

Os benefícios da aula de Culinária na Educação Infantil



Na Educação Infantil é importante estimular a criatividade da criança e mantê-la interessada em aprender, para isso - às vezes - é necessário sair da sala de aula e incentivar a prática de atividades diferentes, como a Culinária. Escolher ingredientes, misturar, preparar e cozinhar – sempre sob a supervisão de um adulto - são ações que provocam a participação coletiva, ajudam no desenvolvimento de habilidades e favorecem o aprendizado de novos conteúdos, como:

- **A origem dos alimentos e novos sabores**

As aulas de Culinária permitem que as crianças descubram novos alimentos e como eles chegam à nossa mesa, quais são de origem animal e quais são plantados, além de conhecerem as diferenças de sabor e textura de frutas, legumes e verduras, por exemplo;

- **Propriedades nutritivas e a importância de uma alimentação saudável**

Esse tipo de aula, dependendo da maneira que for conduzida, contribui para a familiarização dos alunos com os nutrientes necessários para manter uma dieta balanceada;

- **Coordenação motora**

Cortar, lavar, misturar, aquecer, refrigerar e até mesmo moldar – sempre com segurança e sob supervisão - é uma maneira de desenvolver a coordenação motora dos pequenos e prepara-los para a prática cotidiana dessas ações;

- **Outras disciplinas**

Com as receitas, além de treinar leitura, as crianças também praticam Matemática por meio de medidas e soma de ingredientes, tempo e temperatura.

Cozinhar também permite que os alunos exercitem a memória durante a execução de uma receita, a paciência ao esperar o tempo necessário de preparo e a concentração para manusear e acertar medidas. Enfim, Culinária é uma aula prática que pode ser muito didática.

<http://novosalunos.com.br/aula-de-culinaria-nas-escolas-a-importancia-para-as-criancas/>