

ACTIVITAT DE CUINA

<https://escoles.fundesplai.org/blog/menjador-escolar/cuina-de-tardor-amb-els-infants/>

TÍTOL: COPA DE TARDOR	
NºPARTICIPANTS: 5 EDAT: 14-19 anys	DURADA: 1 hora
OBJECTIUS: ● Afavoreix l'adquisició d'hàbits gastronòmics saludables. ● Coneix els aliments i com es preparen. ● Estimula tots els sentits. ● Ajuda a desenvolupar la psicomotricitat fina tot manipulant els aliments. ● Desenvolupa processos lògics i matemàtics (seqüències, associació, classificació, barreja i separació). ● Estimula la memòria, la concentració, l'alfabetització i la capacitat de ser metòdics. ● Afavoreix la socialització. ● Potencia l'autoestima i l'actitud positiva, ja que en acabar la recepta tindran una gran sensació d'èxit, només pel fet d'arribar fins al final. ● Utilitza productes de temporada.	

ESPAI: Aula 6-7-8

MATERIAL: 1 cullera sopera, 5 culleretes, 1 bol, 1 ganivet, 1 plat, 5 vasos i els ingredients.

INGREDIENTS PER AULA:

- 1 mandarina
- ½ magrana
- 1 iogurt grec
- 3-4 fulles de menta fresca.
- 1 culleradeta de mel

DESENVOLUPAMENT:

- Pelar i desgranar mitja magrana i una mandarina en un bol.
- Afegir el iogurt grec
- Regar-ho amb un rajolí de mel
- Guarnir-ho amb les fulles de menta fresca.
- Barrejar tots els ingredients.
- Servir-ho en 5 gots.

AVALUACIÓ:

- Valorarem si tots els joves participen de l'activitat.
- Valorarem si els joves més autònoms manipulen sols els ingredients.
- Valorarem si els joves amb més dificultats per estar quiets poden estar asseguts fent una part de l'activitat.
- Valorarem si els joves amb més dependència miren i toquen els ingredients.
- Valorarem si els joves s'han relacionat entre ells.

OBSERVACIONS:

Activitat perfecte per familiaritzar-se amb l'alimentació i la gastronomia.

