



ATLAS DE LA
diversidad

Fichas: guías para educadores



RECETAS





Ficha: Recetas

Descripción general:

Nivel: 7 a 9 años

Duración: de 5 a 7 encuentros

Áreas: Conocimiento del Medio Natural y Social, Lenguaje, Matemática.

Descripción: El grupo selecciona una receta típica de su lugar, describe el procedimiento de elaboración y brinda información del contexto en que se realiza.





Objetivos

Competencias TIC

Tecnológicas:

- ✓ Familiarizarse con el teclado.
- ✓ Abrir y cerrar aplicaciones.
- ✓ Identificar funciones, reconocer íconos en el entorno gráfico de la computadora y los diversos programas.
- ✓ Crear o editar en un procesador de textos.

Informacionales:

- ✓ Acceder a páginas web previamente seleccionadas.
- ✓ Iniciarse en la búsqueda de información.
- ✓ Interpretar el valor comunicativo de los símbolos.
- ✓ Adquirir conciencia de la cantidad y variedad de información.
- ✓ Reflexionar sobre la presentación de la información.

Comunicacionales:

- ✓ Enviar y recibir mensajes.
- ✓ Conocer los elementos que intervienen en el proceso de comunicación.
- ✓ Establecer buenas relaciones con otros participantes respetando la diversidad de opiniones, ideas, costumbres, en un intercambio comunicacional.












Objetivos

Valores

- ✓ Identificar y saber describir la realidad más cercana.
- ✓ Compartir puntos de vista, emociones, sentimientos y experiencias con los pares.
- ✓ Descubrir a los “otros” desde el conocimiento de uno mismo, celebrando las similitudes (por qué nos acercan) y valorando las diferencias (por qué nos hacen únicos).



Índice:

-  Para completar la ficha
-  Para enriquecer la ficha
-  ¡A publicar en Atlas!
-  Para trabajar las diversas áreas del currículum
-  Para trabajar con las recetas de Atlas
-  Criterios de evaluación
-  Recursos tecnológicos



Ficha: Recetas

Para completar la ficha:

1. Cocinando, cocinando... y probando, probando...

- ✓ Conversar con el grupo acerca de los platos o comidas habituales en sus familias.
- ✓ Describir el menú de las fiestas más populares de la comunidad.
- ✓ Reconocer las comidas o platos típicos del lugar.

1

Momento de recuperar ideas previas y buscar nuevas





2

Momento de
selección

2. ¿Con cuál nos quedamos?

- ✓ Seleccionar un plato típico de la localidad. El docente puede orientar la elección de una receta representativa de la cultura del lugar o, si lo cree conveniente, se puede realizar una encuesta o consulta a familiares para la elección del plato.





3. Para ser buenos chef

3

Momento de búsqueda
de información

- ✓ Incentivar la recopilación de información sobre el plato elegido consultando diversas fuentes:
 - Consulta con familiares (padres, abuelos, personas de la comunidad).
 - Revistas y fuentes bibliográficas relacionadas con recetas o elementos sociales que nos identifiquen.
 - Páginas web que contengan recetas.
- ✓ Si se consultan distintas fuentes posiblemente se obtengan diferentes formas de preparar un mismo plato. En ese caso, analizar con los alumnos las semejanzas y diferencias para plasmar las variaciones en el procedimiento y/o los ingredientes.
- ✓ Identificar los ingredientes de la receta elegida.
- ✓ Reconocer si los términos utilizados para identificar los ingredientes son propios de la región, en ese caso acompañarlos de sinónimos o descripciones que permitan a otras audiencias reconocerlos sin problemas.





Ficha: recetas

- ✓ Consignar las cantidades de ingredientes necesarios utilizando un sistema de medición convencional.
- ✓ Para la redacción del procedimiento es importante tener en cuenta la finalidad de los textos instructivos: conectar el lenguaje con la acción.

Algunas sugerencias para llevar la tarea a cabo:

- Ponerse en el lugar del que no conoce el procedimiento,
- no saltarse ningún paso,
- no alterar la secuencia,
- explicitar hasta lo que parece obvio,
- usar un vocabulario preciso.





4. A ordenar la cocina y la información

4

Momento de organizar
la información

- ✓ Proponer un título para la ficha
- ✓ Preparar una breve descripción de la ficha
- ✓ Dar los detalles de la receta
 - Plato: desayuno, merienda, entrada, primer plato, segundo plato, postre.
 - Ingredientes: Listado enumerando los ingredientes y la cantidad necesaria de cada uno.
 - Procedimiento: Describir paso a paso cómo realizar el plato.
 - Quiénes lo preparan: ¿es una comida propia de algún grupo, pueblo, etnia o religión?
 - Cuándo se prepara: ¿todos los días? ¿durante alguna época especial del año, en invierno, verano? ¿o para algún festejo particular?





5. Preparando la publicación

- ✓ Preparar todos los documentos a publicar en Atlas, utilizando las herramientas informáticas apropiadas.
 - Usar un procesador de texto para preparar los textos que integrarán nuestra ficha.
 - Digitalizar las imágenes que hemos decidido publicar.
 - Digitalizar archivos de video y sonido.

5

Momento de
producción



Para enriquecer la ficha:

- ✓ Se puede enriquecer la ficha incorporando imágenes (fotografías o dibujos), archivos de audio o pequeños videos que contribuyan a documentar, por ejemplo:
 - El proceso de elaboración de una receta.
 - Una entrevista o relato de un abuelo/a.
 - El momento de degustar el plato (situaciones en donde se come).
 - Grabar el relato de un abuelo/a en el ordenador y utilizando un editor de sonido prepararlo para su publicación en Atlas.



¡A publicar en Atlas!

5

Momento de
producción

¡Llegó el momento de compartir lo producido con los participantes de Atlas!

Podrá ser publicado por el docente o los alumnos con la supervisión adecuada (todo lo que se publique en Atlas, podrá ser modificado por el docente si lo considera necesario).

Un ejemplo: [Alfajorcitos de Maicena – Receta de Argentina](#)





Para trabajar las diversas áreas del currículum

Área: Matemática

Contenidos: Medidas de capacidad y peso: equivalencias entre los distintos ingredientes utilizados en la elaboración de las recetas. Fracciones. Sistema de medición no formal. Equivalencias de sistemas de medición.

Sugerencias:

- Realizar equivalencias entre sistemas de medidas informales y formales: ¿Cuánto pesa “una cucharadita” de azúcar?, ¿Cuánto es una taza de agua?
- Averiguar los sistemas de medición habituales en los países de las escuelas y centros participantes en Atlas.
- Sistematizar las equivalencias en una planilla de cálculos.





Para trabajar las diversas áreas del currículum

Área: Lenguaje

Contenidos: Entrevistas. Encuestas. Textos instructivos. La narración oral

Sugerencias:

- Diseñar entrevistas pautadas para relevar información sobre recetas tradicionales.
- Diseñar una encuesta para familiares y amigos a fin de relevar el plato considerado más representativo de la comunidad. Elaboración de preguntas y respuestas posibles.
- Trabajar la escritura de textos instructivos a partir del formato receta.
- Promover un encuentro con abuelos/as para que relaten anécdotas relacionadas con alguna comida típica.





Para trabajar las diversas áreas del currículum

Área: Conocimiento del medio social y natural

Contenidos: Tradiciones locales. Producción primaria. Factores climáticos. Clasificación de alimentos: según su función (energéticos, reguladores, constructores, ricos en grasa), según el grupo al que pertenecen (lácteos, carnes, legumbres, cereales, etc.) Pirámide alimenticia.

Sugerencias:

- Investigar el contexto histórico-socio-cultural donde surge la receta: ¿quiénes la empezaron a realizar? ¿en qué circunstancias?
- Investigar si los productos utilizados en la preparación se producen en la región.
- Investigar si existe algún tipo de relación entre los productos utilizados en la receta y alguno de los siguientes factores: clima, humedad, vegetación, fauna, etc.
- Determinar qué ingredientes pertenecen a cada grupo de alimentos.
- Construir una pirámide alimenticia con productos regionales.



Para trabajar con las recetas de Atlas

Se propone la consulta en Atlas de las recetas elaboradas por otros niños/as para:

- Comparar los valores energéticos de diferentes platos.
- Clasificar una serie de recetas de diferentes lugares según determinados criterios: tipo de plato, ingrediente principal, formas de cocción, ocasiones en que se come, etc.
- Armar un menú equilibrado utilizando diferentes recetas.
- Elegir una receta y preparar el plato.
- Confeccionar un mapa temático a partir de la producción primaria en los diferentes lugares del Atlas.
- Construir una pirámide o rueda alimentaria a partir de alimentos utilizados en otros lugares.
- Calcular equivalencias de sistema de medición, para aquellas recetas que utilicen un sistema de medición de peso o capacidad diferente del nuestro.



Para trabajar con las recetas de Atlas

Para **intercambiar con otros grupos** participantes, se puede construir en conjunto:

- Un diccionario de sinónimos de alimentos.
- Un recetario organizado por algún criterio.
- Una bitácora de frustraciones culinarias, a partir de las propias experiencias, la consulta a otros participantes en el Atlas, la familia, etc.

Para **compartir con la comunidad** se puede:

- Organizar una degustación de comidas típicas de otros lugares.
- Difundir las recetas para que quien lo desee, pueda preparar un plato.



Criterios de evaluación

Para realizar una **evaluación del proceso** se podrán valorar los siguientes aspectos:

- La identificación de los distintos caracteres del teclado.
- El reconocimiento de las herramientas informáticas de uso cotidiano.
- La capacidad de entrar a las páginas de información elegidas.
- La habilidad para escribir textos utilizando determinadas aplicaciones.
- Valorar la información textual y gráfica que nos proporcionan.
- La destreza para describir procedimientos.
- La destreza para escribir mensajes coherentes y leer las aportaciones de otros.
- La habilidad para establecer relaciones con otros respetando las diferencias y particularidades de cada uno.



Criterios de evaluación

Una **evaluación del producto** deberá tener en cuenta:

- La claridad en la presentación de la información.
- La presentación de oraciones simples que describan los elementos más importantes de la ficha.
- La inclusión de archivos complementarios significativos.

A continuación **Rúbrica** para evaluar el trabajo colaborativo.





Ficha: Recetas

Rúbrica para evaluar el trabajo colaborativo	4	3	2	1
Trabajando con otros	Casi siempre escucha, comparte y apoya el esfuerzo de otros. Trata de mantener la unión de los miembros trabajando en grupo.	Usualmente escucha, comparte y apoya el esfuerzo de otros. No causa “problemas” en el grupo.	A veces escucha, comparte y apoya el esfuerzo de otros, pero algunas veces no es un buen miembro del grupo.	Raramente escucha, comparte y apoya el esfuerzo de otros. Frecuentemente no es un buen miembro del grupo.
Contribuciones	Siempre proporciona ideas útiles cuando participa en el grupo y en la discusión en clase. Lidera y organiza el trabajo del grupo.	Por lo general, proporciona ideas útiles cuando participa en el grupo y en la discusión en clase. Es un miembro destacado del grupo.	Algunas veces proporciona ideas útiles cuando participa en el grupo y en la discusión en clase. Es un miembro que colabora con lo que se le pide.	Rara vez proporciona ideas útiles cuando participa en el grupo y en la discusión en clase. Es un miembro que suele rehusarse a participar.
Enfocándose en el trabajo	Se mantiene enfocado en el trabajo que se necesita hacer. Es autónomo.	La mayor parte del tiempo se enfoca en el trabajo que se necesita hacer. Otros miembros del grupo pueden recurrir a esta persona.	Algunas veces se enfoca en el trabajo que se necesita hacer. Otros miembros del grupo deben recordarle a esta persona que se mantenga enfocado.	Raramente se enfoca en el trabajo que se necesita hacer. Deja que otros hagan el trabajo.
Calidad del trabajo	Proporciona trabajo de la más alta calidad.	Proporciona trabajo de calidad.	Proporciona trabajo que, ocasionalmente, necesita ser revisado o rehecho por otros miembros del grupo para asegurar su calidad.	Proporciona trabajo que, por lo general, necesita ser revisado o rehecho por otros miembros del grupo para asegurar su calidad.
Manejo del tiempo	Utiliza bien el tiempo durante todo el proyecto para cumplir con los plazos.	Utiliza bien el tiempo durante todo el proyecto, pero puede demorarse en alguna cuestión.	Tiende a demorarse, pero siempre tiene las cosas hechas a último momento.	Rara vez tiene las cosas hechas para la fecha límite y el grupo tiene que hacerse cargo de su trabajo.



Recursos tecnológicos

Herramientas:

- Procesador de textos: Word, [Writer](#)
- Navegador: [Explorer](#), [Chrome](#), [Firefox](#)
- Editor de imágenes: [GIMP](#), [Paint](#)
- Editor de audio: [Audacity](#)
- Editor de audio: [Audacity](#)
- Sitios para alojar audio: [Goear](#), [SoundCloud](#)
- Editor de video: [Movie Maker](#), [OpenShot](#), [Cinlerra](#)
- Sitios para alojar videos: [YouTube](#), [Vimeo](#)



Recursos tecnológicos

Enlaces:

- Pirámide alimenticia: <http://go.shr.lc/1bxGuEt>
- Comidas típicas argentinas: <http://www.aca.org.ar/interes/comidas/index.htm>
- El Gourmet (recetas de diferentes países): <http://elgourmet.com/>
- Cocineros Argentinos: <http://www.cocinerosargentinos.com/>
- Recetas sencillas: <http://www.inutilisimas.com/>
- Comida típica mexicana: <http://elgranchef.imujer.com/2010/08/16/comidas-tipicas-mexicanas>





ATLAS DE LA
diversidad