

Un invitado muy especial ¿Qué aprendemos en la mesa?

Orientaciones para el docente



MATERIAS: EDUCACIÓN ARTÍSTICA, VALORES SOCIALES, DESTREZAS LINGÜÍSTICAS (EXPRESIÓN ORAL Y ESCRITA)

EDAD: 2º PRIMARIA (7-8)

OBJETIVOS DE LAS FICHA DE TRABAJO

¿Los hábitos de alimentación se construyen aprendiendo por imitación? ¿Cómo afecta el uso de la televisión y el móvil en este aprendizaje?

A través de la socialización en la cocina y en la mesa, conocemos la diversidad de alimentos que forman parte de la dieta, aprendemos a cocinarlos y a conservarlos, observamos algunas normas de conducta, y disfrutamos de las celebraciones, entre muchas otras cosas. Todo ello nos ayuda a construir nuestros hábitos y costumbres de alimentación saludable.

La situación actual es que la irrupción de la televisión y el teléfono móvil en la mesa, hace que la atención de los comensales se centre en otros temas, perdiendo una oportunidad de oro para compartir vivencias y conocimientos.

Según el estudio realizado por la cooperativa Consum entre los participantes de la 12ª edición del Concurso de Cuentos Día Mundial del Consumidor, casi un 70% de los alumnos de Ciclo Medio de Educación Primaria comen o cenan viendo la televisión o el móvil.

Trabajo individual:

¿Qué aprendemos por imitación?

¿Qué aprendemos cuando comemos en la mesa?

Ficha de trabajo individual para descubrir:

Muchas cosas que realizan en su día a día las han aprendido por imitación.

Por imitación también han aprendido cómo comer. Y de esta manera han adquirido hábitos de alimentación.

Para que esto se produzca es necesario que no se produzcan interferencias que impidan este aprendizaje. En la mesa los pequeños pueden observar cómo se utilizan los cubiertos, cómo se aliña una ensalada o qué alimentos se toman, por ejemplo.

Proponerles que muestren en un dibujo qué se aprende en la mesa, les ayuda a ser conscientes de cómo se adquieren hábitos de alimentación.

Trabajo en equipo:

Puesta en común.

Álbum dibujos: Un invitado muy especial

Por turnos los alumnos presentan sus dibujos explicando a sus compañeros cuál es su invitado especial y cómo comen todos juntos, indicando:

- A que personaje han invitado
- Quien está en la mesa con el invitado
- Qué han comido y porqué escogieron estos alimentos: porqué es lo que se come habitualmente, porqué es un día especial, porqué es el plato que más les gusta...

Es interesante animarlos a explicar qué cosas puede haber aprendido el invitado mientras comen todos juntos:

- Sobre los alimentos que comieron: de dónde proceden, su sabor, si se toman cualquier día o en celebraciones...
- Sobre los hábitos de higiene: si es necesario lavarse las manos antes de comer, utilizar los cubiertos, limpiarse las manos con la servilleta...
- Sobre cómo es la familia y su día a día: a qué se dedican, cosas importantes que les ha sucedido durante el día, lo que les gustaría hacer al día siguiente con sus amigos o compañeros...