Asociación de Madres y Padres de Alumnos
C.E.I.P. Bilingüe Lex Flavia Malacitana
FDAPA MÁLAGA
Curso escolar 2003 –2004

Proyecto de cocina en la escuela

"menudas meriendas"

1. Justificación.

Cocinar es una actividad tan completa, atractiva y divertida para los niños que se nos brinda como un valioso recurso educativo. Se trata de una deliciosa manera de favorecer la incorporación de hábitos y conocimientos acerca de la nutrición, la salud y la alimentación.

La temática de un taller de cocina para niños y niñas favorece la interdisciplinariedad permitiendo así trasvasar a la práctica contenidos curriculares de casi todas las materias. Se puede conocer mucho acerca del mundo y de los hombres a través de la comida y las costumbres alimenticias.

Otro aspecto de enorme interés, es la posibilidad de ofrecer una actividad recreativa y formativa familiar ideal para ser compartida entre niño@s, padres/madres, profesor@s, favoreciendo el dialogo, la participación y la ayuda mutua. Se trata de conocer, compartir, investigar y crear a través de los alimentos.

Por último, esta actividad nos permite rentabilizar al máximo todas las posibilidades que nos ofrece nuestra realidad. Daremos un uso didáctico a nuestras instalaciones de comedor escolar y, estableceremos conexión con otra actividad extraescolar que realizamos "el huerto escolar".

2. Objetivos.

- Valorar el trabajo de las personas que nos preparan los alimentos.
- Promover la participación de los niños y las niñas en las tareas del hogar, desterrando el papel de la mujer como única responsable.
- Conocer normas básicas de higiene y seguridad, situaciones de peligro y riesgo en la cocina para prevenir posibles accidentes
- Aplicar los conocimientos adquiridos en áreas curriculares.
- Conocer el uso, aplicación y procedencia de alimentos básicos.
- Proporcionar a niñ@s, padres/madres, profesor@s, una experiencia diferente de encuentro y trabajo compartido.
- Capacitar a niñ@s para situarlos ante la sociedad de consumo como personas críticas y responsables a la hora de tomar decisiones.

3. Contenidos conceptuales.

Área de conocimiento del medio:

- Relación causa-efecto. Transformaciones y cambios físico-químico que sufren los alimentos en el proceso de preparación.

- Procedencia, valor nutricional y propiedades de los alimentos
- El proceso de nutrición.
- Dieta equilibrada.
- Conservación de los alimentos.
- Etiquetado de los productos: alimentos que contienen, conservantes, fechas de envasado, fecha de caducidad, consumir preferentemente...

Área de lenguaje.

- Identificación de la secuencia lógica y/o cronológica de una receta. Vocabulario de términos culinarios: engrasar, aderezar, punto de nieve, al dente, adobar, macerar, amasar, picar, trocear,
- Uso del lenguaje oral y escrito para transmitir una receta.

Área de matemáticas.

- Medida y equivalencia -longitud, capacidad y peso.
- Relaciones de las partes entre sí para formar un todo.
- Cálculo de los ingredientes: peso, volumen, costes...
- Uso de utensilios e instrumentos de medición.

Área de educación artística.

- Cualidades plásticas de los alimentos: colores, formas...
- Sentido estético. Presentación de platos.
- Desarrollo de la motricidad fina: amasar, remover, partir...
- Registro de la información en dibujos, murales, carteles...

4. Actividades.

La actividad central será la elaboración de recetas simples (batidos, postres, cremas, ensaladas...). En torno a esta actividad surgen muchas otras.

Se realizarán a lo largo del curso cuatro fiestas-degustación: Navidad, Día de Andalucía, Semana Santa, Fin de curso. En el patio interior del colegio se expondrán productos típicos de la fiesta elaborados por los alumnos .

5. Metodología.

Seguiremos una metodología totalmente participativa y activa . Al comenzar la preparación de la receta propiamente dicha, el gran grupo (20 a 25 individuos) se dividirá en grupos reducidos (4 a 5 individuos), con un padre/madre monitor al frente . Todos los equipos trabajarán en la misma receta pero de forma independiente.

A cada equipo se le asignará un nombre divertido. Ejemplo: comida quemada, sopa fría, platos sucios, vasos rotos..., esto dará operatividad a los grupos y reforzará el sentimiento de pertenencia de cada niño y niña al mismo.

Los componentes de cada equipo no se agruparán por edades, favoreciendo y despertando así valores de solidaridad, ayuda mutua y compañerismo.

Tras el análisis de tareas que exige cada receta, éstas se distribuirán dentro de cada grupo en función de las edades de sus miembros. Así, se reservará a los más pequeños los trabajos simples (mezclar ingredientes, lavar y pelar frutas y verduras, cortar con las manos, agregar ingredientes, cortar y aplastar alimentos blandos, llenar y medir -con tazas, cucharas, medidores-). Corresponderá a los mayores tareas más complejas o que supongan riesgo por el manejo de aparatos (batir con batidora, abrir latas, usar microondas, usar cuchillos, manejo del horno, medir con precisión...). Estas tareas tendrán especial vigilancia por parte de los monitores.

La última sesión del curso será a puertas abiertas. Los niños servirán una merienda para sus familias y se realizará por parte de los monitores una entrega de diplomas a cada participante.
La culminación final de este taller, dando así al mismo un carácter globalizador, podría ser la aportación de platos, realizados por los niños para su venta en la fiesta fin de curso, destinando la recaudación a sufragar gastos del viaje fin de estudios.

Desarrollo de una sesión:

1º.- Lectura colectiva detenida de normas generales de higiene y consejos en las tareas de cocina.

2º.- Lectura colectiva de la receta que vamos a elaborar. Usaremos técnicas sencillas para el registro, la organización y la comunicación de la información de forma clara y secuenciada.

4º.- Elaboración de la receta .

5º.- En la elaboración de platos que precisen tiempos de espera: horno, cocción, fermentación ...; aprovecharemos éstos para anotar las recetas. Los más pequeños, realizarán murales con recortes , dibujos, etiquetas...

6º.-Toque final al plato, decoración.

7º.- Degustación y reparto de porciones en fiambreras individuales para llevar a casa y compartir con la familia.

8º.- Limpieza y recogida de los materiales de trabajo.

9º.- Elaboración colectiva de lista de la compra para la receta siguiente.

6. Recursos humanos y materiales.

- Humanos: son los propios padres/madres , las personas que estarán al frente de la actividad, siendo este hecho uno de los valores fundamentales que destacamos del proyecto.
- Materiales: Espacio físico e instalaciones: comedor escolar del centro. Alimenticios, limpieza y papelería .

7. Temporalización.

Las sesiones se desarrollaran a lo largo del curso escolar con periodicidad quincenal, los lunes/tarde. Cada sesión durará 1'5 h .

8. Evaluación.

- Grado de consecución de los objetivos planteados.
- Valoración de la metodología empleada .
- Se evaluará a los alumnos en función de los trabajos realizados, nivel de participación, integración en los grupos de trabajo, interés, y observación a lo largo del desarrollo del proyecto.
- Se evaluará así mismo la opinión de los alumnos acerca del proyecto.