despliegan lateralmente).

Para la instalación del juego-gymkhana es aconsejable contar con una superficie aproximada de **15m<sup>2</sup>.**

Ambas superficies deberán estar niveladas.

También es aconsejable disponer de una **fuerza de alimentación eléctrica cercana.**

### Actividades

**En cada centro podrán participar un máximo de 4 grupos de entre 25 y 29 alumnos y alumnas, preferiblemente de 3º y 4º de educación primaria.**

Cada grupo realizará 4 juegos dentro del Frutibús y otro fuera, en el patio o en un espacio cerrado.

En el caso de tener incidencias con la climatología hay preparado un juego de reserva para realizarlo dentro del Frutibús.



Se estima que la distribución del tiempo rondará los 40 minutos para los juegos interiores y 20 minutos para la actividad en el exterior, en total, 60 minutos por grupo.

Participan en esta actividad personal especializado que será el encargado de realizar las acciones con los niños y las niñas.

Se organizarán grupos de trabajo de una media de 5 componentes, cada uno de los cuales lucirá un peto identificativo de distintos colores, e irán rotando para que todos participen de todos los juegos, excepto en el juego exterior que se desarrollará con toda la clase simultáneamente.

## **a) Juegos que se realizan en el interior del Frutibús.**

De los seis juegos que se exponen a continuación, se realizarán cuatro según disponibilidad de la organización:

### 1. El frutero de Andalucía.

Esta actividad cuenta con un vídeo interactivo donde se realizan preguntas sobre frutas y hortalizas de nuestra región y el alumnado responderá eligiendo las respuestas correctas cogiendo las frutas y verduras de grandes dimensiones de unos recipientes adaptados para ello.

Las preguntas son muy variadas, todas ellas relacionadas con una alimentación saludable y la aportación de los nutrientes de estos alimentos para nuestra salud.

### 2. Twister de la fruta.

Un divertido juego donde se realiza ejercicio físico mientras aprenden a identificar las diferentes frutas y hortalizas. Se desarrollará en una loneta de suelo adaptada y con un panel rotatorio de madera.

### 3. El recetario de Andalucía.

Deberán realizar brochetas con diferentes alimentos según las indicaciones facilitadas a través de un vídeo en la pantalla de plasma del autobús. Se irán aportando pistas para que los niños y las niñas se den cuenta si están realizando las brochetas correctamente o tienen que modificarlas.

### 4. ¿Quién es quién de las frutas y hortalizas?

En este divertido y dinámico juego tendrán que responder a preguntas que irán leyendo en una pantalla de plasma para que puedan contestar con unos mandos fijos instalados en el autobús.

### 5. El puzzle de los Fruticonsejos.

Este juego consiste en completar un puzzle de 48 piezas, lo que permitirá descubrir una imagen formada por frutas y consejos relacionados con su consumo.

### 6. Más fruta – Más energía.

Con esta actividad se muestra una presentación interactiva en la que se reproducen varios vídeos y se hacen preguntas relacionadas con frutas y hortalizas.

**b) Juego que se realiza fuera del Frutibús: Gymkhana de la ruta de la fruta**

Todo el grupo de alumnos y alumnas realizará un recorrido para recoger el mayor número de frutas y hortalizas.

Se dividen en grupos de 5 o 6 componentes en función de los colores de sus petos y esperan las indicaciones del profesional Nutricionista.

El recorrido estará delimitado por unos conos de colores y unas banderolas indicativas para que los participantes recolecten gran cantidad de frutas y verduras. Para ello cuentan con un carrito de la compra y las tendrán que depositar en un cesto.

Superará la prueba el grupo que recoja el mayor número de unidades.

**Datos de contacto de la persona responsable de la organización**

Si su centro se encuentra entre los beneficiarios, la persona responsable de la organización de la **Ruta de la Fruta: Frutibús**, a lo largo del curso escolar 2018/19, contactará previo a la visita para asesorarle en la puesta en marcha y desarrollo de la actividad.

**Los datos de contacto de la organización son:**

María Fernández  
[maria@silman.es](mailto:maria@silman.es)  
 Tf. 981638386

Página web donde se irán publicando los centros que se van a visitar: [www.frutibus.silman.es](http://www.frutibus.silman.es)

