



CHO JUAN , ¿QUÉ ECHAMOS AL CALDERO?

ROSA MARÍA CASTRO PÉREZ
CELESTE LÓPEZ VERONA
MARÍA ANTONIA TRIVIÑO CASTRO

Sección: Experiencias de proyectos educativos de centro.



Revista Digital *EL BUCIO*, número 17, año 2010 Edición Digital.

Contacto: C/ 1º Transversal a González Rivas s/n, San Isidro, Granadilla de Abona,
Tenerife, 38611.

Web www.ceptenerifesurabona.es; 922391005; Fax 922394013;
38702519@gobiernodecanarias.org

El CEP Tenerife Sur-Abona no se responsabiliza de las opiniones y expresiones que aparezcan en los artículos.



CONTENIDO

Resumen	2
Introducción	2
Objetivos	3
Proyecto	4
Conclusión	8

Resumen

El Proyecto "Cho Juan, ¿qué echamos al caldero?", es un ambicioso trabajo de unas maestras cuyo deseo es que nuestros alumnos aprendan de una manera motivadora las costumbres y la cultura canaria a través de la cocina.

Introducción

El Proyecto "Cho Juan, ¿qué echamos al caldero?" se crea con la intención de que nuestros alumnos, (dado que muchos son extranjeros), conozcan la cultura canaria y qué mejor manera que hacerlo a través de nuestra gastronomía.

Partiendo de nuestra realidad más cercana, nuestras costumbres y nuestra historia, lo que pretendemos es despertar el interés del niño por el lugar donde se encuentra y al mismo tiempo relacionarlo con las costumbres que ellos nos puedan aportar de sus lugares de origen.

De esta manera y con el beneplácito de toda la Comunidad Educativa del Centro se puso en marcha este proyecto para toda Primaria.

Al desarrollo del Proyecto se le ha destinado una sesión semanal de las atribuidas al área de Artística. También se le ha dedicado un período de tiempo en cada una de las actividades complementarias reali-

Al mismo tiempo queremos aprender de ellos sus costumbres y su cultura para hacer de nosotros personas enriquecidas y abiertas a un mundo sin fronteras.

zadas en el centro.

Se intercalaron actividades dentro del aula, con otras en espacios comunes del centro, así como también salidas extraescolares.

La mayoría de la información manejada la hemos obtenido de la experiencia de la vida, pues al ser maestras y además amas de casa, gran parte de las tareas realizadas pertenecen a nuestra vida cotidiana.

También hemos usado las TICs, recetas de cocinas de nuestro entorno familiar, de personas del campo que todavía tienen más arraigadas costumbres antiguas canarias.

En definitiva, hemos introducido una nueva herramienta metodológica que contribuye a la adquisición de las Competencias Básicas en los alumnos.

Objetivos

Objetivos generales del proyecto

- ◆ Propiciar la mejora de la calidad del sistema educativo mediante el desarrollo de acciones didácticas enriquecedoras y complementarias al currículo escolar.
- ◆ Aplicar los aprendizajes en los diferentes contextos reales, concretos y próximos al alumnado, favoreciendo la interdisciplinariedad y la integración curricular.
- ◆ Propiciar la práctica de metodologías activas que den protagonismo al alumnado en la toma de decisiones, favorezcan la reflexión y el pensamiento crítico y permitan relacionar los conocimientos académicos con la realidad sociocultural y natural.

Objetivos didácticos.

1. Recurrir a los productos típicos de la cocina canaria.
2. Elaborar las comidas propias de fiestas canarias determinadas.
3. Conocer la historia de la gastronomía canaria.
4. Introducir en la cocina canaria productos de otros países.
5. Desarrollar el gusto por la cocina.
6. Eliminar el rol de que la cocina es tarea de mujeres.
7. Aprender a utilizar los productos que nos proporciona **nuestro huerto**
8. Realizar platos típicos de otros países.
9. Entender la cocina como posible actividad de encuentro con la familia.
10. Averiguar los beneficios de una buena alimentación para la salud.
11. Generar la creatividad a través de la cocina, partiendo de los conocimientos previos.
12. Desarrollar el aprendizaje práctico de las matemáticas.
13. Afianzar la comprensión y expresión oral y escrita.
14. Crear hábitos par interactuar de manera responsable con el medio natural.
15. Fomentar la autonomía y la iniciativa personal a través de la creación de nuevos platos.
16. Aprender buenos modales para ser un buen anfitrión en cualquier recepción que se les presente (reunión de amigos, comidas familiares, cumpleaños...).
17. Resaltar la importancia del desarrollo de hábitos de higiene en la manipulación de los utensilios y de los alimentos que se usan en la cocina.

18. Aprender que la cocina no sólo es la creación de comidas sino que también precisa una tarea de preparación y recogida de lo utilizado en la elaboración de

ella.

19. Presentar las diferentes profesiones relacionadas con la restauración de tal manera que les resulte atractivas para en el futuro dedicarse a ellas.

Qué hemos hecho

Por parte del profesorado:

- ◆ Diseño de un panel gigante en los pasillos del colegio con exposición de los trabajos realizados por los alumnos/as, relacionados con los objetivos trabajados.
- ◆ Preparación de un taller de elaboración de pellas de gofio.
- ◆ Coordinación con la familia para la realización de una exposición de comidas navideñas típicas de los diferentes países de donde proceden los alumnos/as de nuestro Centro.
- ◆ Confección de cada una de las banderas de los países de los platos a presentar.
- ◆ Organización de una exposición de comidas navideñas de los diferentes países de donde proceden los alumnos/as de nuestro colegio.
- ◆ Preparación para la realización de un postre popular canario de Navidad.
- ◆ Preparación de un **desayuno sano**.
- ◆ Preparación de una salida al mercado de La Laguna y realización de talleres con la colaboración del Cabildo de Tenerife.
- ◆ Elección de dulces típicos canarios para su posterior degustación el día de la celebración del Día de Canarias.
- ◆ Organizar una campaña de desayuno sano en el colegio en la que se recomienda a los niños que los martes y jueves sería conveniente traer para el desayuno una pieza de fruta.
- ◆ Dar consejos: en el periódico del colegio. Cho Juan, da buenos consejos para una buena alimentación que será enviado a las familias, entre otros un buen desayuno para rendir mejor, recetas para días especiales...
- ◆ Invitar a degustar: Cho Juan, ha enseñado a los alumnos de este colegio a comer uno de los dulces más típicos de nuestra tierra canaria en navidad, LAS TRUCHAS Y POLVORONES. Primero le informamos de sus ingredientes, luego les explicamos cómo se hacen a través de sus respectivas recetas.
- ◆ Colaboramos con el concurso de recetas que nos ofreció el Ayuntamiento de Granadilla, donde el ingrediente estrella era la FRUTA, los padres nos apoyaron con sus recetas de lo más originales.

- ◆ Junto con la maestra de Inglés hemos comenzado con un proyecto en el que los alumnos deben buscar los ingredientes de productos alimenticios tanto en español como en inglés, para que ellos se vayan dando cuenta de que vienen escritos en varios idiomas.
- ◆ Cho Juan organiza una salida al PIRS, para que los niños adquieran conciencia de lo importante que es organizar la basura en casa, y saber reciclar todos nuestros desperdicios. Ahora los alumnos tienen una misión que es ser maestro en su casa para el reciclaje.
- ◆ Preparación de la visita al Mercado de La Laguna.
- ◆ Preparación de visita al PIRS.
- ◆ Preparación de salida para realizar talleres de: fabricación de pan, elaboración de platos con frutas, simulación de compra en un supermercado con la colaboración del Cabildo de Tenerife en La Laguna.



Con el alumnado

- ◆ **Actividades a nivel de aula:** lizó en diferentes sesiones, tantas como productos presentados).
 1. Presentación del proyecto para el conocimiento de los alumnos/as de su existencia, sus objetivos y contenidos.
 2. Lluvia de ideas: sobre los productos que conocen de nuestra Comunidad y los diferentes platos en los que los han visto utilizar.
 3. Explicación por parte del maestro de los diferentes productos, de dónde se obtienen, cuál es su utilización, qué cuidados llevan... a través de exposiciones orales, imágenes y dibujos para colorear y decorar. Los productos presentados son: papas, piña tropical, millo, uvas, tomates, plátanos (esta actividad se rea-
 4. Comidas típicas canarias donde los productos antes mencionados han sido utilizados. Dibujo libre.
 5. Alimentación sana: destacamos la importancia del consumo de frutas y verduras en el consumo diario para una alimentación equilibrada. La presentamos en ensaladas, potajes, cremas, postres, etc. Previamente hemos preguntado en casa diferentes platos que se realicen con estos alimentos.
 6. Dibujo libre de mis frutas y verduras preferidas.
 7. Colorear diferentes dibujos de frutas y verduras de la Comunidad.
 8. Debatir sobre la realización de las diferentes tareas domésticas: quién las realiza habitualmente, si colaboran en las mismas. Todo esto con el fin de llegar a la conclusión de que la cocina es tarea de todos, es más, puede enriquecer la vida familiar.
 9. Presentamos diferentes dibujos donde las tareas en la cocina son realizadas tanto por miembros femeninos como masculinos para ser decoradas y coloreadas.

10. Resaltamos la importancia de la higiene en la manipulación de los alimentos, dando unas pautas a seguir como:

⇒ Aseo personal: lavarse las manos antes y después de las comidas; lavarse los dientes después de cada comida.

⇒ Manipulación de alimentos: antes de consumir o utilizar productos no cocinados se han de lavar cuidadosamente.

11.- Dibujos para colorear de distintos momentos de higiene personal.

12.- Explicación de lo que es una receta y los pasos a seguir para la confección de una comida.

13.- Preparación y realización de la receta de

Bolitas de Turrón y Las Truchas

14.- Presentamos las actividades con un menú, para hacer ver a los alumnos que los alimentos se sirven en distintos recipientes. Plato hondo, plato llano, plato de postre, etc.

15- Diferentes elementos imprescindibles en la mesa: platos: llanos, hondos, de postre; cubiertos: cuchara, tenedor, cuchillo y cucharilla (dependiendo del alimento que se presente); colocación del pan; serville-

tas; vasos o copas y un centro que decore ya que no podemos olvidar que la comida entra por los ojos.

16.- Comentamos diferentes normas a la hora de sentarnos a la mesa: aseo, postura correcta (posición de los codos, la espalda, las piernas,..) colocación de servilleta, no hablar con la boca llena, no beber con comida en la boca, etc.

17.- Dibujar una mesa con todos sus elementos perfectamente colocados.

18.- Crear su menú preferido, que ha de contener: primer plato, segundo plato y postre. Posteriormente dibujar dichos alimentos presentados según la me-



sa.

19.-Presentación a través de la rueda de la alimentación de los productos que se deben consumir diariamente.

20.-Elaboración de un libro de "Alimentación Sana", con los productos que deben consumirse a diario, una vez en semana, y ocasionalmente.

Actividades de Centro:

- 1.- Diseño de un panel gigante en los pasillos del colegio con exposición de los trabajos realizados por los alumnos/as a lo largo del curso, relacionados con los objetivos trabajados hasta el momento.
- 2.- Charla de ponentes especializados en el tema del uso del gofio como cereal en la alimentación tradicional de nuestras islas.
- 3.- Preparación de un taller de elaboración de pellas de gofio.
- 4.- Exposición de comidas navideñas de los diferentes países de donde proceden los alumnos/as de nuestro colegio.
- 5.- Presentación y degustación por parte de los niños/as de las Bolitas de Turrón al resto de compañeros, maestros y resto del personal del Centro.
- 6.- Degustación de los tradicionales postres populares canarios de la Navidad y del Carnaval: TRUCHAS, TORRIJAS Y TORTILLAS DE CARNAVAL
- 7.- Desayuno sano, que consistió en ofrecerles un producto lácteo, una fruta y una tostada de pan con aceite de oliva.
- 8.- Degustación de dulces típicos canarios, pella de gofio con almendra y miel, tortas de almendras, rosquetes, merengues, y dedos de santos.
- 9.- Visita de los monitores del PIRS, para realizar un taller con productos ecológicos de figuritas para adornar nuestras cocinas, imanes de frutas, verduras...

Actividades extraescolares:

- 1.- Visita al mercado de La Laguna, dónde los niños observaron cómo funcionaba un mercado, la distribución de los puestos, la colocación de los alimentos, charlaron con los vendedores, le hicieron preguntas, degustaron productos de la tierra, etc.
- 2.- Visita al PIRS, con la intención de mentalizar a los alumnos de lo importante que es saber reciclar la basura para cuidar nuestro medio ambiente.
- 3.- Visita a La Laguna para realizar diferentes talleres: realización de pan con un panadero, simulación de un supermercado para que aprendieran a comprar gastando lo menos posible, y realización de diferentes platos con fruta (macedonias, batidos, zumos)



Recursos:

Los recursos utilizados han sido la gran mayoría de elaboración propia, ya que nuestro propósito desde el primer momento era crear algo nuevo y original, y que los niños

pudieran, de alguna manera, aprender a desarrollar las distintas competencias básicas a través de medios más cercanos y de uso cotidiano.

Conclusión

“Cho Juan” se convierte en un personaje que es conocido en el colegio tanto por los niños como por los padres y el resto de la Comunidad Educativa. Es uno más cuya misión siempre es enseñar, dar buenos consejos y alguna que otra sorpresa a lo largo del curso.

Hace que los niños adquieran:

- ◆ Autonomía a la hora de realizar sus tareas.
- ◆ La Competencia Lingüística a través de la lectura, la expresión y comprensión tanto oral como escrita de las recetas de cocina, instrucciones de uso, etc.
- ◆ La Competencia Social y Ciudadana interesándose por el lugar donde vivimos, sus costumbres, sus arraigos y respetándolos.
- ◆ La Competencia Matemática: necesaria para poder pesar los alimentos, calcular el tiempo de fuego, los gastos de las compras, cómo poder ahorrar, etc.
- ◆ La Competencia del Tratamiento de la Información y digital: utilizando las TICs para buscar información, recetas, eventos, etc.
- ◆ La Competencia cultural y Artística: partimos de que cocinar es crear, y crear es arte. Por

lo que desarrollamos el arte de crear a través de los fogones.

- ◆ La Competencia de aprender a aprender: queremos alumnos que se interesen por lo que hacen, que sean independientes, que busquen información, que sean autónomos, con ganas de aprender.

Por todas estas razones llevamos a cabo nuestro Proyecto con mucha ilusión y hoy por hoy con muy buenos resultados, por lo que animamos a todos los compañeros que quieran compartir con nosotros esta experiencia que “pongan manos a los fogones”.

Rosa María Castro Pérez

Celeste López Verona

María Antonia Triviño Castro.