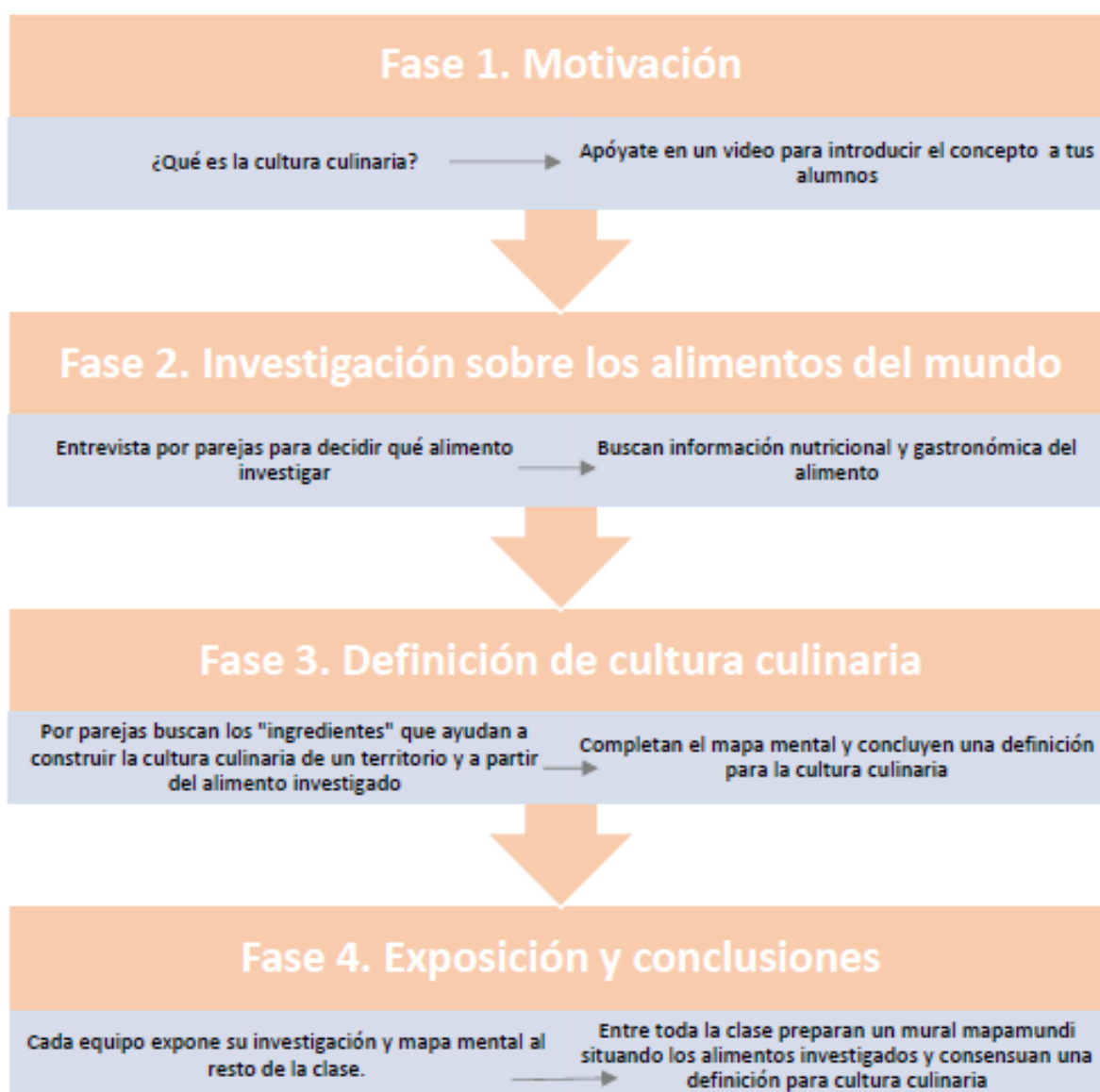


La vuelta al mundo en 80 bocados

Mapa mental y trabajo de investigación: Los alimentos alrededor del mundo



Nuestros hábitos alimentarios están determinados por nuestra cultura, valores personales y costumbres adquiridas en nuestro entorno más cercano. Pero también se ven influidos por la diversidad cultural y sin duda, por las emociones.

Es importante pararnos a reflexionar sobre la idoneidad de los alimentos que consumimos y sobre cómo influyen en nuestro cuerpo y, en el caso de los niños, en su crecimiento y desarrollo.

CONSUM, como asociación de consumidores comprometida con su entorno, pone a disposición de la comunidad escolar herramientas educativas que fomentan la alimentación saludable y el consumo responsable en beneficio de la salud, de la comunidad y del medio ambiente.

Investigación: Los alimentos alrededor del mundo

Desarrollo de propuestas

La diversidad cultural es uno de los elementos enriquecedores de la dieta mediterránea. Aprovechando la diversidad de culturas que habitualmente se da en las aulas, proponemos un tema de investigación en torno a los alimentos típicos o característicos de diferentes lugares del mundo, acercándonos de este modo a la cultura y tradiciones culinarias de otros países.

a) Objetivos

- . Conocer los alimentos consumidos en otros países.
- . Reconocer las equivalencias nutricionales entre los diferentes alimentos.
- . Saber ubicar los alimentos según la distribución del plato/ración.
- . Valorar la cultura culinaria.

b) Metodología

1. Motivación: Si nos preguntan el significado de cultura, no encontraremos una respuesta unánime en diferentes personas. En cultura culinaria pasa lo mismo.

Así pues, a partir de la pregunta ¿Qué entendéis por cultura culinaria y cómo se construye?, anima a tus alumnos a que te lo expliquen, apoyándose de un mapa mental.

Si quieres, te puedes ayudar de estos videos:

<https://www.youtube.com/watch?v=rYYJYSpP3bl> (La comida mejicana patrimonio de la Humanidad. Centro defensa del Consumidor Méjico 5'18".)

<https://www.youtube.com/watch?v=AeS7mv-lvwQ> (Dieta mediterránea patrimonio de la Humanidad. Aula24humanidades. 5'17")

2. Trabajo inicial de grupo: Divide la clase en varios equipos pares. Por parejas, utilizando la técnica de entrevista en la que un alumno pregunta a su compañero, averiguaremos los alimentos que se consumen en los diferentes hogares de cada equipo. Previamente se han preparado las preguntas para que resulte más ágil.

3. Trabajo de Descubrimiento/ Investigación: Cada equipo, y a partir de la información de las entrevistas, acuerda que alimento quieren investigar. Si en el aula hay alumnos de otras ciudades o países, es interesante escoger los alimentos de sus zonas de origen. Pueden utilizar la ficha de campo para recoger la información de manera uniforme.

4. Elaboración del mapa mental: Completando la Ficha de trabajo* para el alimento que han escogido, entenderán como se construye la cultura culinaria de un territorio.

5. Puesta en común y exposición: Tras contrastarlas con el docente, cada equipo presenta a sus compañeros las conclusiones de su investigación y consensuan entre todos una definición de cultura culinaria. Entre todos pueden hacer un mural mapamundi, donde sitúan todos los elementos investigados y sus conclusiones.

c) Criterios de evaluación

Si necesitas criterios de evaluación para valorar el aprovechamiento que los alumnos han hecho del trabajo, aquí te sugerimos algunos:

- ¿Saben definir la cultura culinaria?
- ¿Clasifican los alimentos según los criterios del Plato/ración?
- ¿Reconocen la función de los alimentos en el organismo?

*Ficha de campo

NOMBRE DEL ALIMENTO

IMAGEN DEL ALIMENTO

PROCEDENCIA

PRINCIPALES NUTRIENTES QUE CONTIENE

¿A QUE GRUPO DE ALIMENTOS PERTENECE?

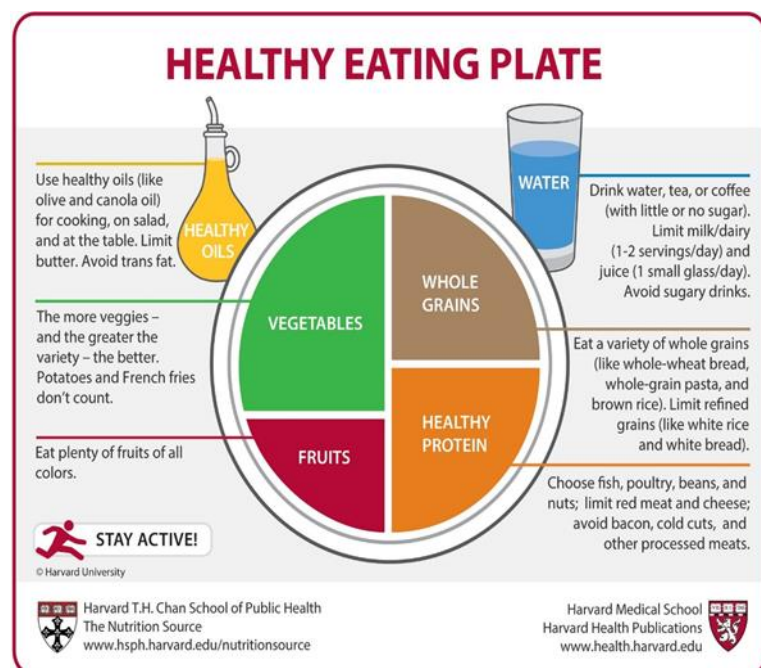
___ LÁCTEOS

___ FRUTAS

___ VERDURAS

___ CEREALES

___ CARNE/HUEVO /PESCADO



¿ES EQUIPARABLE A
OTRO ALIMENTO QUE
CONOZCAS?

Nombra los alimentos
"equivalentes"

¿DE QUÉ FORMA SE
PREPARA?

Indica las diferentes
formas en que se cocina
y añade alguna imagen.

¿LO HABÉIS PRBADO?
¿OS HA GUSTADO?

*Ficha de trabajo. Mapa mental para construir la definición de: Cultura Culinaria

