

**PROGRAMA ESCOLAR DE
CONSUMO DE FRUTAS,
HORTALIZAS Y LECHE**

COORDINADOR/A: ANA ISABEL HURTADO GÓMEZ



CEIP "LOS LLANOS"
ÁLORA—MÁLAGA
CÓDIGO CENTRO: 29000785

ÍNDICE	PÁGINA
1. SITUACIÓN ACTUAL DEL PLAN O PROGRAMA.	3
2. PARTICIPANTES	3
3. OBJETIVOS ESPECÍFICOS PARA EL CURSO ESCOLAR.	4
4. ESTRATEGIAS DE INTEGRACIÓN CURRICULAR.	4
5. CONTENIDOS QUE SE ABORDARÁN.	6
6. ACTIVIDADES QUE SE REALIZARÁN.	7
7. RECURSOS EDUCATIVOS.	7
8. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS PARA LA COMUNICACIÓN Y DIFUSIÓN DE LAS ACTUACIONES PREVISTAS EN EL MARCO DEL PROGRAMA.	7
9. FORMACIÓN ESPECÍFICA	8
10. SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN. MEDIDAS, PROCEDIMIENTOS E INDICADORES PARA EL SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN DEL PLAN DE ACTUACIÓN/PLAN DE ACCIÓN.	8



CEIP "LOS LLANOS"
ÁLORA—MÁLAGA
CÓDIGO CENTRO: 29000785

1. SITUACIÓN ACTUAL DEL PLAN O PROGRAMA.

CEIP *Los Llanos* participa nuevamente en el Programa Escolar de Consumo de Frutas, Hortalizas y Leche, una iniciativa de la Junta de Andalucía cofinanciada por la Unión Europea.

Su finalidad es fomentar el consumo habitual de frutas, hortalizas y leche entre el alumnado, dentro de una estrategia global para promover hábitos de vida saludable y sostenible.

En cursos anteriores, el programa ha tenido una buena acogida en el centro, especialmente entre el alumnado de los primeros cursos de Primaria. Sin embargo, se observa la necesidad de reforzar la continuidad del hábito en casa y de vincular las degustaciones con actividades educativas complementarias. El programa se integra en el Plan de Creciendo en Salud y en el Proyecto Ecoescuela, contribuyendo también a los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), especialmente el ODS 3 (Salud y bienestar) y ODS 12 (Producción y consumo responsables).

2. PARTICIPANTES

- **Alumnado:** Todo el alumnado de Educación Infantil y Primaria.
- **Profesorado:** Tutores/as, especialistas de Educación Física y Ciencias Naturales, profesorado de comedor y coordinación de Creciendo en Salud.
- **Familias:** Participación en actividades de sensibilización, desayunos saludables y difusión de buenas prácticas.



CEIP "LOSLANOS"
ÁLORA—MÁLAGA
CÓDIGO CENTRO: 29000785

• **Colaboradores externos:**

- Consejería de Agricultura, Pesca, Agua y Desarrollo Rural (Junta de Andalucía).
- Consejería de Educación y Desarrollo Educativo.
- AMPA del centro.
- Empresas distribuidoras del programa.

3. OBJETIVOS ESPECÍFICOS PARA EL CURSO ESCOLAR.

1. Fomentar el consumo regular de frutas, hortalizas y leche entre el alumnado.
2. Desarrollar actitudes positivas hacia una alimentación saludable y sostenible.
3. Promover la participación activa del alumnado y las familias en la mejora de sus hábitos alimentarios.
4. Integrar la educación alimentaria en las distintas áreas del currículo.
5. Favorecer el conocimiento de los productos locales, de temporada y del entorno andaluz.
6. Contribuir a los objetivos del programa *Creciendo en Salud* y de la *Estrategia NAOS*.

4. ESTRATEGIAS DE INTEGRACIÓN CURRICULAR.



CEIP "LOS LLANOS"
ÁLORA—MÁLAGA
CÓDIGO CENTRO: 29000785

ACCIÓN Y EVIDENCIA	OBJETIVOS	METODOLOGÍA	RECURSOS NECESARIOS	TEMPORALIZACIÓN
Degustaciones de frutas, hortalizas y leche.	Introducir y normalizar su consumo diario.	Aprendizaje vivencial, hábitos saludables.	Productos distribuidos por el programa.	Según calendario oficial del programa.
Concurso "Desayunos saludables"	Sustituir alimentos ultraprocesados por fruta y leche.	Trabajo cooperativo y rutinas de aula.	Colaboración familiar.	A lo largo del curso (Halloween, Navidad, Pascua,...)
Registro semanal del consumo de fruta mediante el "Frutómetro" del aula.	Reconocer la importancia de una alimentación equilibrada y fomentar el consumo diario de fruta.	Aprendizaje basado en la acción, observación directa y rutinas diarias.	Panel del Frutómetro, pegatinas, carteles, fichas de registro. Colaboración familiar.	Todo el curso escolar.
Día Mundial de las frutas y verduras (16 de octubre).	Relacionar salud, alimentación y sostenibilidad.	Actividades globalizadas y debates.	Recursos digitales y murales.	Primer trimestre (16 de octubre)
Castañada	Consumo saludable de frutos secos.	Aprendizaje vivencial, hábitos saludables.	Colaboración familia-escuela.	Primer trimestre (7 de noviembre)



Desayuno andaluz	Identificar los alimentos representativos del desayuno andaluz y comprender su significado cultural.	Aprendizaje vivencial, hábitos saludables. Relación con patrimonio cultural.	Colaboración familia-escuela.	Segundo trimestre (día de Andalucía).
Día de la Leche	Relacionar salud, alimentación y sostenibilidad.	Actividades globalizadas y debates.	Recursos digitales y murales.	Tercer trimestre (1 de junio)
Actividades relacionadas con el cuidado de nuestro huerto escolar	Conocer el proceso de producción agrícola.	Aprendizaje por proyectos.	Material de huerto escolar y audiovisual.	Todo el curso escolar.

5. CONTENIDOS QUE SE ABORDARÁN

- Alimentación equilibrada y grupos de alimentos.
- Beneficios del consumo de frutas, hortalizas y leche en nuestra salud.
- Producción sostenible y consumo responsable.
- Hábitos de higiene alimentaria.
- Dieta mediterránea como patrimonio cultural andaluz.
- Relación entre alimentación y salud.



CEIP "LOS LLANOS"
ÁLORA—MÁLAGA
CÓDIGO CENTRO: 29000785

6. ACTIVIDADES QUE SE REALIZARÁN.

- Distribución y degustación de frutas, hortalizas y leche en el aula.
- Elaboración de Frutómetro a nivel de aula.
- Concursos de carteles y eslóganes saludables.
- Visionado de vídeos educativos ("Andalucía se cuida", "Creciendo en Salud").
- Desayunos saludables por ciclos.
- Participación en Día de las Frutas y Verduras y en el Día de la Leche.
- Actividades en el huerto escolar (siembra y recolección)

7. RECURSOS EDUCATIVOS.

- Materiales distribuidos por el programa oficial.
- Recursos didácticos de la Junta de Andalucía (*Creciendo en Salud*, *EducaAnd*).
- Material del huerto escolar.
- Recursos digitales (vídeos, fichas interactivas, blogs).
- Colaboración con AMPA y comedor escolar.

8. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS PARA LA COMUNICACIÓN Y DIFUSIÓN DE LAS ACTUACIONES PREVISTAS EN EL MARCO DEL PROGRAMA

- Difusión en la web y redes sociales del centro.
- Información a las familias mediante iPasen y circulares.
- Cartelería en espacios comunes.
- Publicación de actividades en el tablón del Plan de Salud.
- Coordinación con los programas: *Creciendo en Salud*, *Ecoescuela*, *Plan de Igualdad*.



CEIP "LOSLANOS"
ÁLORA—MÁLAGA
CÓDIGO CENTRO: 29000785

9. FORMACIÓN ESPECÍFICA

- Actualización del profesorado en educación alimentaria a través de formación en centros.
- Revisión de guías y recursos del programa oficial de la Junta.
- Intercambio de experiencias con otros centros del municipio o del CEP.

10. SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN. MEDIDAS, PROCEDIMIENTOS E INDICADORES PARA EL SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN DEL PLAN DE ACTUACIÓN/PLAN DE ACCIÓN.

Indicadores:

- Participación del alumnado en degustaciones y talleres.
- Incremento del consumo de frutas en desayunos y meriendas.
- Implicación de familias y profesorado.
- Integración curricular en distintas áreas.
- Valoración final del programa por parte del profesorado coordinador.

Instrumentos:

- Observación directa.
- Registro fotográfico y diario de aula.
- Cuestionarios al alumnado y familias.
- Memoria final del programa.

Conclusión esperada:

El Programa Escolar de Consumo de Frutas, Hortalizas y Leche reforzará los hábitos



CEIP "LOSLLANOS"
ÁLORA—MÁLAGA
CÓDIGO CENTRO: 29000785

saludables del alumnado y su compromiso con la sostenibilidad, en coherencia con las líneas prioritarias de la Junta de Andalucía y el currículo andaluz.