

¡Cocina!

DOSSIER PEDAGÓGICO

Cia. Patrícia Pardo

CONTENIDOS

01 - Introducción

02 - Temas para reflexionar en el aula

- Alimentación saludable
- ¿Quién cocina?
- Repercusiones planetarias por el cómo y el qué comemos

03 - Literatura y cocina, dinámicas

04 - Coloquio postfunción





01 - INTRODUCCIÓN

Estamos ante una obra, ¡Cocina!, que quiere poner la cocina (el acto de comer diariamente y la decisión o no de cocinarse y qué cocinarse) como excusa dramática para hablar de la autosuficiencia, de los actos de amor y de cómo las acciones íntimas cotidianas tienen un impacto determinante no solo en la propia felicidad sino también en la naturaleza, la economía y la organización social.

La propuesta pedagógica se centra en la búsqueda de **documentación** sobre temáticas relacionadas con la cocina (alimentación consciente y saludable; cuidados y cocina; repercusiones medioambientales y sociales derivadas), así como la posterior puesta en común y **reflexión grupal**.

Además, desde el dossier, animamos a disfrutar de la **literatura** a través de la excusa temática de la cocina.

02 - TEMAS PARA REFLEXIONAR EN EL AULA

2.1. ALIMENTACIÓN SALUDABLE

PREGUNTAS Y REFLEXIONES PARA GENERAR EN EL AULA:

- ¿Qué alimentos, productos o platos te parecen más sabrosos?
- ¿Y cuáles más saludables?
- ¿Sabes qué es el plato Harvard?
- ¿Sabes en qué alimentos puedes encontrar proteínas? ¿I en cuáles hidratos de carbono de calidad? ¿Y grasas saludables? ¿Y vitaminas? ¿Y minerales? ¿Y azúcares de absorción lenta?

LINKS DE INTERÉS DESDE DONDE PODER GENERAR LA BÚSQUEDA:

[EL PLATO SALUDABLE DE HARVARD](#)

[IDEAS DE PLATOS SALUDABLES, POR LA UNIV. DE VALÈNCIA](#)

[INSTAGRAM DEL NUTRICIONISTA ÁLVARO VARGAS](#)



2.2. QUIÉN COCINA

PREGUNTAS Y REFLEXIONES PARA GENERAR EN EL AULA:

- ¿De cocina, de quién has aprendido lo que sabes?
- ¿Quién es la persona que más te ha cocinado en tu vida?
- ¿Para quién cocinas tú?
- ¿Quién limpia la cocina de tu casa?

LINKS DE INTERÉS DESDE DONDE PODER GENERAR LA BÚSQUEDA:

[“POR QUÉ NO LLAMAMOS COCINERAS A LAS MUJERES QUE...”](#)
Article de Rosa Molinero Trías.

[“LA MAGIA DE LAS ABUELAS EN LA COCINA NO ERA AMOR SINO TRABAJO”](#) Article de Maria Nicolau.

[“COCINAR ES REVOLUCIONARIO”](#) Artículo El comidista



2.3. REPERCUSIONES PLANETARIAS POR EL CÓMO Y EL QUÉ COMEMOS

PREGUNTAS Y REFLEXIONSE PARA GENERAR EN EL AULA:

- Comer tenemos que hacerlo cada día... ¿Crees que una acción cotidiana como esa puede volverse revolucionaria? ¿Por qué? ¿O por el contrario, crees que comer es solo un trámite?
- ¿El amor al cocinar, existe? ¿Cómo se manifiesta? ¿Como lo manifiestas?

LINKS DE INTERÉS DESDE DONDE GENERAR LA BÚSQUEDA:

"Los alimentos y el cambio climático: Una dieta más sana por un planeta más saludable". Naciones Unidas

"El impacto ambiental de la carne." National Geographic

Impacte de la ramaderia. Green Peace

Impacte del desperdici d'aliments. Artículo de Maribel Hernández



03 - LITERATURA Y COCINA

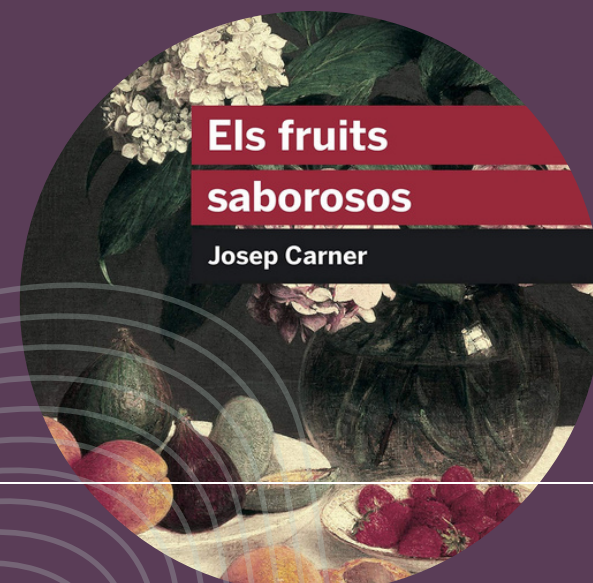
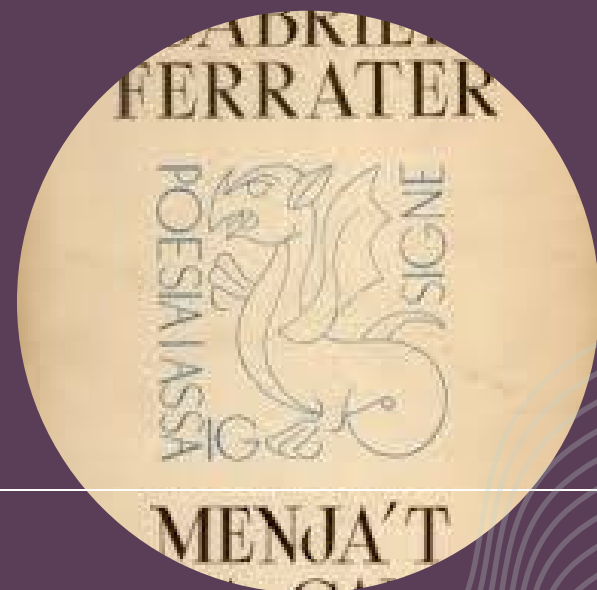
POSIBLES DINÁMICAS PARA EL AULA:

- Búsqueda de poemas y relatos donde los alimentos y el cocinar sean protagonistas.
- Lectura y puesta en común de los hallazgos.
- Prácticas de escritura para crear nuestros poemas o relatos “culinarios” : versiona, inicia con el primer verso, sustituye los adjetivos por otros,...

*Impúdicament recorde les
teues sopes d'all,
aquell arròs amb bledes,
aquell arròs al forn,
aquell pa amb oli i sal,
les xulles rostides damunt
un foc de llenya,
sé que algú se'n riurà,
d'aquestes coses,
i des d'ací em cague en la
puta mare que l'ha parit.*

VICENT ANDRÉS ESTELLÉS

ALGUNAS IDEAS DE POEMAS Y DE POETAS:



04 - COLOQUIO POSTFUNCIÓN

El coloquio posfunción es una oportunidad para generar debate y reflexión junto a las artistas y creadoras de la obra. Conversaremos sobre las temáticas presentes en ¡Cocina!, sobre el proceso de creación y el trabajo del equipo o sobre cualquier duda o inquietud que el espectáculo haya podido despertar en las personas asistentes.

Aprovecharemos también para conversar sobre los hábitos de asistencia al teatro y al circo por parte del alumnado, y sobre las disciplinas circenses contemporáneas, a veces grandes desconocidas para gran parte del público.



PREGUNTAS Y REFLEXIONES QUE PUEDE LANZAR LA COMPAÑÍA:

- ¿Vas habitualmente al teatro? ¿Con quién?
- ¿Eliges tú las obras que ves? ¿Cómo las eliges?
- ¿Qué crees que está permitido hacer o no hacer en el teatro?
- ¿Has visto alguna vez circo en sala?
- ¿Qué disciplinas de circo has podido observar en Cuina!?
- ¿Sabes qué es el clown?

Dossier pedagógico

¡COCINA!

Cia. Patrícia Pardo