

La hora de la comida

(Edad: 0-3 años)

Objetivos:

- Exponer vocabulario relacionado con la hora de la comida : utensilios / elementos de la cocina, alimentos y adjetivos que puedan referirse a los mismos.
- Favorecer primero la comprensión y luego la expresión de este nuevo vocabulario (situación muy repetitiva)
- Favorecer la comprensión y expresión de oraciones de 2/3 elementos



Qué hacer → *Al comenzar tenemos dos alternativas:*

1. Sentar al niño o niña en la mesa antes de prepararla y mientras están sentados, ir colocando en la mesa los platos, vasos, cubiertos... a la vez que vamos nombrando cada uno de ellos.
2. Colocar la mesa con la ayuda del niño o niña nombrado y fomentando la repetición de cada uno de los elementos que vamos necesitando.

- ✚ En alguna ocasión nos podemos olvidar algún elemento a propósito para luego poder preguntar “¿ Dónde está el agua?” “No está”, “ No hay agua”.



- ✚ Sacamos la comida a la mesa.
- ✚ No servirles primero. Si les damos la comida en primer lugar es probable que se centren en comer y prestarán menos atención al lenguaje que utilizemos al servir al resto de la familia.
- ✚ Cuando se sirva la comida, esperar a que nos mire y entonces ir nombrando los diferentes alimentos y para quién son (p.e: *la sopa es para, la carne para ama , para aita la carne también, ahora el agua, agua para*
- ✚ Es también importante aprovechar el momento para hacer comentarios sobre los alimentos: (P.e: *la sopa está caliente, ¡uy! me quemó, la carne está fría, toma el pan, ¡ qué ricas están las patatas!..*).
- ✚ Al final, le servimos al niño o niña y le decimos lo que tiene para comer, algún comentario sobre su comida, qué necesita coger para comerla, etc.
- ✚ Es mejor servirles raciones pequeñas para así darles la oportunidad de pedir más (a no ser por supuesto de que haya alguna

circunstancia específica) .*No adelantarnos a sus necesidades es una buena estrategia a seguir, que se puede extrapolar a muchos otros ámbitos. Si no nos pide nada, podemos ayudarle con preguntas: ¿ quieres más jamón? , ¿ quieres comer yogur? . Si no responde, podemos decidir por él/ella : ¡ Si , un poquito más de puré..! ¡ Aquí tienes el puré!*

- ✚ En alguna ocasión podemos olvidarnos de servirle la comida, para ver cómo nos la pide y poder utilizar expresiones como *¡ Ay, se me ha olvidado tu tortilla!, ¿ Dónde está tu tortilla? ¡ ¡ Aquí está!!*
- ✚ Podemos comenzar a introducir conceptos como: caliente-frio; grande pequeño; sucio-limpio; mas – no mas (*La sopa está fría , dame la cuchara grande, el plato está sucio....*)



Como veis se trata simplemente de utilizar una situación de la vida cotidiana para fomentar la comunicación familiar, pasar un rato juntos y fomentar el desarrollo del lenguaje . Sabemos que no siempre se puede disponer de tiempo para organizar una “sesión” de comida como esta, pero tampoco podemos olvidar la importancia que tiene vuestra implicación como padres y madres en la evolución y desarrollo del lenguaje de vuestros hijos e hijas.