**EVALUACIÓN INICIAL**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **FECHA DEL EVENTO DE CAPACITACIÓN** | **DELEGACIÓN REGIONAL** | **MUNICIPIO** | **HORARIO/DURACIÓN** |
|  |  |  |  |

|  |  |
| --- | --- |
| **TEMA (S):** | **Conociendo verduras y frutas, aumentando su consumo** |
| **CAPACITADOR (ES):** |  |
| **ESTRATEGIA DE CAPACITACIÓN:** | PRESENCIAL ( **X**  ) VIDEOCONFERENCIA (  ) |

|  |  |
| --- | --- |
| **Localidad:** |  |
| **Programa:** |  |
| **Nombre de la o el participante:** |  |

|  |
| --- |
| **INSTRUCCIONES DE LLENADO GENERALES:** |
| * Evaluación inicial: Antes de iniciar con el evento de capacitación, por favor en el paréntesis de la derecha (columna de opciones de respuestas) de cada reactivo, anote una ✓ el inciso que responda correctamente a la pregunta. Por favor utilice lapicero. |

|  |
| --- |
| **ESTA PARTE ES REQUISITADA POR EL RESPONSABLE DEL EVENTO DE CAPACITACIÓN** |
| |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | Número de reactivos de la evaluación inicial: | **10** | Valor de cada reactivo: | **1** | Calificación de la evaluación inicial: |  | |

**PLATO DEL BIE**

| **REACTIVO** | **OPCIONES DE RESPUESTA** | | **CUMPLE** | |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **VERDADERO** | **FALSO** |
| **SI** | **NO** |
| 1. ¿Las verduras y frutas son fuente importante de vitaminas, minerales fibra y agua? |  |  |  |  |
| 1. ¿Las vitaminas, son sustancias que los seres humanos no pueden producir por sí mismos y se encuentran en los alimentos como las verduras y frutas, además nos protegen de enfermedades? |  |  |  |  |
| 1. ¿Las manzanas contienen todos los nutrimentos que necesitamos para el organismo? |  |  |  |  |
| 1. ¿Las verduras no contienen minerales como el calcio? |  |  |  |  |
| 1. ¿La fibra aporta volumen a la dieta y ayuda a tratar el estreñimiento? |  |  |  |  |
| 1. ¿Las verduras y frutas solo deben ingerirse en el desayuno? |  |  |  |  |
| 1. Para aprovechar mejor los nutrimentos de las verduras y frutas, ¿se recomienda consumirlas crudas y con cáscara? |  |  |  |  |
| 1. ¿La papa y el elote son verduras? |  |  |  |  |
| 1. ¿Con los huertos pedagógicos y familiares se pueden tener diversas verduras para lograr una dieta variada? |  |  |  |  |
| 1. ¿Puedes aprovechar los frutos regionales y locales para consumir mayor variedad de frutas? |  |  |  |  |

**EVALUACIÓN FINAL**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **FECHA DEL EVENTO DE CAPACITACIÓN** | **DELEGACIÓN REGIONAL** | **MUNICIPIO** | **HORARIO/DURACIÓN** |
|  |  |  |  |

|  |  |
| --- | --- |
| **TEMA (S):** | **Conociendo verduras y frutas, aumentando su consumo** |
| **CAPACITADOR (ES):** |  |
| **ESTRATEGIA DE CAPACITACIÓN:** | PRESENCIAL ( **X**  ) VIDEOCONFERENCIA (  ) |

|  |  |
| --- | --- |
| **Localidad:** |  |
| **Programa:** |  |
| **Nombre de la o el participante:** |  |

|  |
| --- |
| **INSTRUCCIONES DE LLENADO GENERALES:** |
| * Evaluación final: Al finalizar el evento de capacitación, por favor en el paréntesis de la derecha (columna de opciones de respuestas) de cada reactivo, anote una ✓ el inciso que responda correctamente a la pregunta. Por favor utilice lapicero. |

|  |
| --- |
| **ESTA PARTE ES REQUISITADA POR EL RESPONSABLE DEL EVENTO DE CAPACITACIÓN** |
| |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | Número de reactivos de la evaluación inicial: | **10** | Valor de cada reactivo: | **1** | Calificación de la evaluación inicial: |  | |

**PLATO DEL BIE**

| **REACTIVO** | **OPCIONES DE RESPUESTA** | | **CUMPLE** | |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **VERDADERO** | **FALSO** |
| **SI** | **NO** |
| 1. ¿Las verduras y frutas son fuente importante de vitaminas, minerales fibra y agua? |  |  |  |  |
| 1. ¿Las vitaminas, son sustancias que los seres humanos no pueden producir por sí mismos y se encuentran en los alimentos como las verduras y frutas, además nos protegen de enfermedades? |  |  |  |  |
| 1. ¿Las manzanas contienen todos los nutrimentos que necesitamos para el organismo? |  |  |  |  |
| 1. ¿Las verduras no contienen minerales como el calcio? |  |  |  |  |
| 1. ¿La fibra aporta volumen a la dieta y ayuda a tratar el estreñimiento? |  |  |  |  |
| 1. ¿Las verduras y frutas solo deben ingerirse en el desayuno? |  |  |  |  |
| 1. Para aprovechar mejor los nutrimentos de las verduras y frutas, ¿se recomienda consumirlas crudas y con cáscara? |  |  |  |  |
| 1. ¿La papa y el elote son verduras? |  |  |  |  |
| 1. ¿Con los huertos pedagógicos y familiares se pueden tener diversas verduras para lograr una dieta variada? |  |  |  |  |
| 1. ¿Puedes aprovechar los frutos regionales y locales para consumir mayor variedad de frutas? |  |  |  |  |