



..... BIBLIOTECA DIOTIMA  ALIMENTACIÓN

Preparamos un batido de fresas

⇒ Cocinar juntos también es aprender. ⇐



Una receta visual para participar,
comunicarse y disfrutar en familia. 



COMUNICACIÓN



PARTICIPACIÓN



AUTONOMÍA



EXPLORACIÓN
SENSORIAL



DIOTIMA
desarrollo y comunicación infantil



Antes de empezar...

Preparar un batido es mucho más que cocinar.

Mientras compartís esta actividad, vuestro hijo tiene la oportunidad de participar, comunicarse, tomar decisiones, seguir una secuencia, explorar alimentos y ganar autonomía de una forma natural y divertida.

No es necesario que haga todos los pasos solo ni que el resultado sea perfecto. Lo importante es que encuentre pequeñas oportunidades para participar, disfrutando del tiempo compartido con su familia.

Cada niño necesitará un nivel de ayuda diferente. Observa, espera, acompaña y celebra cada pequeño logro.

Porque aprender no consiste en hacerlo perfecto. **Consiste en participar**



IDEA DIOTIMA

No cocinamos para enseñar una receta.
Cocinamos para crear **oportunidades**
de **comunicación, participación y autonomía**
en una actividad cotidiana compartida.





ANTES DE EMPEZAR...

Para disfrutar juntos de la actividad



Deja que participe

Permítele hacer todo lo que pueda: cortar, pelar, triturar, mezclar, verter... Su participación es lo más importante.



Asegúrate de utilizar materiales seguros

Utiliza utensilios adecuados para su edad y mantén siempre la supervisión necesaria.



Dale su tiempo

Cada niño necesita el suyo para observar, pensar, probar y hacer. La prisa no ayuda.



Presta tu ayuda solo cuando lo necesite

Observa primero. Ofrece apoyo cuando lo pida o lo necesite, sin adelantarte.



No busques que todo salga perfecto

Lo importante no es el resultado, sino la experiencia de hacerlo juntos.



Aprovecha para conversar

Hablad sobre lo que hacéis, lo que veis, lo que os gusta... Cada momento es una oportunidad para comunicaros.



Lo más importante es disfrutar del tiempo compartido.
Una pequeña ayuda hoy, una gran oportunidad para su desarrollo.



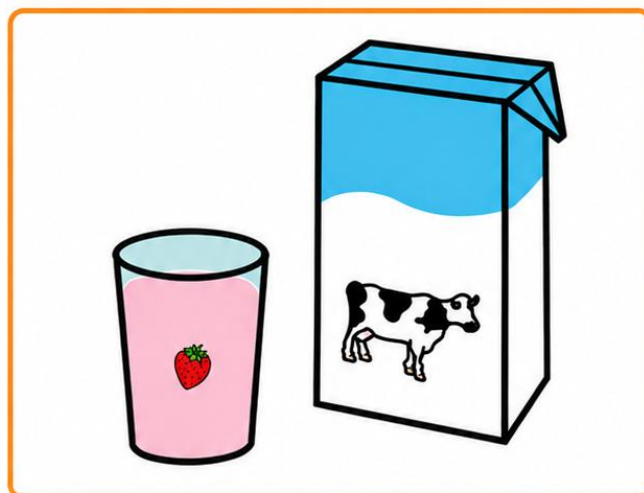
RECUERDA



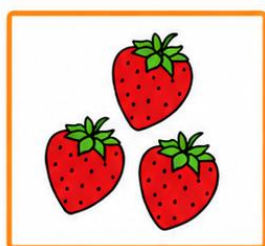
DIOTIMA
desarrollo y comunicación infantil



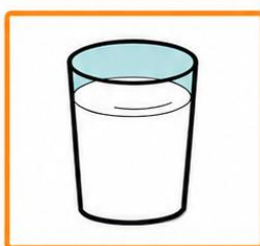
≡ Batido de fresas ≡



Qué necesitamos:



3 fresas



1 vaso de leche



azúcar



batidora



1 vaso



1 cuchillo

PASO A PASO: Batido de fresas

- 1

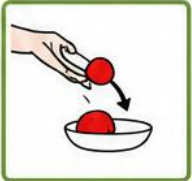



Cortamos las hojas de las fresas.
- 2





Cortamos las fresas por la mitad.
- 3





Ponemos las fresas en la batidora.
- 4





Echamos la leche y el azúcar.
- 5






Batimos las fresas la leche y el azúcar.
- 6




Beber el batido.

Puedes dibujar tu batido aquí



¿Qué te ha parecido?



¡Me ha encantado!



Está bien



No me ha gustado



¡Buen trabajo! Cocinar juntos es aprender y disfrutar.

DIOTIMA
desarrollo y comunicación infantil



Registro de oportunidades observadas

≡ Preparamos un batido de fresas ≡

Fecha: _____

Niño/a: _____

Actividad: _____



Cada pequeña participación es una gran oportunidad de aprendizaje.
Observa, valora y celebra todo lo que ha hecho.

DURANTE LA ACTIVIDAD, OBSERVAMOS QUE...	SÍ	A VECES	NO
 COMUNICACIÓN Se ha comunicado de diferentes formas (gestos, palabras, miradas, vocalizaciones...).	☐	☐	☐
 ELECCIÓN Y TOMA DE DECISIONES Ha elegido ingredientes, utensilios o acciones durante la receta.	☐	☐	☐
 PARTICIPACIÓN ACTIVA Ha participado de manera activa en la preparación, según sus posibilidades.	☐	☐	☐
 ATENCIÓN Y CONCENTRACIÓN Ha mostrado interés y ha mantenido la atención durante la actividad.	☐	☐	☐
 SECUENCIACIÓN Y PLANIFICACIÓN Ha seguido pasos de la receta o ha anticipado lo que venía después.	☐	☐	☐
 MOTRICIDAD Ha utilizado sus manos para cortar, pelar, mezclar, verter, triturar...	☐	☐	☐
 EXPLORACIÓN SENSORIAL Ha explorado texturas, olores, sabores y temperaturas.	☐	☐	☐
 AUTONOMÍA Ha intentado hacer cosas por sí mismo/a y ha ganado confianza.	☐	☐	☐
 DISFRUTE Y BIENESTAR Ha disfrutado de la actividad y del tiempo compartido en familia.	☐	☐	☐



¿Qué momentos destacarías de la actividad?



IDEA DIOTIMA

Las rutinas cotidianas son contextos llenos de oportunidades. Lo importante no es la receta, sino todo lo que ocurre mientras la compartimos.



DIOTIMA
desarrollo y comunicación infantil

¿QUÉ HEMOS APRENDIDO HOY?

Cada experiencia compartida deja una huella en su desarrollo.
Gracias por acompañarle.





Nota informativa:

Este material ha sido elaborado por @Diotima para favorecer la comunicación, la participación y el aprendizaje en contextos cotidianos.

Los pictogramas utilizados pertenecen a **ARASAAC (Centro Aragonés para la Comunicación Aumentativa y Alternativa)**, creados por **Sergio Palao** y distribuidos bajo licencia **Creative Commons BY-NC-SA 4.0**.

Se autoriza su uso, copia y adaptación siempre que se cite la autoría, no exista un uso comercial y las obras derivadas se compartan con la misma licencia