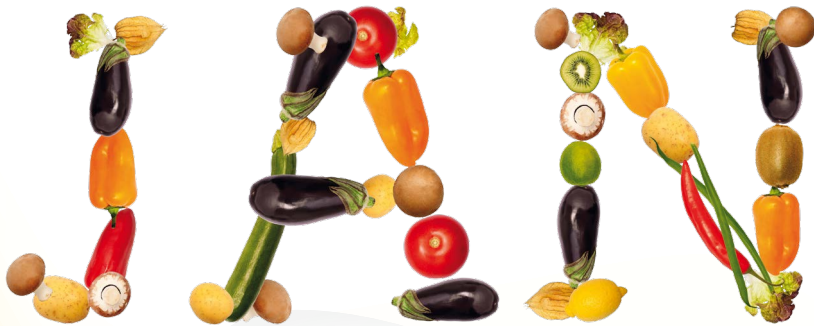


PROGRAMA **Chiqui Chef!**


keima
jostatu eta ikasi
divertir y aprender

NOLA



OSASUNTSUAGO



Los programas de cocina se abren cada vez más hueco y los más pequeños de la casa no se escapan de esta atracción. AQUÍ APRENDERÁN SUS PRIMERAS RECETAS EN FRÍO.

Con gorro, delantal, las manos bien limpias, nervios y muchas, muchas ganas de meter las manos en la masa.

Así llegan los niños y niñas al programa "NOLA JAN OSASUNTSUAGO", donde les inculcan los principios de la DIETA MEDITERRÁNEA y las claves para seguir una DIETA SANA Y EQUILBRADA.

 **merkatu
Soziala**
EUSKAL HERRIA

INTRODUCCIÓN

Durante unas horas, se abrirá “LA COCINA DEL CHIQUI CHEF”, con el lema “**NOLA JAN OSASUNTSUAGO**”, donde el objetivo principal es que, los/as participantes aprendan a: MANIPULAR ALIMENTOS, CONOCERLOS, OBSERVARLOS, COCINARLOS Y PRESENTARLOS.

Resultará una actividad atractiva y divertida, ya que se brinda como un importante recurso educativo.

La labor de la “COCINA DEL CHIQUI CHEF” será favorecer la incorporación de hábitos y conocimientos acerca de la nutrición, la salud, los alimentos y el modo de prepararlos, así como preservar y difundir nuestro patrimonio gastronómico.

Se montará una **CARPA-COCINA** de 2 x 4 m. que estará equipada con todos los utensilios necesarios para la elaboración de los platos.

¿CUÁL ES EL OBJETIVO DEL PROGRAMA?

El proyecto “**CHIQUI CHEF**” trata de favorecer y consolidar hábitos de alimentación equilibrada y variada, con el fin de que se conviertan en conductas alimenticias determinantes del estado de salud de los niños/as participantes.

Planteamos los Talleres de Cocina como un RECURSO EDUCATIVO Y DE OCIO, y que supongan el conocimiento, asimilación e interiorización de hábitos de vida saludable de un estilo de vida en general.

El programa “**CHIQUI CHEF**” se diseña como eje vertebrador, motivador y formador para la adquisición de competencias generales, destrezas, conocimientos y contenidos que supongan una experiencia práctica y útil para el desarrollo de los niños/as.

La realización de diversas tareas, manejo de diferentes utensilios e intervención sobre variadas materias primas hacen del programa un escenario de enorme utilidad en el proceso de enseñanza-aprendizaje, permitiendo incluir temas transversales como: una ALIMENTACIÓN SALUDABLE, una EDUCACIÓN IGUALITARIA ENTRE NIÑOS Y NIÑAS y el FOMENTO DE LA SOCIALIZACIÓN (trabajar en equipo, compartir alimentos, colaborar en las tareas realizadas...).

El programa “**CHIQUI CHEF**” ofrece una enorme riqueza de actividades y la posibilidad de enfocarlo desde distintas perspectivas, enfatizando el aspecto que nos interese desarrollar desde la tarea planteada (diversos objetivos, diversos contenidos y diversas competencias y capacidades).

Así mismo, permite trabajar diferentes ámbitos y desarrollar todas las competencias básicas, integrando aprendizajes, relacionando contenidos y haciendo participar a los/as niños/as en una experiencia práctica y útil para la vida diaria.

Si tenemos en cuenta que aprendemos a través del contacto, la vista, el gusto, el olfato... y la relación directa con el entorno que nos rodea, el Programa “**CHIQUI CHEF**” ofrece experiencias que facilitan y desarrollan este contacto. En este sentido, resulta un espacio privilegiado.

Manipular alimentos, conocerlos, observarlos, cocinarlos y presentarlos resulta una actividad atractiva y divertida para los/as niños/as, que se brinda como un importante recurso educativo y de ocio.



DESARROLLO DE UNA SESIÓN

1. Lectura colectiva detenida y sistemática de las normas generales de higiene, seguridad y consejos en las tareas de cocina.
2. Exposición del concepto de dieta mediterránea, procedencia, temporalidad y posibilidades gastronómicas de los alimentos a manipular.
3. Lectura colectiva de la receta a elaborar (a cada participante se le entregará una FICHA DE TRABAJO y la RECETA correspondiente, para que las conserve como Cuaderno de Recetas).
4. Formación de grupos de trabajo. Máximo 15 niños/as cada 30 minutos
5. Aplicación de normas de higiene.
6. Organización de útiles de cocina e ingredientes a utilizar durante el desarrollo del taller.
7. Elaboración de la receta distribuyendo las tareas y siguiendo las secuencias determinadas por las personas dinamizadoras de los talleres.
8. Decoración y presentación de la receta elaborada.
9. Degustación de los platos elaborados recogiendo las opiniones e impresiones generales de los niños/as.
10. Limpieza y recogida de los materiales de trabajo.

PIRÁMIDE NUTRICIONAL



TALLER DE SALVAMANTELES

Para dinamizar la actividad, entre turno y turno, Keima organiza un **TALLER DE SALVAMANTELES**, donde los niños/as podrán colorear su propio salvamanteles y, si lo desean, llevárselo a casa.



A la hora de ponernos manos a la masa, cada niño/a se pondrá un delantal y gorro de cocinero/a, con el fin de que se sientan como verdaderos "CHEFS".



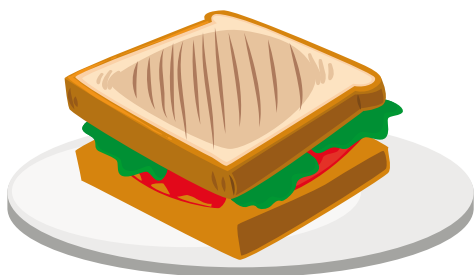
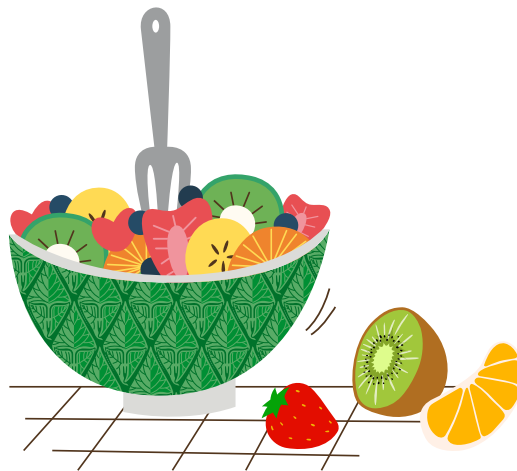
PROGRAMA **Chiqui Chef!**

RECETAS A ELABORAR

Las recetas que elaboraremos, serán **RECETAS EN FRIO**.

> ACTIVIDAD PRÁCTICA: LA FRUTA

Elaboramos un pastel con fruta de temporada



> SANDWICH VEGETAL DIVERTIDO

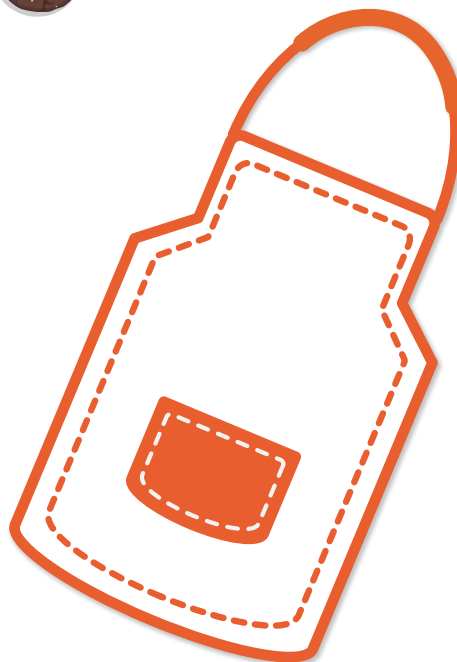
Haremos un riquísimo sándwich vegetal

> DECORACIÓN DE GALLETAS

Aprenderemos a decorar diferentes galletas con diferentes formas



- » Dinamizado por **TRES MONITORES/AS**.
- » HORARIO: **3 HORAS** consecutivas.
- » Materiales e infraestructura: **INCLUIDO**.
- » Cada niño/a tendrá un **DELANTAL** y un **GORRO** de cocinero/a



DATOS PRÁCTICOS

HORARIOS

TRES HORAS CONSECUTIVAS

RECURSOS HUMANOS

TRES MONITORES/AS. Todos/as titulados/as en ocio y tiempo libre y bilingües.
Cada monitor/a tendrá contrato y estarán dados de alta en la seguridad social.

ALGUNAS REFERENCIAS...

Restaurantes Hoteles Colegios
Comisiones de Festejos Empresas
Instituciones Tercera Edad
Particulares Centros de Ocio
Peñas Ayuntamientos Asociaciones
Publicidad Centros comerciales
Agencias de comunicación
Bancos y Cajas

CONTACTO

94 479 22 55 | keima@sartu.org

keima.org