

CONSUMO DE FRUTAS Y VERDURAS EN NIÑOS EN ETAPA PREESCOLAR

Paola A. Guerrero Arango
Diseño de Comunicación Visual
Asesor: Adriana Gastaldi


Jardín Infantil
CAROLINA

OBJETIVO GENERAL

Diseñar una estrategia interactiva para orientar a los niños en etapa preescolar al consumo de frutas y verduras en el Jardín Infantil Carolina de la Cuidad de Cali.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Analizar los principales hábitos alimenticios en niños en edad preescolares.
2. Identificar los factores que influyen en el comportamiento de los niños con relación a la comida y su escogencia.
3. Generar por medio de la motivación, la estimulación y de las experiencias emocionales una herramienta que aumente el consumo de frutas y hortalizas en niños en etapa de preescolar.

JUSTIFICACIÓN



NECESIDAD



En la investigación local realizada en el jardín infantil con entrevistas a docentes y observaciones directas a los niños, encuestas a los padres se detecto que lo niños tiene un consumo por debajo de lo requerido en frutas y verduras.

AUDIENCIA



Este proyecto va dirigido a los docentes, padres de familia y estudiantes de 3 a 5 años de preescolar y las pruebas de usuario se realizaron con el Jardín Carolina de Santiago de Cali.

BENCHMARKING

Nacionales

Fundación chukuwata it's time

BIENESTAR FAMILIAR

UNIDOS POR NIÑOS SALUDABLES®

Fundación DINOS

Internacionales

123 SESAME STREET

Frutas y hortalizas frescas 5 al día

FRUITES I HORTALISSES 5 AL DIA PER A UNA BONA SALUT

5 al día

BENCHMARKING

VARIABLES

Audiencia

¿Cómo motivan si audiencia?

¿Cada cuanto realizan talleres?

¿Involucran a las instituciones educativas?

¿Involucran a los padres de familia?

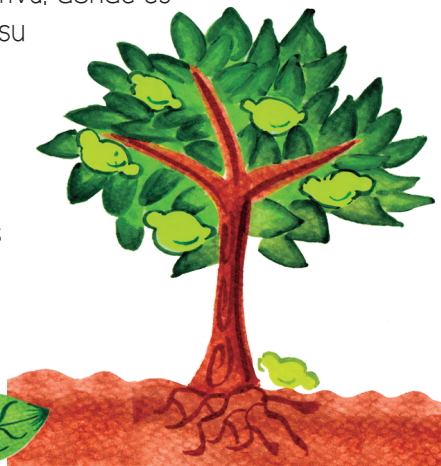
¿Qué herramientas gráficas o físicas utilizan?

ESTADO DEL ARTE

1. Los padres de familia, docentes y en general cuidadores de los niños de edad preescolar son parte fundamental para que estos consuman frutas y verduras.
Espinola, V. Brunner, M.(2014) Alimentación saludable en la escuela.

2. La importancia de aplicación de la metodología Pedagogía Activa, donde es parte fundamental el interés del niño como parte fundamental en su aprendizaje.
Galvez, E. (2015). Metodología Activa Favorece los aprendizajes.

3. La utilización de la Ludomática como herramienta de diseño, que permite que este se convierta en uno de los canales eficaces de comunicación con los niños.
Gomez,G.E.(1999). Ludomatica: Diseño Gráfico para Ambientes Educativos Lúdicos, Creativos, Colaborativos e Interactivos.



METODOLOGÍA

Diseño basado en los usuarios y metodología de Bruce Archer

FASE 1 ANALÍTICA

Reconocimiento del problema
Identifico con quien voy a hablar
Identifico los métodos de investigación

FASE 2 CREATIVA

Interpretación de los datos
Identifico patrones para formalizar la idea
Lluvia de ideas
Escongencia de ideas
Bocetanción

FASE 3 EJECUTIVA

Ajustes de la idea final
Aprobación del producto
Prueba piloto en el Jardín Infantil Carolina
Correcciones del producto

FASE 4 ENTREGA

PROPUESTA

La estrategia tiene como eje articulador un kit de actividades para ser realizada en la semana saludable del jardín infantil, a efectuarse una vez al mes, fecha escogida por la dirección del mismo por padres de familia.



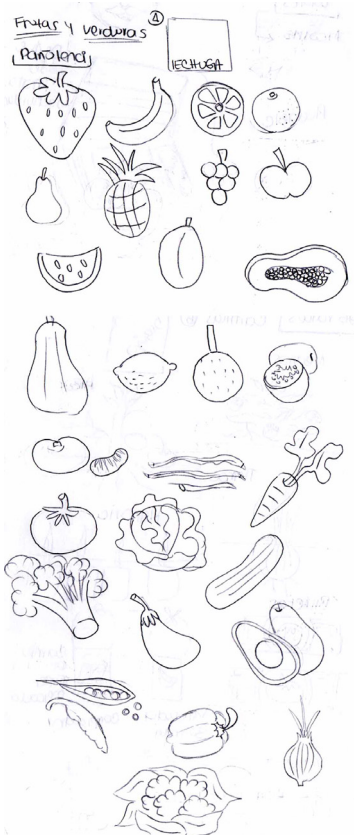
1. CARTILLA DE GUÍA (TU DELI GUÍA)

- Importancia de las frutas
- Tips para motivar al niño al comer frutas y verduras
- Instrucciones de cada actividad

2. ACTIVIDADES

1. Siéntete campesino y aprende de donde nacen las frutas y verduras
2. Brochetas coloridas saludable
3. El tractor y sus vagones saludables
4. Buscando pares saludables
5. Vamos a comprar las frutas y verduras para la deli ensalada

BOCETOS



1. 26 cartillas (14 frutas y 12 verduras)

15cm

11cm

Trama de varios frutas y verduras

Ojancos de madera con hoja de Foamy

→ varias hojas

2.

Pañitos

Frutas decoraciones

Mesa de decorar

Los niños pintan y decoran su delantal

→ Se les muestran las frutas para que los pinten sobre el.

→ con las frutas y verdu ya hechas y hecho.

3. Tapete

Naranja Rojo Amarillo Verde Morado Blanco

100cm

2.40 cm a metros

26 frutas en paño lenci

↳ 10 x 10 cm

- Hacer el paño lenci

4. 15cm x

Cuento de frutas y verduras

26 cartillas de raices

Arbustos

Arbol

Tierra

Dobleclick con ilustraciones.

Salta hablar recoger

Cartilla con rima.

5. 20cm

15cm

→ Vienen 6 del color de arcoiris.

② van a venir con la fruta pintada solo para resaltar la dificultad y que resalva de comprensión.


DELI
HUERTA


SABIAS QUE
DELI RUVER
DELI FRU
ERDURAS
TU DELI GUIA

DELI HUERTA

Intervenciones

TIPOGRAFÍA
TWIDDLESTIX


¡DELI
HUERTA!


¡! DELI
HUERTA !!

¡! DELI
HUERTA !!

¡! DELI
HUERTA !!

¡! DELI
HUERTA !!

¡! DELI
HUERTA !!

¡! DELI
HUERTA !!

TIPOGRÁFICA

TWIDDLESTIX

ABCDEFGHIJKLMNOPQRSTUVWXYZ

1234567890

JollyGood Sans v

ABCDEFGHIJKLMNOPQRSTUVWXYZ

abcdefghijklmnopqrstuvwxyz

1234567890

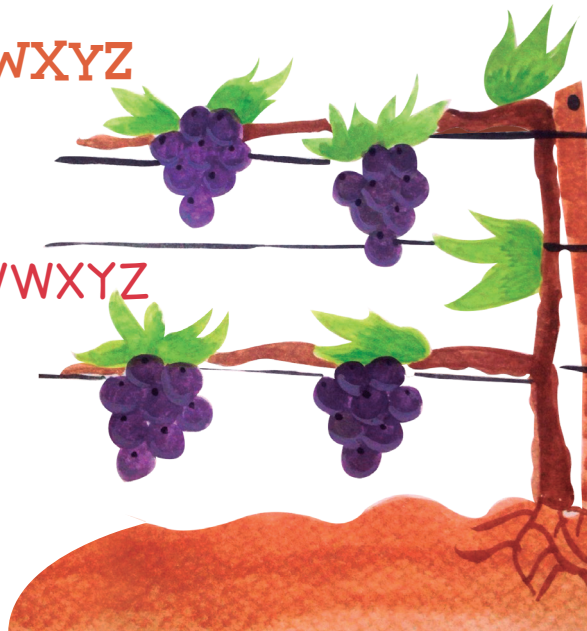


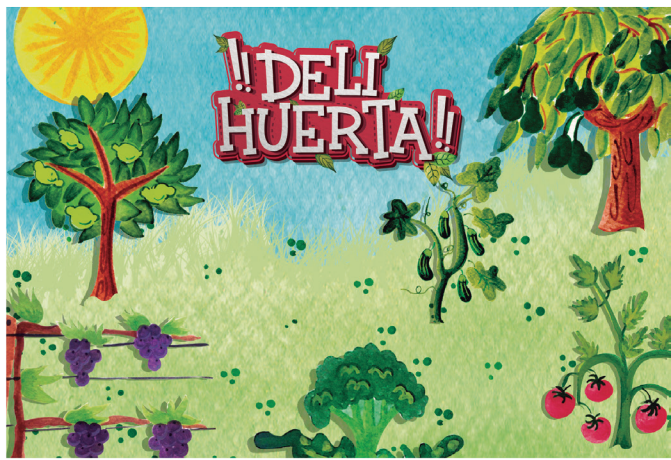
ILUSTRACIÓN PRIMORDIAL



CARTILLA DE INSTRUCCIONES




TU DELI
GUIA


¡! DELI
HUERTA!





¡¡DELI HUERTA!!

CONTENIDO

1. ¿Qué es la DELI HUERTA?
2. Importancia del consumo de frutas y verduras
3. Raciones perfectas de frutas y verduras
4. Tips para motivar el consumo de frutas y verduras en los niños
5. Actividades



PORCIONES ADECUADAS

Frutas



Verduras





¿QUÉ ES LA "DELI HUERTA"?

La "DELI HUERTA" es una estrategia para aumentar y motivar a los niños al consumo de frutas y verduras. Tiene como eje articulador un kit de 5 actividades para ser realizadas en la semana saludable, 1 vez al mes (1 actividad por día), en la fecha y hora escogida por el jardín infantil, y/o por los padres de familia.



MATERIAL DEL KIT

- 1 Libro de instrucciones
- 1 Cuento "Sabias que..."
- Deli Frutas-14 Pares de tarjetas
- Deli Verduras-12 Pares de tarjetas
- Deli Plantas: 26 tarjetas
- Deli herramientas - 6 Hojas de tela para pinchos de madera
  1 Molde del delantal para lo ninos
  6 Collarines con roles (4 compradores y 2 vendedores)
  23 Billetes didácticos
- 1 Tapete de tractor y vagones
- Deli Fruver -26 Frutas y verduras de tela



IMPORTANCIA DE LAS FRUTAS Y VERDURAS

Las frutas al igual que las verduras aportan a nuestra alimentación una gran cantidad de vitaminas, minerales, y fibra, brindando muchos beneficios a la salud de las personas.



TIPS! PARA MOTIVAR EL CONSUMO DE FRUTAS Y VERDURAS

Para motivar a un niño se necesita diversión, lúdica y expericencias emocionales :

- En el supermercado:

Ir con el niño de compras al supermercado.

Motivar el conteo de frutas y verduras mientras las sacan de las bolsas del mercado.

Lograr que identifiquen cada fruta y verdura que se compren.

ACTIVIDADES

Edad: 3- 5 años

Cantidad de niños: 8 a 12 niños por juego.

Estas actividades estimulan la motricidad, la memoria, la imaginación, activan sus sentidos y amplian su conocimiento.

1. SIENTETE CAMPESINO Y APRENDE DE DONDE NACEN LAS FRUTAS Y VERDURAS

1.El día anterior se les informa a los padres la actividad y se les pide que envíen a sus hijos vestidos de campesinos.

2.El día de la actividad se ubican a los niños formando un circulo en un lugar campestre.

3.El adulto encargado inicia la narración del cuento "sabías que..." que viene en el kit.Se le entrega a cada niño una tarjeta con una verdura o fruta dibujada

4. Luego se ponen las tarjetas de las plantas de cada fruta y/o verdura sobre una superficie (mesa, suelo).

5.Se invita al niño a encontrar la planta correspondiente a cada fruta y/o verdura.

TIPS!

- Involucrarlos en la cocina:

Invitar a lavar las frutas o verduras antes de se consumidas.

Lograr que cada niño pruebe 8 veces cada fruta o verdura para sensibilizar su paladar.

Servir platos visualmente creativos, utilizando las fotmas y los colores de las frutas y verduas.



CUENTO


SABÍAS
QUÉ...



Para que nazcan las plantas necesitamos semillas



Luego hacemos un hueco en la tierra



Regamos las semillas con agua



Sembramos las semillas en tierra



Esperamos hasta que nace la planta





Asi nace la Planta de la Cebolla

Asi nace la planta de la Sandia



Asi nace la planta del Banano

Asi nace la planta de la Habichuela

TARJETAS DIDÁCTICAS



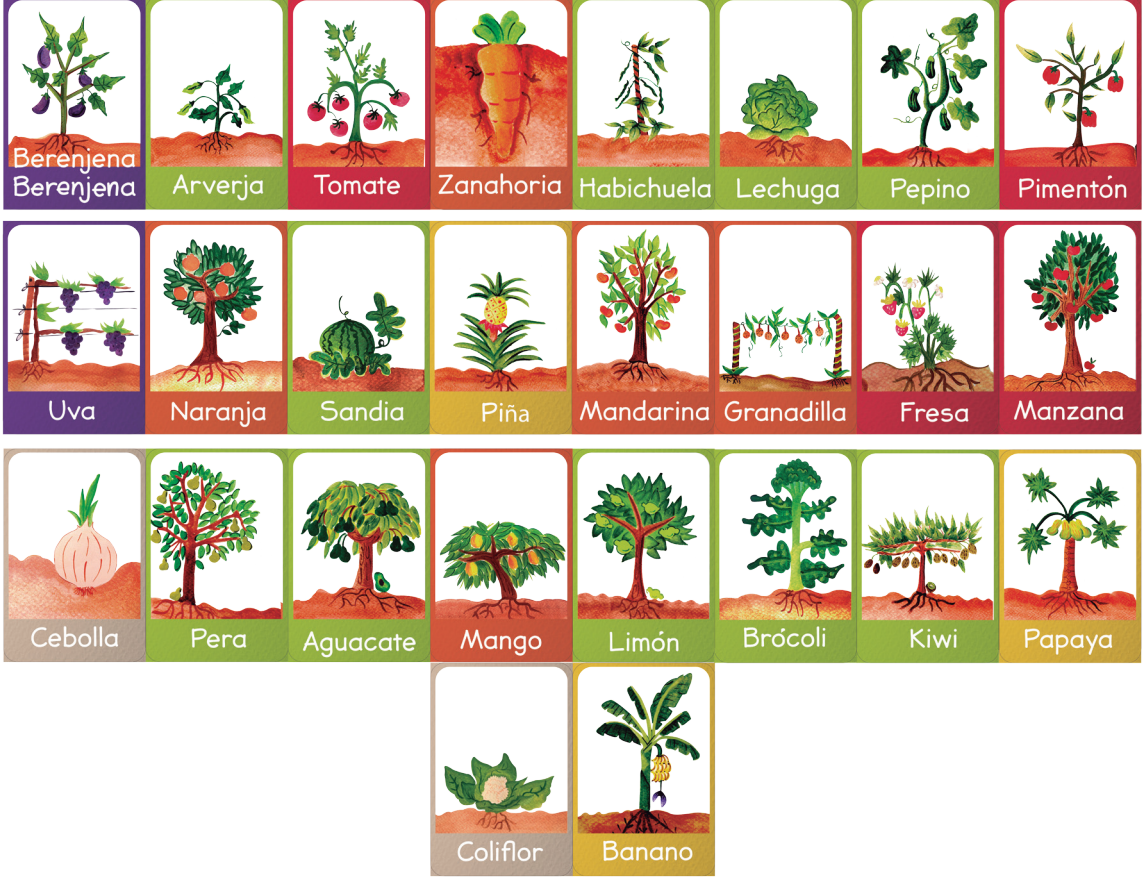




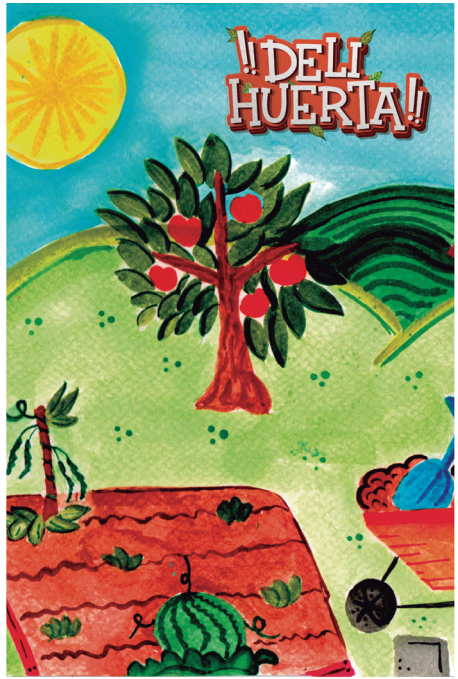
VERDURAS - FRUTAS - PLANTAS


Pimentón
Mango
Uva


Berenjena
Arverja
Tomate
Zanahoria
Pimentón
Pepino
Lechuga
Habichuela
Cebolla
Coliflor
Papaya
Banano
Mandarina
Granadilla
Fresa
Manzana
Cebolla
Pera
Naranja
Aguacate
Mango
Mango
Limón
Kiwi
Uva
Uva
Sandia
Piña
Brócoli


Berenjena
Berenjena
Arverja
Tomate
Zanahoria
Habichuela
Lechuga
Pepino
Pimentón
Uva
Naranja
Sandia
Piña
Mandarina
Granadilla
Fresa
Manzana
Cebolla
Pera
Aguacate
Mango
Limón
Brócoli
Kiwi
Papaya
Coliflor
Banano

PARTE DE ATRÁS DE LAS TARJETAS





1. ACTIVIDAD
PRIMERA PRUEBA PILOTO




Zanahoria


Tomate
Naranja
Pina
Limon
Banano
Uva
Granadilla
Lechuga
Pina


Manzana
Manzana

COLLARES DE ROLES





BILLETES DIDÁCTICOS





2. ACTIVIDAD
SEGUNDA PRUEBA PILOTO

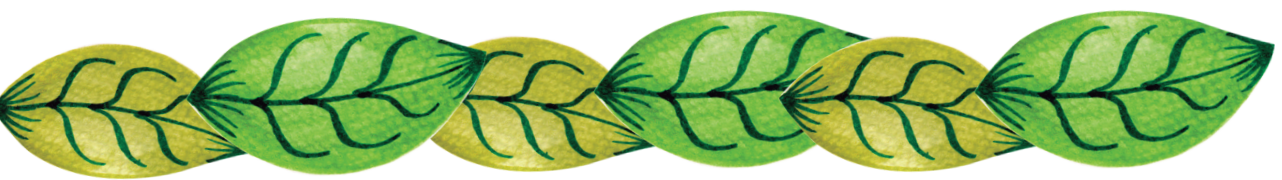

Tomate
Pimentón
Pepino
Coliflor
Berenjena


¿ Quien Vino Hoy ?


Comprador
Vendedor
Vendedor


Bajo el
Vendedor
Tomate
Habichuela
Piña
Papaya


BLANCO
ROJO
NARANJA
AMARILLO
VERDE
MORADO



TAPETE Y FRUTAS DE TELA





3. ACTIVIDAD

TERCERA PRUEBA PILOTO


BLANCO


LANCO
ROJO
NARANJA
AMARILLO


BLANCO



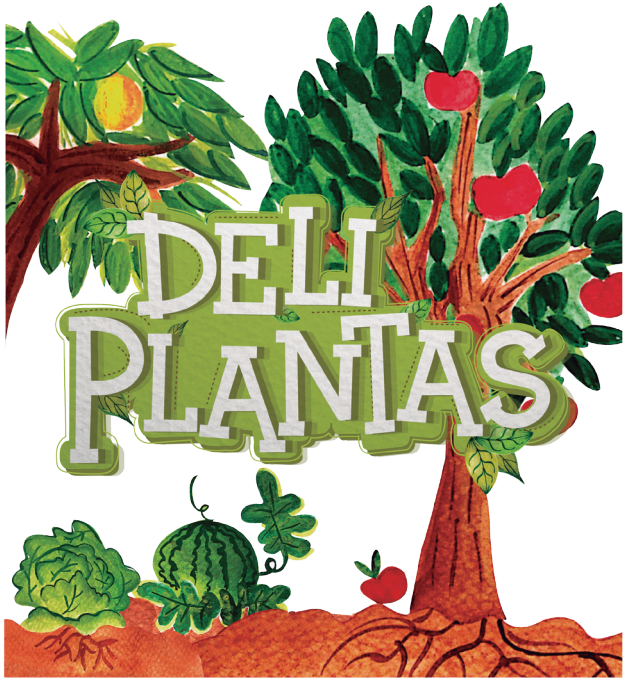


HOJAS PARA PINCHOS DE MADERA Y MOLDE DELANTAL DE V




DELI
HUERTA


DELI
HUERTA



DELI
PLANTAS


DELI
VERDURAS


DELI
FRUTAS


DELI
HERRAMIENTAS


DELI
FRUVER


GRACIAS