

## "Eu cociño ti cociñas" alimentación saludable y currículo

Écrit par María Piedad Avello  
Dimanche, 17 Février 2013 23:39

---



Educación Infantil



Interdisciplinar



María Salgado Somoza  
R. M<sup>a</sup> Pilar Rivas Antelo



Esta experiencia nos muestra una nueva forma de aprender en la que no sólo el alumnado se dedica a aprender de forma descontextualizada diferentes destrezas y contenidos, sino que a través de los alimentos y las elaboración de recetas se desarrollan los distintos aspectos del currículo. Los niños y niñas comprenden y aplican lo que aprenden y todas las actividades que realizan contribuyen a la consecución de las competencias básicas.

Sin duda la valoración que hacemos del uso que se hace de las TIC, la web 2.0, el planteamiento metodológico y de la estructuración de este proyecto ["Eu cociño ti cociñas"](#) es muy positiva.

Al final del artículo aparece una larga lista de los reconocimientos que varios programas de televisión, periódicos y grandes cocineros han hecho a este proyecto. Se incluyen bajo el epígrafe de "agradecimientos" lo que deja claro la generosidad del profesorado responsable del mismo.

Nuestras felicitaciones a toda la comunidad educativa del [CEIP Sigüeiro de Oroso](#) (A Coruña) y muy especialmente a las maestras responsables de esta Buena PráctiCa, que nos lo cuentan así:

"A menudo el currículo de Infantil se centra en la realización de actividades impresas, que en muchas ocasiones están descontextualizadas del mundo real que rodea a los niños/as.

## "Eu cociño ti cociñas" alimentación saludable y currículo

Écrit par María Piedad Avello

Dimanche, 17 Février 2013 23:39

---

Eu cociño, ti cociñas? es a una propuesta metodológica llevada a cabo en un aula del 2º ciclo de Educación Infantil, donde la alimentación, y en particular la saludable, es el medio para trabajar los diferentes aspectos del currículo, y los alimentos son un medio y un recurso fundamental para trabajar pilares básicos de esta. Creamos un blog como instrumento de comunicación y divulgación con las familias, entorno y todo aquel que este interesado/a. A diario subimos lo que ocurre en el aula mediante texto, vídeos y/o fotos y gestionamos (también los alumnos/as) los comentarios.

La alimentación es un tema fundamental a lo largo de la vida de las personas, y concretamente en la infancia donde es imprescindible una dieta rica y equilibrada, para prevenir problemas relacionados con la alimentación en la edad adulta, tan comunes hoy en día como, por ejemplo, las caries por abuso de gominolas, la obesidad adulta por consumo de grasas o la anorexia en la adolescencia.

Desde el colegio y en colaboración con las familias, podemos y debemos mejorar los hábitos alimenticios en la infancia.

### *Metodología*

La base científica en la que se apoya Eu cociño, ti cociñas? es el constructivismo, por su proximidad a las características y formas de aprender de nuestros/as alumnos/as.

Nos apoyamos en los siguientes principios:

- Actividad: el niño/a participa activamente.
- Interacción: con el medio físico y social.
- Aprendizaje significativo: partir de lo que los niños/as ya saben.
- Globalización: un proceso global de acercamiento del individuo a la realidad.

Señalamos la relación familia-escuela como esencial en el día a día y destacamos que sin ellas *"nada hubiese sido igual"*.

## "Eu cociño ti cociñas" alimentación saludable y currículo

Écrit par María Piedad Avello

Dimanche, 17 Février 2013 23:39

---

Las familias de nuestro alumnado pertenecen a un nivel socioeconómico medio, están muy interesadas en el proceso de enseñanza-aprendizaje de sus hijos y participan a diario con entusiasmo en todo lo que se propone (a través de notas, del blog o de transmisión oral) y con iniciativa propia en muchas ocasiones (en el blog a través de comentarios y su seguimiento, vídeo-llamadas, intervenciones en el aula, aportaciones de: elementos, alimentos, cuentos, vídeos,... )

### *Objetivo*

El objetivo fundamental de esta propuesta es:

- Disfrutar y desarrollar con/las competencias básicas.

Es decir, disfrutar en el proceso de enseñanza-aprendizaje de los conocimientos, actitudes y habilidades establecidas en el currículo de Educación Infantil, llegándolos a interiorizar y poniéndolos en práctica en contextos y situaciones diversas.

### *Actividades*

Las actividades que proponemos están divididas fundamentalmente en los siguientes bloques:

- Recogida, escucha y/o transmisión de información

Recopilación y creación de cuentos, adivinanzas, poesías e imágenes. Con los seleccionados se transcriben y realizan diferentes tipos de actividades como son entre otras lectura, dramatizaciones, juegos de adivinanzas a través de vídeo-llamadas, ilustraciones, búsqueda en google, escucha de audiciones...

# "Eu cociño ti cociñas" alimentación saludable y currículo

Écrit par María Piedad Avello  
Dimanche, 17 Février 2013 23:39

e un alimento  
e sabe moe  
leem e ten  
unha zoto  
que e ?



**ADIVIÑA?**

por fora e de color marrom  
por dentro e de color alaranxado  
ie moi saoroso  
que e ?



**FROITA**

FROITA MOBOSA  
FROITA GRASOSA  
FROITA PEQUEÑA  
FROITA MARRÓN  
FROITA VERDE  
FROITA VERMELLA  
FROITA AMARILLA  
FROITA ALBA  
FROITA VERDE  
FROITA VERMELLA  
FROITA ALBA



**FRUTA VERDE**

Desde unha casa no Alameda de San Marcos, un grupo de catro alumnos



Meus meus, sabedes a que se refire?

Como se refire a este grupo de alumnos?



aportan a historia de San Marcos e os seus habitantes e os seus costumes e tradicións

Que sabemos do grupo?

- San Marcos é un grupo de catro alumnos de San Marcos e Paredes.
- San Marcos é un grupo de catro alumnos de San Marcos e Paredes.
- San Marcos é un grupo de catro alumnos de San Marcos e Paredes.
- San Marcos é un grupo de catro alumnos de San Marcos e Paredes.




**Linda da compra**

1 Kilo de calamares da ría  
cortados en aneis  
2 Kilos de patatas de Verín ou  
Viana




**NOTICIA: AS AELAS**

Exhibimos que son requenax e que son un ingrediente  
diante da nosa  
redaccións marluzas  
data de publicación  
9-2-2012

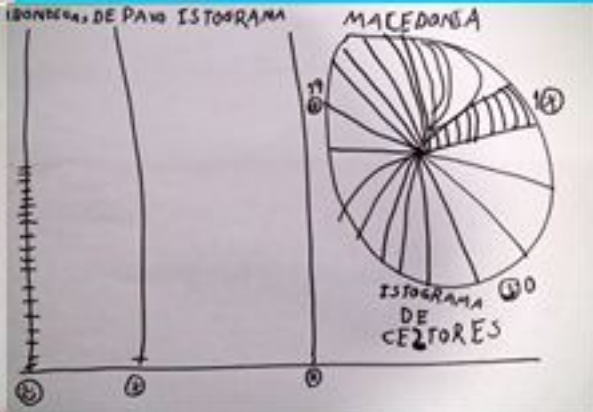



# "Eu cociño ti cociñas" alimentación saludable y currículo

Écrit par María Piedad Avello  
 Dimanche, 17 Février 2013 23:39



MOJO TROG CRE EMS AVE ME DE 29  
 A LICA DE LEILA E COMO UN  
 LA PIZ E UNA GOMA



Bananas e Platanos  
 Registro pero

|| = |  
 2 Platanos = 1 Banana

△ ||| > ||||  
 3 Bananas = 4 Platanos





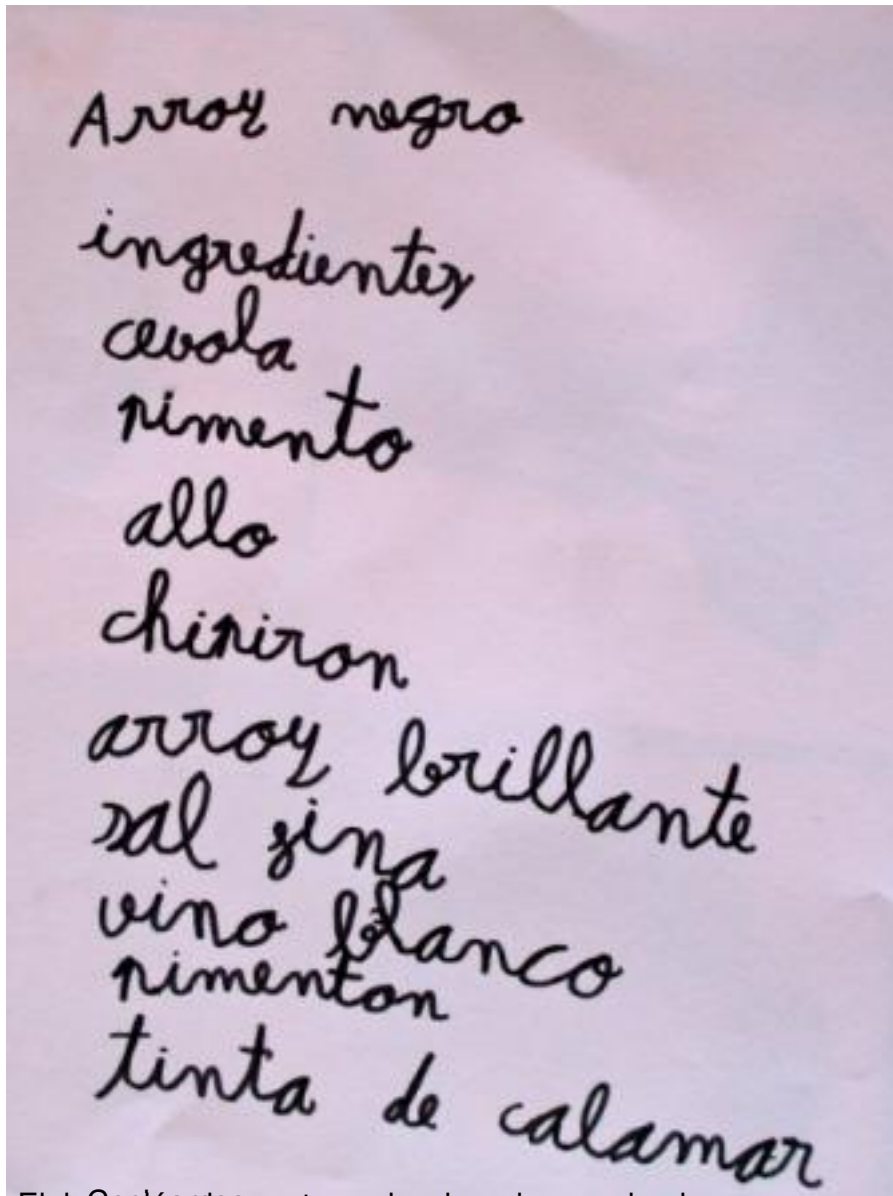
# "Eu cociño ti cociñas" alimentación saludable y currículo

Écrit par María Piedad Avello  
Dimanche, 17 Février 2013 23:39



Este documento es una copia de un documento original que se encuentra en el archivo de imágenes de la carpeta de este proyecto (en el subproyecto de este proyecto) o

ARROZ NEGRO  
PROCE SO  
1 LABAR AS MANANS  
2 POÑER OS MANOILS E OXO  
3 POTER OS MAN DILS  
4 PICAR OS INGREDIENTES  
5 BOTAR OARROZ  
6 BOTAR A AUGA  
7 BOTAR CEBOLA  
8 BOTAR PE MENTO



Elaboración de recetas seleccionadas en el aula.



# "Eu cociño ti cociñas" alimentación saludable y currículo

Écrit par María Piedad Avello  
Dimanche, 17 Février 2013 23:39



programa de las cocinas? Este de los niños/as se elabora un



# "Eu cociño ti cociñas" alimentación saludable y currículo

Écrit par María Piedad Avello  
Dimanche, 17 Février 2013 23:39

---



~~Estos son los ingredientes de la receta de la crema de calabaza que voy a preparar en el día~~



# "Eu cociño ti cociñas" alimentación saludable y currículo

Écrit par María Piedad Avello  
Dimanche, 17 Février 2013 23:39

---



Comparto este artículo en colaboración con el blog de la Red de Alimentación Saludable de Galicia, un espacio de intercambio de experiencias y conocimientos en el ámbito de la alimentación saludable. El artículo se encuentra en el blog de la Red de Alimentación Saludable de Galicia, un espacio de intercambio de experiencias y conocimientos en el ámbito de la alimentación saludable. El artículo se encuentra en el blog de la Red de Alimentación Saludable de Galicia, un espacio de intercambio de experiencias y conocimientos en el ámbito de la alimentación saludable.