

COCINA CREATIVA

¿En qué consiste el taller?

Cocinar con los más pequeños de la casa es un verdadero placer, tanto para ellos como para los adultos. Elegir la receta, reunir los ingredientes y todo el material que van a necesitar, es algo que puede cambiar la concepción de los niños acerca de los alimentos y de la comida. Para los niños, cocinar también es jugar, aprender, y **una forma exquisita de educar**. Cada día iremos proponiendo nuevas recetas, sencillas y adaptadas al gusto de los niños.

¿Qué queremos conseguir?

Los niños pueden aprender importantes valores necesarios para su **desarrollo psicológico** como la responsabilidad y el valor de colaborar en las tareas de casa. Además, es una buena vía para que se inicien en conocer cuáles son las propiedades de los alimentos, y la **importancia de llevar una dieta equilibrada**.

Es importante concienciar a los niños en las claves de la buena alimentación, así como en la necesidad de aprovechar la comida y no desperdiciarla.

Sobre todo, es una actividad muy divertida para los niños. Les encanta mezclar ingredientes y dar forma a los platos con sus manitas, eso sí, siempre bajo la supervisión de los adultos para los procesos complicados.

Decorar la comida y darle formas divertidas se convertirá en toda una aventura, que también mejorará su **destreza manual** y su **creatividad**.



¿A quién va dirigido?

Para niñas y niños de entre 5-6 años de edad

Impartido por:

Víctor González Romero.

Maestro de Educación Física, TSAAFD, Monitor de TL.

Ana Rodríguez Guimeráns

Estudiante de Grao en Maestro/a de Educación Infantil.

