

Qué hacen y aprenden los niños

Matemáticas

- Agregar una cucharadita de canela a la granola (medición);
- Elegir tres rodajas de manzana para la merienda (conteo);
- Llenar con masa tres cuartas partes de un molde de muffins (volumen, fracciones);
- Poner tres platos para tres amigos en la mesa de la merienda (correspondencia biunívoca).

Ciencias

- Preguntarse por qué los granos de maíz se expanden cuando se calientan en el microondas (ciencias físicas);
- Observar que agregar levadura a la masa de pan hace que aumente de tamaño (reacción química);
- Dejar suspendida en agua una semilla de aguacate y observarla transformarse en una planta con hojas (ciencias biológicas).

Lenguaje y lectoescritura

- Aprender vocabulario de cocina en inglés y su propio idioma (saltar, pringar, pelar, amasar);
- “Leer” tarjetas de recetas (nociones de escritura);
- Escuchar y analizar libros de cocina en voz alta, como *Bunny Cakes*, de Rosemary Wells (lenguaje oral, atención);
- Firmar un listado después de la merienda (escritura).

Desarrollo social y emocional

- Sonreír con orgullo después de preparar una ensalada de frutas (autoestima);
- Esperar a que un amigo haya terminado de usar el cepillo de verduras para usarlo (trabajo en turnos);
- Empezar otra vez con otro huevo cuando no separaron bien la yema de la clara (perseverancia);
- Sugerir cocinar otra vez plátanos fritos, como la vez que la madre de Luis los preparó con la clase la semana anterior (apreciar la diversidad cultural).

Cocina



Inclusión de las familias y culturas de los niños

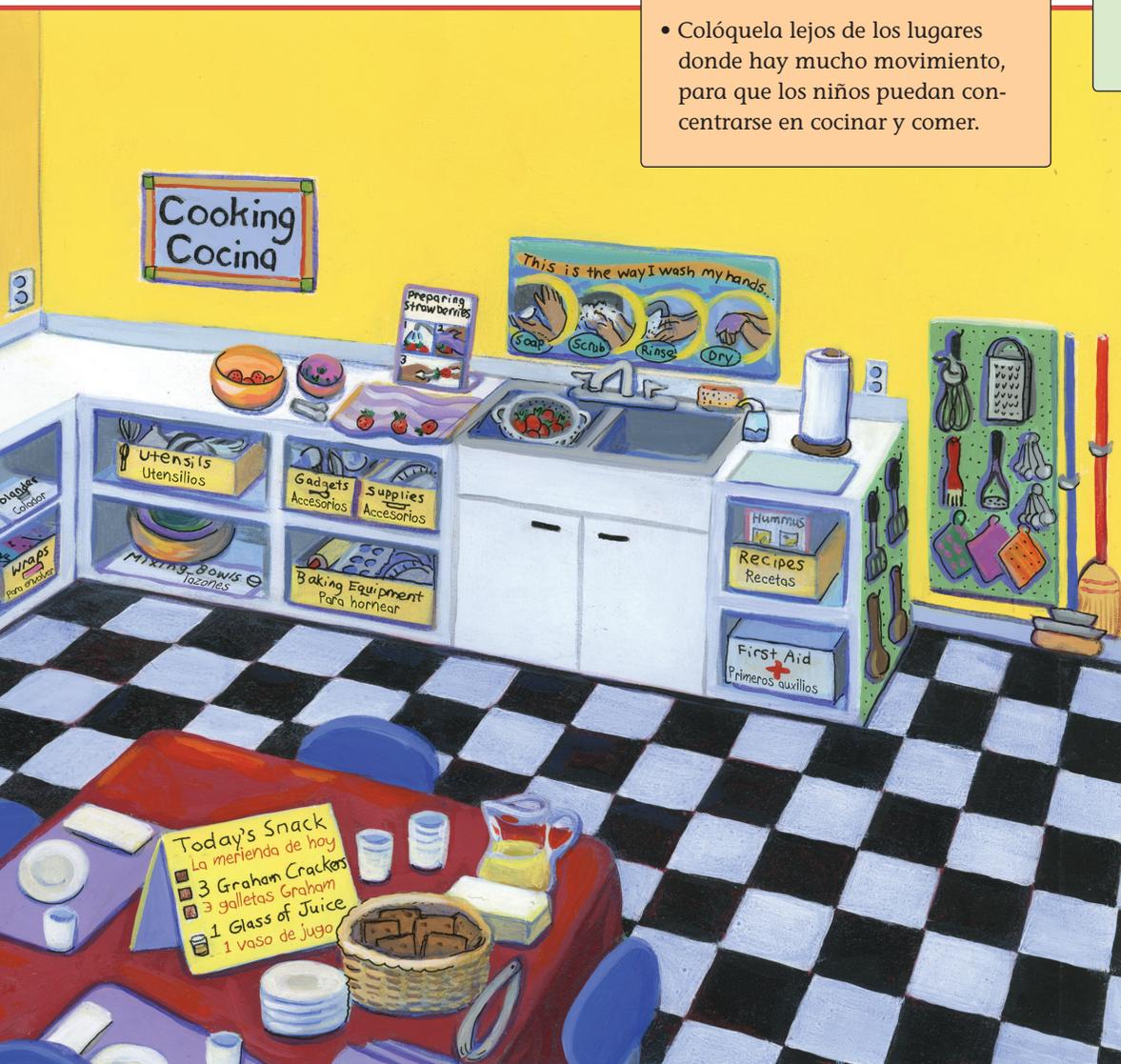
- Pida a las familias que le envíen recetas que los niños puedan preparar y cocinar.
- Ofrezcales materiales para que los padres puedan hacer tarjetas de recetas con las comidas preferidas.
- Arme un libro de cocina de la clase con una receta de cada familia. Entregue uno a cada familia y conserve uno en el centro.

Sugerencias para preparar el centro

- Ubique el centro cerca de una piletta para que los niños se puedan lavar las manos antes y después de cocinar, tener agua para las recetas y facilitar la limpieza.
- Elija una mesa lo suficientemente grande como para que haya lugar para trabajar y un área de merienda.
- Ubíquela cerca de una toma eléctrica para que los niños puedan usar una licuadora o una freidora eléctrica bajo su supervisión.
- Colóquela lejos de los lugares donde hay mucho movimiento, para que los niños puedan concentrarse en cocinar y comer.

Ideas para estirar el presupuesto

- Compre utensilios y accesorios de cocina baratos, como batidoras, vasos y cucharas de medir, puerteras, coladores y pinzas en una tienda de un dólar.
- Pida a las familias que donen artículos de cocina que ya no quieran o necesiten.
- Descargue los pósteres de nutrición para preescolares en inglés y español del Departamento de Agricultura de los Estados Unidos del sitio www.mypyramid.gov/tips_resources/printmaterials.html.



© JENNIFER O'CONNELL

Más allá de lo básico

- Haga una huerta y cocine con las zanahorias, hierbas, lechugas, tomates y demás que coseche la clase.
- Elija un recipiente para preparar abono vegetal al que los niños puedan agregar los desechos de la cocina.
- Cree un café de la clase en la mesa de la merienda. Pídales a los niños que escriban un menú de las comidas que prepararon. Después pueden tomar turnos para ser meseros o clientes.