



PROPUESTA ACTIVIDAD AMPA MARISTAS PEKERRECHOS C.B.

·0 ¿QUIÉNES SOMOS?

PEKERRECHOS C.B. nace con el objetivo de ofrecer un servicio en materia educativa y de animación a las AMPAS y centros educativos de la provincia de Lugo impartiendo diversas actividades extraescolares dentro de un marco lúdico y dinámico. Creado por profesionales con una amplia experiencia en el mundo de la dinamización de actividades de tiempo libre y educativas, forman un equipo humano preparado y concienciado con la educación de los más pequeños. La energía, vitalidad, esfuerzo y pasión que ponen en todo aquello que realizan es lo que los hace diferentes.

·1 ¿CÓMO CONTACTAR CON NOSOTROS?

Para cualquier consulta no duden en contactar con nosotros a través de:

ü teléfono: 616.497.822 (Noemí) / 654.090.341 (Laura)

üe-mail: pekerrechoscba@yahoo.es

noemifouz@yahoo.es

·2 **ACTIVIDAD OFERTADA: COCINA CREATIVA**

- JUSTIFICACIÓN

En los últimos años se han incrementado los programas y actividades de cocina dirigidos a niños. El desarrollo de este tipo de actividades fomenta unos hábitos de vida saludables que parecían perdidos. Para los niños cocinar es un juego, es la manera que tienen de aprender importantes valores necesarios para su desarrollo como personas: la responsabilidad y el valor de colaborar en las tareas de casa favorecen la igualdad entre sexos, estimulan sus sentidos motivándolos para probar cosas nuevas, se crea una conciencia de no despilfarro en los alimentos, etc.

- OBJETIVOS

- GENERAL

-- Favorecer el desarrollo de conductas nutricionales adecuadas, sanas y equilibradas.

- ESPECÍFICOS

-- Experimentar con la comida probando nuevos sabores y texturas

-- Interiorizar vocabulario y expresiones mientras realizan una actividad interesante y estimulante

-- El interés por la comida sana.

-- Desarrollar los procesos lógicos (asociación, clasificación...) y los procesos cognoscitivos (manipular, mezclar, separar...)

-- Promover ámbitos de higiene (aseo, limpieza, hábitos alimenticios...)

- CONTENIDOS

- Hábitos de higiene.
- Hábitos alimentarios. Dieta equilibrada.
- Clasificación alimentos: características, propiedades, conservación...Pirámide de los alimentos.
- Sabores. Texturas.
- Unidades de medida.
- Habilidades manuales: cortar, mezclar, amasar, espolvorear...
- Trabajo en equipo.
- Igualdad.
- Reciclaje.
- Desarrollo de sencillas recetas.
- **NIVEL:** infantil y primaria
- **Nº ALUMNOS:** mínimo 7/máximo 25
- **DURACIÓN:** 1 hora semanal
- **PRECIO:** 18 euros/mes
- **MONITORAS:** Noemí Fouz y Laura Castro

