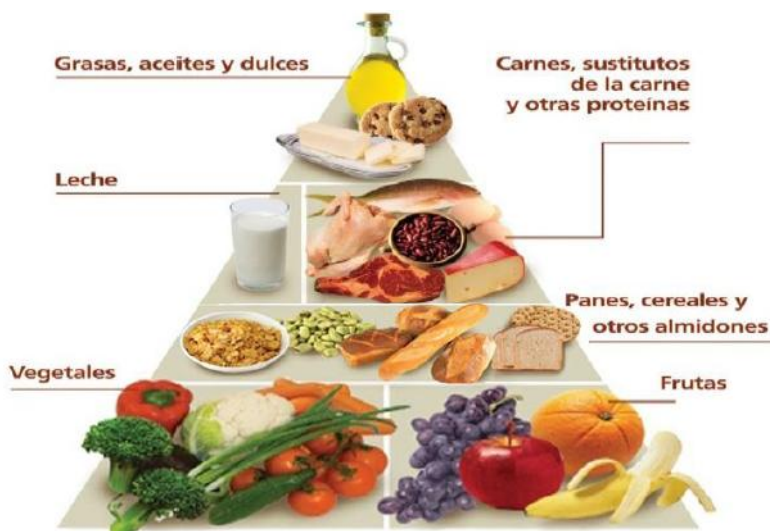




Esta actividad está orientada a promover en los niños una serie de hábitos saludables en su alimentación diaria. El objetivo es nutrir su dieta con el modelo mediterráneo, combinado con la importancia del deporte.

Pirámide nutricional y su importancia:



Los objetivos que se persiguen en esta parte de la actividad están relacionados con:

- ✚ Potenciar la alimentación sana y equilibrada.
- ✚ Promover la adquisición de conocimientos que permitan la participación de los niños en la confección de una dieta más equilibrada.
- ✚ Adquisición de hábitos para incentivar la autonomía a la hora de comer.
- ✚ Conocer analizar las ventajas y desventajas que conlleva la alimentación sana.

Luego de aprender los conocimientos básicos de una alimentación saludable, se crearán equipos de trabajo, cada uno decidirá qué platos elaborará con los conceptos alimentarios adquiridos, utilizarán diversos ingredientes y utensilios.

Cada equipo tendrá un profesor que les irá guiando y habrá un jurado que valorará el plato en función de su creatividad, sabor y presentación.

Deberán decidir:

- ✚ Capitán. Defenderá el plato ante el jurado justificando su elección, los ingredientes, presentación y nombre del mismo.
- ✚ Funciones de cada componente del equipo.
- ✚ Qué plato realizar.
- ✚ Ingredientes: CookingVip introducirá una cesta de ingredientes obligatorios que los dos equipos tendrán que utilizar siempre en su plato.

Al final el Jurado valorará el plato y seleccionará al Ganador.

Duración Aproximada: 4 h

Punto de Encuentro: C/ Blas Cabrera 23, La Garena Alcalá de Henares



La actividad se efectuará según la creación de grupos, mínimo 10/pax