

CURSO ONLINE

DE INTRODUCCIÓN A LA PEDAGOGÍA MONTESSORI

LA COCINA

(CASA DE NIÑOS)



8. Montessori en casa

8.4 La cocina

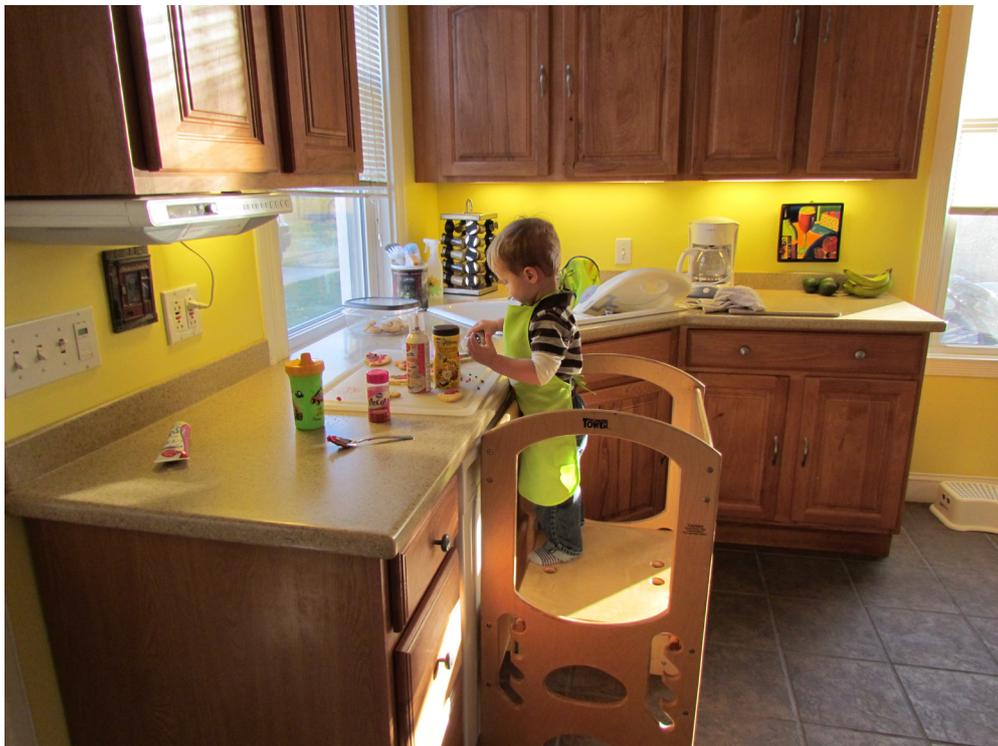
La cocina es otra parte de la casa donde se generan grandes aprendizajes y donde los niños pueden practicar infinidad de destrezas para alcanzar esa autonomía que tanto se busca desde Montessori. Generalmente entendemos la cocina como un lugar solo para cocinar y que suele ser peligroso para los niños por el fuego, los cuchillos, el agua caliente, los platos y vasos de cristal, etc. Pero la realidad es que si fomentamos esa autonomía y adaptamos el espacio y los utensilios a cada edad, son capaces de hacer muchas más cosas de las que pensamos.

La cocina además suele ser un lugar ideal para trabajar de forma indirecta aspectos matemáticos (pesos, medidas...), científicos (mezclando cosas), y sobre todo aspectos de la vida práctica.

Vamos a ver diferentes aspectos de la cocina que podemos tener en cuenta.

Como siempre, debemos tener una zona adaptada a su altura para que puedan estar cómodos a la hora de manipular los alimentos. Se puede poner o bien una mesa y una silla a su altura o bien utilizar las conocidas torres de aprendizaje para que puedan estar a la altura del mármol.





Para realizar las tareas de cortar, pelar, rallar, y ayudar a preparar la comida tenemos que ofrecerles utensilios que estén adaptados a sus pequeñas manos y que ofrezcan un mínimo de seguridad. Aunque la seguridad máxima siempre reside en mostrarle la correcta utilización de cada utensilio. Si les mostramos el correcto funcionamiento no tiene que haber peligro y suelen ser muy cuidadosos y además suelen concentrarse muchísimo en en este tipo de actividades de las que además disfrutan enormemente.



✓ **Cortar:** Para empezar a practicar la destreza de cortar alimentos podemos empezar ofreciendo alimentos blandos para que les resulte más sencillo y poco a poco ir subiendo la dificultad y cambiando el tipo de instrumento a más afilados. Estos serían los primeros que podríamos ofrecer.





✓ **Pelar:** actividades como pelar frutas, verduras o huevos duros proporcionan también grandes aprendizajes, además de la satisfacción de haber conseguido por ejemplo pelarse una fruta para luego comérsela por si solo.



✓ **Exprimir:** es otra de las actividades que pueden realizar en la cocina y de las que disfrutaban muchísimo.



Otro de los aspectos importantes a tener en cuenta a la hora de adaptar la cocina son los muebles donde podemos colocar todo lo necesario para que puedan poner la mesa solos, con todo lo necesario a su alcance.

Hay infinidad de ideas para llevar a cabo y en cada hogar cada familia puede adaptarlo en función del espacio que tengan en la cocina.



Podemos adaptar también una zona con snacks que puedan servirse cuando tengan hambre sin tener que reclamarnos y con todo lo necesario para preparárselo solos.



A la hora de recoger, limpiar y fregar los platos también pueden participar si lo tenemos todo adaptado. Además son tareas que les encanta hacer y que les ayuda a conseguir una mayor autonomía. Es recomendable tener escobas y fregonas de su tamaño. En algunas ocasiones se pueda adaptar un pequeño espacio para fregar los platos. Cuando eso no es posible se puede recurrir también a la [torre de aprendizaje](#).







Y como no, también hay que quitarse muchos miedos y permitir que puedan ayudar a cocinar los alimentos siempre estando presentes y con las normas oportunas de seguridad.



