



# LANGUAGE LEARNING THROUGH CULTURE & COOKING

Nº de Proyecto 2019-1-UK01-KA204-061490

## PROYECTO DE ASOCIACIÓN ESTRATÉGICA KA2

### Aprendizaje de idiomas a través de la cultura y la cocina

Nº de Proyecto 2019-1-UK01-KA204-061490

## “Técnicas de impartición, intercambio de buenas prácticas, planes didácticos”

### Manual para el curso formativo

Noviembre 2020



Cofinanciado por el programa Erasmus+ de la Unión Europea

El apoyo de la Comisión Europea para la producción de esta publicación no constituye una aprobación del contenido, el cual refleja únicamente las opiniones de los autores, y la Comisión no se hace responsable del uso que pueda hacerse de la información contenida en la misma.



# LANGUAGE LEARNING THROUGH CULTURE & COOKING

Nº de Proyecto 2019-1-UK01-KA204-061490



Cofinanciado por el programa Erasmus+ de la Unión Europea

El apoyo de la Comisión Europea para la producción de esta publicación no constituye una aprobación del contenido, el cual refleja únicamente las opiniones de los autores, y la Comisión no se hace responsable del uso que pueda hacerse de la información contenida en la misma.



# LANGUAGE LEARNING THROUGH CULTURE & COOKING

Nº de Proyecto 2019-1-UK01-KA204-061490

## CONTENIDOS

Introducción al proyecto	5
¿CÓMO INTEGRAR A ALUMNOS DE DISTINTOS ORÍGENES?	6
1. Redirija su papel en la formación de “instructor” a “facilitador”	7
2. Exprese interés en el trasfondo cultural de los estudiantes.	7
3. Mantenga un plan de estudios inclusivo que siga siendo respetuoso con las diferencias.	8
4. Mantenga un estricto nivel de sensibilidad hacia las cuestiones lingüísticas.	8
5. Incorpore métodos de autoevaluación.	8
6. Adapte su material formativo.	9
ENFOQUE PEDAGÓGICO Y ESTRATEGIA DIDÁCTICA DEL PROYECTO LANGUAGE LEARNING THROUGH CULTURE & COOKING (LLCC)	9
1. Idioma	10
2. Diálogo intercultural	11
3. Cocina y comida	11
TABLA DE COMPETENCIAS	12
MÓDULOS DE FORMACIÓN	12
Módulo I: ¿Desayuno, comida y cena? Diferencias en los hábitos alimentarios	12
Módulo II: ¿Sopa, entrante, plato principal, postre? Diferentes platos en diferentes culturas	14
Módulo III: Celebraciones y tradiciones - comidas servidas en ocasiones especiales	16
Módulo IV: Cocina sana para un entorno más saludable	19
TÉCNICAS DE COMPROMISO EN EL NUEVO ENTORNO BASADO EN SESIONES VIRTUALES	22
CONSEJOS PARA PLANIFICAR UN CURSO/FORMATO INTERACTIVO Y ATRACTIVO EN LÍNEA	23
CONSEJOS, HERRAMIENTAS Y MUCHO MÁS SOBRE CÓMO INVOLUCRAR A LA GENTE EN SU CURSO EN LÍNEA	24
EJEMPLOS Y RECOMENDACIONES	24
1. Use las salas para grupos pequeños de Zoom	25
2. Kahoot	25
3. Mentimeter	26
4. Miro	26
COCINA Y DIÁLOGO INTERCULTURAL EN FORMATOS ONLINE	27



# LANGUAGE LEARNING THROUGH CULTURE & COOKING

Nº de Proyecto 2019-1-UK01-KA204-061490

1. Incluir "tareas en vivo" en las reuniones en línea	27
2. ¡Haz un vídeo (de cocina) en casa!	27
3. Actividades en pequeños grupos que integran el diálogo intercultural	28
PLAN DIDÁCTICO Y USE DE LOS MATERIALES	29
Ejemplo de plan didáctico para el formato de curso en línea semipresencial/presencial	29
Ejemplo de plan de clase para el formato de curso en línea	33
METODOLOGÍA DE EVALUACIÓN Y MEDIDAS	40
CERTIFICACIÓN	43
REFERENCIAS Y SITIOS WEB RELEVANTES/ENLACES ÚTILES/RECURSOS Y PUBLICACIONES	45
CONSORCIO DEL PROYECTO	47



Cofinanciado por el  
programa Erasmus+  
de la Unión Europea

El apoyo de la Comisión Europea para la producción de esta publicación no constituye una aprobación del contenido, el cual refleja únicamente las opiniones de los autores, y la Comisión no se hace responsable del uso que pueda hacerse de la información contenida en la misma.

## Introducción al proyecto

---

*Language Learning Through Culture & Cooking* es un proyecto de dos años de duración financiado a través del programa de asociación estratégica para la formación de adultos Erasmus+ KA2. Dirigido por Dacorum CVS (Reino Unido), el proyecto también reúne a socios de Austria, Grecia, Lituania, Rumanía y España para compartir sus conocimientos y experiencia con el fin de crear productos de formación innovadores que combinen los temas del aprendizaje de idiomas, la cocina y el diálogo intercultural. El proyecto está dirigido a los proveedores de aprendizaje de adultos y a las agencias de desarrollo comunitario, proporcionándoles nuevas herramientas que podrán utilizar para que los alumnos mejoren sus resultados de aprendizaje, así como en el lugar de trabajo y en la comunidad local.

Cada vez está más reconocido el hecho de que cuando se involucra y se motiva a los alumnos adultos, los resultados individuales que alcanzan son de un nivel superior al que hubiera sido posible de otro modo. La motivación conduce a un aumento de los conocimientos, de los niveles de confianza, de las habilidades y de los contactos sociales. En el caso de los inmigrantes, conduce a un mayor sentimiento de pertenencia a la comunidad en la que residen actualmente. Cada uno de los socios de esta propuesta ha experimentado con sus propias formaciones los resultados positivos que se derivan de unos alumnos motivados y comprometidos.

En todas las asignaturas que se imparten a los alumnos adultos existe la posibilidad de motivarles más. La calidad de la enseñanza es uno de los aspectos principales, al igual que el ambiente en el aula y la forma en que se crea/imparte el plan didáctico. Algunas materias se prestan más a la participación de los alumnos, y los socios del proyecto consideran que la cocina y el intercambio intercultural tienen un gran potencial positivo. El nivel de los resultados obtenidos está relacionado con la forma en la que se imparte la clase. Lo que funciona bien puede funcionar aún mejor y siempre nos esforzamos por mejorar.

Los socios se han unido en esta propuesta para luchar por esta mejora a través de la creación de formas innovadoras de combinar el aprendizaje de idiomas y la incorporación de habilidades básicas a través de la cocina y el diálogo intercultural. Este último logra los mejores resultados cuando se intercambian todas las culturas representadas en el aula, mientras que la cocina puede ampliar los horizontes compartiendo recetas tradicionales, al tiempo que subraya los mensajes clave sobre los alimentos de origen local y la alimentación saludable. Esto proporciona una dimensión medioambiental y de salud y bienestar, así como una forma de ciudadanía activa.

El proyecto creará una cartera de materiales de formación, directrices, manuales y recursos en línea para que las organizaciones y los formadores de adultos puedan recurrir a ellos para mejorar la impartición de sus clases. Se redactarán desde la perspectiva de la impartición de clases en el marco del aprendizaje de idiomas para hablantes de otras lenguas, reconociendo al mismo tiempo el potencial de transferencia a otros temas de los cursos. Los formadores de adultos son los principales beneficiarios del proyecto, siendo las comunidades de inmigrantes las que se benefician en última instancia de la entrega del material del curso, aunque la población en general también se beneficia de la participación en la cocina y el intercambio cultural.



# LANGUAGE LEARNING THROUGH CULTURE & COOKING

Nº de Proyecto 2019-1-UK01-KA204-061490

## FINALIDAD, OBJETIVOS Y CONTENIDO DE LA GUÍA DE FORMACIÓN SOBRE CÓMO IMPARTIR UN CURSO DE SENSIBILIZACIÓN INTERCULTURAL A TRAVÉS DE LA COCINA

El objetivo principal de este Manual es ofrecer a los formadores que trabajan con los materiales desarrollados en el proyecto LLCC una visión general sobre cómo utilizar el material y cómo implementarlo y adaptarlo a la situación real del curso. El Manual también incluye sugerencias y consejos que pueden ser útiles tanto para la fase de desarrollo del curso como para su implementación.

### Los principales objetivos de esta guía son:

- Informar a los formadores sobre cómo utilizar y adaptar los conceptos para su uso.
- Recomendaciones sobre cómo integrar el lenguaje, la alfabetización y la aritmética en la formación.
- Cómo tratar las cuestiones interculturales y los diferentes orígenes de sus participantes.
- Informar a los formadores sobre los métodos y estrategias de evaluación.
- Ofrecer ejemplos de buenas prácticas y planes didácticos que pueden utilizarse para el curso diseñado por los formadores.
- Métodos de participación y herramientas útiles para los cursos en línea.

Esta sección ofrece una visión general de los conceptos pedagógicos del LLCC de forma práctica, ofreciendo diferentes estrategias de enseñanza y aprendizaje. En las siguientes secciones del Manual, muchas de las estrategias y conceptos mencionados se explican de forma más detallada, incluyendo **consejos prácticos y ejemplos de buenas prácticas**.

### ¿CÓMO INTEGRAR A ALUMNOS DE DISTINTOS ORÍGENES?

La enseñanza culturalmente receptiva es crucial para asegurarse de que todos los alumnos de la clase reciben la atención necesaria y el respeto que merecen para proceder eficazmente en el proceso de aprendizaje. Aunque pueda parecer difícil para un facilitador tratar temas delicados y ser cuidadoso con las definiciones específicas, hay algunas directrices básicas que los profesores deben seguir para cumplir las altas expectativas de los participantes y conseguir que se interesen por el material.

Estas directrices tienen un carácter universal, ya que podrían aplicarse en variedad de casos - con los ajustes adecuados- y lograr grandes resultados. Respetando la narrativa de nuestro proyecto sobre aprendizaje de idiomas a través de la cultura y la cocina, pretendemos aplicar estas metodologías en el contexto de la cocina.

Para empezar, se presentarán los pasos básicos que podría seguir un facilitador para ayudar a personas de diferentes orígenes culturales a integrarse en la comunidad local.



# LANGUAGE LEARNING THROUGH CULTURE & COOKING

Nº de Proyecto 2019-1-UK01-KA204-061490

## 1. Redirija su papel en la formación de “instructor” a “facilitador”

Estamos familiarizados con el hecho de que las formaciones crean la situación “profesor-alumno”, pero en esta ocasión se recomienda un enfoque basado en “facilitador-aprendiz/participante”. Esto es algo que debe quedar claro desde el principio de la formación.

Un requisito importante para crear un entorno propicio para los alumnos es reducir la diferencia de poder entre el "profesor" y el "alumno". Los alumnos pueden mostrar un comportamiento negativo como resultado de una sensación de injusticia social: en una clase culturalmente diversa, el profesor actúa así más como un facilitador -un guía que da consejos- y orienta a los alumnos hacia un camino educativo que estos últimos descubrirán y construirán en función de sus necesidades y fase de aprendizaje.

Permita que los alumnos traigan sus propias recetas y trabaje con ellas, anímelos a hacerlo, o incluso intente intercambiar recetas con ellos y aprender más sobre su cultura y sus hábitos alimentarios. Los formadores deben trabajar para que los participantes se sientan cómodos en el contexto específico.

## 2. Exprese interés en el trasfondo cultural de los estudiantes.

Anime a los alumnos a investigar y compartir información sobre su trasfondo cultural como medio para fomentar una relación de confianza con los demás. Para ser más concretos, hay personas que creen que el uso correcto de hierbas y especias puede ayudar a evitar el resfriado, mientras que otras niegan por completo tales prácticas. Cree un punto de conversación común entre los alumnos para sacar un tema relacionado con la alimentación y la cocina. Permita que todos los alumnos expresen sus experiencias y su cultura para crear un ambiente positivo. Este enfoque tendrá un gran impacto en los alumnos, ya que comprenderán que todos parten del mismo punto. Esto les ayudará a sentirse cómodos con el resto de los participantes y les animará a asumir un papel protagonista a la hora de expresar su cultura. Les incitará a participar más activamente en el proceso de aprendizaje.

Encontrará información detallada sobre algunos de los temas propuestos en la sección "Planes de clase y uso del material":

- Platos típicos de los países
- Hierbas y especias por motivos medicinales
- Utensilios de cocina específicos utilizados en cada país
- ¿Comida fresca o congelada?



Para que no se nos malinterprete, los temas anteriores son algunas de las sugerencias que podrían tratarse durante la formación, pero hay una plétora de temáticas diferentes que el facilitador puede decidir o incluso detectar mientras se imparte la formación. Hay que centrarse siempre en la información que proporcionan los alumnos y tratar de entender sus intereses y los temas que desean tratar.

### 3. Mantenga un plan de estudios inclusivo que siga siendo respetuoso con las diferencias.

Un plan de estudios culturalmente receptivo garantiza la inclusión de todos los alumnos en todos los aspectos del proceso de aprendizaje y reconoce las diferencias únicas que pueden tener los estudiantes. En el contexto de la cocina, habrá alumnos que puedan estar más avanzados que otros en lo que respecta a los tiempos verbales o los números, pero no hay que dejar atrás a los que carecen de estos conocimientos. Es importante que los interlocutores construyan un terreno común. Un enfoque interesante sería dar el papel de facilitador a los que ya tienen un nivel más avanzado, de modo que ambos grupos (el más avanzado y el menos avanzado) participen activamente en el proceso de aprendizaje. Esta estrategia proporcionará un medio para ambos grupos de aprendizaje, ayudará a una mejor incorporación de la información y promoverá así la inclusión.

### 4. Mantenga un estricto nivel de sensibilidad hacia las cuestiones lingüísticas.

En las aulas tradicionales, los alumnos que no son hablantes nativos suelen sentirse marginados, perdidos y presionados para descartar su lengua materna en favor de la lengua enseñada. En un aula culturalmente receptiva, se celebra la diversidad de la lengua, y el nivel de los materiales didácticos proporcionados a los no nativos se adapta a su nivel de aprendizaje de la misma. Los materiales de acompañamiento deben proporcionarse en el idioma principal del alumno o en una lengua común, y se debe animar al alumno a dominar el idioma local.

Hay que proporcionar a los alumnos material sobre cocina que pueda serles útil para aprender el idioma. Además, YouTube es siempre una fuente de información para que encuentren y cocinen recetas y, al mismo tiempo, activen su capacidad de escucha en la lengua local.

### 5. Incorpore métodos de autoevaluación.

Otro método para ayudar a los alumnos a participar activamente en el aprendizaje es reformular el concepto de examen. Mientras que los exámenes suelen asociarse a las calificaciones (y, por tanto, al estrés) en las aulas tradicionales, las pruebas no calificadas pueden utilizarse para comprobar el progreso y asegurarse de que los alumnos no se retrasan en el material requerido. Enseñar a los alumnos a autoevaluarse mientras aprenden cosas





# LANGUAGE LEARNING THROUGH CULTURE & COOKING

Nº de Proyecto 2019-1-UK01-KA204-061490

nuevas les ayudará a recordar mejor lo que están viendo en clase y a darse cuenta por sí mismos de cuándo necesitan estudiar un tema con mayor profundidad.

Una forma práctica de controlar el propio progreso es plantear preguntas como las siguientes:

- "¿Cuándo entiendo o no entiendo el nuevo material?"
- "¿Qué entiendo y qué no entiendo?"
- "¿Por qué no entiendo partes del material que estoy tratando de aprender?"

Una vez que los alumnos han identificado algunas de las áreas problemáticas, pueden trabajar para satisfacer sus necesidades individuales y comenzar a estudiar el material con mayor profundidad.

## 6. Adapte su material formativo.

Es importante que el facilitador adapte su material de formación para responder no sólo a las necesidades de los alumnos, sino también a las de la vida cotidiana. El uso de la tecnología y de todos los recursos ocultos puede ayudar al instructor a facilitar la formación con mayor facilidad y eficacia, lo que permitirá a los alumnos familiarizarse y adquirir experiencia con herramientas tecnológicas que les ayudarán en su vida diaria.

La diversidad durante la formación ayuda a los participantes a apreciar diferentes perspectivas y a sacar conclusiones más sólidas. Desafiar a los alumnos a considerar diferentes perspectivas también puede enseñarles a interactuar con sus compañeros a nivel social y dotarles de habilidades que utilizarán el resto de sus vidas. La diversidad no sólo mejora las habilidades sociales, sino que también puede tener un impacto en muchos niveles diferentes. Mejora la capacidad de pensamiento crítico, fomenta la confianza académica y aumenta las oportunidades de integración de los alumnos en el mercado laboral local.

## ENFOQUE PEDAGÓGICO Y ESTRATEGIA DIDÁCTICA DEL PROYECTO LANGUAGE LEARNING THROUGH CULTURE & COOKING (LLCC)

El partenariado del LLCC pretende combinar tres temas principales dentro de un mismo proyecto: el aprendizaje de idiomas, el diálogo intercultural y la cocina. Desde este punto de vista, el proyecto ya es innovador porque pretende incluir los tres aspectos básicos dentro del curso, incluyendo los materiales desarrollados. El tema de la comida y la cocina suele integrarse en los cursos de idiomas, tanto en el nivel A1 como en el A2, pero, al menos superficialmente, no se combina con los aspectos interculturales.

Por ello, los principios básicos del LLCC que se utilizan en todo el proyecto son los siguientes:



# LANGUAGE LEARNING THROUGH CULTURE & COOKING

Nº de Proyecto 2019-1-UK01-KA204-061490

Aprendizaje de idiomas	Diálogo intercultural	Cocina
<ul style="list-style-type: none"><li>• Nivel A1/A2</li><li>• Mayor desarrollo de los ejercicios lingüísticos</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Diferencias y similitudes culturales</li><li>• Uso práctico de conceptos culturales</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Cocina como parte de la cultura</li><li>• Integración de enfoques prácticos</li></ul>

## 1. Idioma

El curso está dirigido a alumnos con niveles A1 y A2 de idiomas, de acuerdo con el Marco Común Europeo de Referencia para las Lenguas (MCER). El MCER fue desarrollado por el Consejo Europeo en 1990, e incluye una escala de A1 a C2 que define las habilidades lingüísticas de cada alumno.

La definición para estos dos niveles, acorde al MCER, es:

- **A1:** Es capaz de comprender y utilizar expresiones cotidianas y frases básicas destinadas a satisfacer necesidades de tipo concreto. Puede presentarse a sí mismo y a los demás y puede hacer y responder a preguntas sobre detalles personales como dónde vive, las personas que conoce y las cosas que tiene. Puede interactuar de forma sencilla siempre que la otra persona hable despacio y con claridad y esté dispuesta a ayudar.
- **A2:** Es capaz de comprender frases y expresiones de uso frecuente relacionadas con áreas de relevancia más inmediata (por ejemplo, información personal y familiar básica, compras, geografía local, empleo). Puede comunicarse en tareas sencillas y rutinarias que requieran un intercambio de información simple y directo sobre asuntos familiares y rutinarios. Es capaz de describir en términos sencillos aspectos de su pasado, de su entorno inmediato y de asuntos relacionados con sus necesidades inmediatas.

En el sitio web del Consejo de Europa se puede encontrar información más detallada sobre las cuatro destrezas básicas definidas en el MCER (comprensión oral, comprensión escrita, expresión oral y expresión escrita): <https://www.coe.int/en/web/common-european-framework-reference-languages/level-descriptions>

Todas las actividades y ejercicios del proyecto LLCC se basan en este marco para garantizar la compatibilidad con otros materiales y cursos. Debido a la gran diferencia entre los niveles A1 y A2, muchos de los materiales desarrollados se han creado de forma "abierta", lo que permite al formador adaptar las actividades y tareas al nivel real de lengua de los participantes.



# LANGUAGE LEARNING THROUGH CULTURE & COOKING

Nº de Proyecto 2019-1-UK01-KA204-061490

En este Manual, se pueden encontrar consejos y explicaciones adicionales en la sección "Cómo integrar la lengua básica, la alfabetización y el cálculo en los materiales de formación".

## 2. Diálogo intercultural

Dentro del proyecto LLCC, el diálogo intercultural se entiende como un proceso de comunicación continuo que aumenta la conciencia cultural y agudiza la percepción de la cultura individual. Dados los diferentes orígenes culturales de los alumnos, el diálogo tiene que estar abierto en ambas direcciones. El objetivo no es sólo fomentar la comprensión de las tradiciones culturales relacionadas con la comida que se hace en los países de acogida de los refugiados y los inmigrantes, sino también permitir un intercambio de opiniones y hábitos, incluyendo sus antecedentes culturales. A través de este proceso bilateral se pueden explorar tanto las diferencias como las similitudes, y puede ayudar a comprender y respetar otros orígenes culturales.

En la sección "Cómo integrar a los alumnos de diferentes orígenes culturales" de este Manual se puede encontrar información detallada, estrategias y consejos sobre cómo integrar a los alumnos de diferentes orígenes en la comunidad local.

## 3. Cocina y comida

Los materiales cubren el tema de la cocina y la alimentación tanto de forma teórica como de forma más práctica. Como tema principal del proyecto, todas las actividades y ejercicios se centran en una introducción a la cocina, por ejemplo, palabras y frases relevantes que son útiles para hablar de los hábitos alimentarios personales, para describir platos y métodos de preparación, etc.

Con tareas más prácticas, el tema se utilizará para involucrar a los participantes en el contenido del curso y para fomentar el ya mencionado diálogo intercultural.

## ENFOQUES Y ESTRATEGIAS DE APRENDIZAJE INNOVADORES PARA ESTUDIANTES ADULTOS

El aspecto innovador del proyecto LLCC se da a través del modelo paso a paso. Siguiendo este modelo, los alumnos aumentan sus competencias interculturales y sus habilidades lingüísticas.

Este modelo **paso a paso** combina los tres aspectos principales del proyecto LLCC:

1. **Aprender, repetir y consolidar el vocabulario** básico de palabras y frases complejas relacionadas con la "cocina y los alimentos", junto con una introducción a las tradiciones culinarias del país de acogida.
2. Utilización de las **competencias lingüísticas** en **actividades de grupo** relacionadas con **aspectos interculturales** como los diferentes hábitos y tradiciones alimenticias, comidas y platos típicos, etc.
3. Poner en práctica los conocimientos adquiridos mediante **actividades interactivas en grupo**, por ejemplo, ir de compras, cocinar juntos, etc.



# LANGUAGE LEARNING THROUGH CULTURE & COOKING

Nº de Proyecto 2019-1-UK01-KA204-061490

El concepto pedagógico del LLCC trata de **unir los tres aspectos** principales para **crear un curso innovador** que ofrezca a los alumnos la oportunidad de mejorar sus habilidades lingüísticas descubriendo las diferencias y similitudes culturales entre su país de origen y el de acogida.

## TABLA DE COMPETENCIAS

Todo el proyecto LLCC se basa en la tabla de competencias desarrollada para el contenido del proyecto y los cuatro módulos del curso de formación. La clave para evaluar los resultados del aprendizaje reside en las competencias concretas que cada alumno alcanzará al final del curso.

Consta de tres elementos básicos:

1. **Lenguaje:** construir un nuevo vocabulario, contar narraciones sencillas, plantear preguntas sencillas, pedir ayuda y dar instrucciones (basado en A1/A2).
2. **Cultura:** reflexionar sobre la diversidad cultural, aumentar la conciencia de la propia cultura, mejorar el conocimiento de otras culturas y encontrar puntos en común.
3. **Habilidades personales:** compromiso social, desarrollo de competencias interculturales, experimentar la diversidad, colaboración.

La **tabla de competencias** es el marco para los cuatro módulos que constituyen el curso completo del LLCC. Además, es un útil instrumento de planificación que garantiza que todas las actividades y tareas estén en consonancia con el resultado de aprendizaje deseado y que sean medibles. La parrilla de competencias define el marco para las estrategias de enseñanza y aprendizaje que se utilizan en las distintas tareas y actividades basadas en los tres aspectos principales del proyecto (lengua, diálogo intercultural y cocina/alimentación).

Cada módulo tiene su propia tabla de competencias para garantizar tanto las estrategias de aprendizaje, como las competencias fruto del resultado final del aprendizaje, y que sean medibles (para más detalles, véanse las tablas de la página siguiente).

La tabla de competencias incluye tanto los resultados de aprendizaje definidos como los previstos (paso 1 del proceso de evaluación), y define el marco de las medidas de evaluación (paso 2, véanse los tres elementos básicos). El material desarrollado también se basa en la tabla de competencias.

## MÓDULOS DE FORMACIÓN

### Módulo I: ¿Desayuno, comida y cena? Diferencias en los hábitos alimentarios

#### Objetivos del Módulo I:

- Compartir con los participantes información básica sobre la lengua meta.



Cofinanciado por el programa Erasmus+ de la Unión Europea

El apoyo de la Comisión Europea para la producción de esta publicación no constituye una aprobación del contenido, el cual refleja únicamente las opiniones de los autores, y la Comisión no se hace responsable del uso que pueda hacerse de la información contenida en la misma.



# LANGUAGE LEARNING THROUGH CULTURE & COOKING

Nº de Proyecto 2019-1-UK01-KA204-061490

- Explorar la estructura gramatical básica en la lengua meta.
- Aprender y mejorar el vocabulario básico de los alumnos relacionado con la composición y los diferentes cursos de comidas.
- Fomentar el compromiso social a través del trabajo en pequeños grupos con tareas y actividades interactivas.

## Metas del Módulo I:

- Los participantes serán capaces de compartir información específica sobre el desayuno, la comida y la cena en la lengua nativa del país.
- Serán capaces de aprender los principios básicos en la lengua objetivo e iniciar una conversación para reflexionar sobre sus conocimientos ya adquiridos y sus fallos.

## Descripción del Módulo I:

El Módulo I constituye la entrada inicial del Producto Intelectual 1, compartiendo información sobre el desayuno, la comida y la cena en los países socios del proyecto. Aprender sobre los diferentes cursos y tradiciones que sigue cada país durante el día puede favorecer la integración social y enriquecer su vocabulario en la lengua meta. Las actividades se han elegido sabiamente para reflejar un mejor proceso de aprendizaje para los alumnos y garantizar una amplia variedad de enfoques diferentes para combinar tanto el aprendizaje como los aspectos interculturales mientras se cocina.

## Implementación del Módulo I:

Consulte los planes didácticos para conocer los posibles métodos de entrega. El plan didáctico al principio de este capítulo incluye dos opciones, un formato presencial o un formato en línea.

## Resultados de aprendizaje:

Los principales resultados del aprendizaje se definen en la parrilla de competencias.

<b>Módulo I: ¿Desayuno, comida y cena? Diferencias en los hábitos alimentarios</b>		
<b>Idioma</b>	<b>Cultura</b>	<b>Habilidades personales</b>
<b>Ampliar el vocabulario básico:</b> Conocer los términos básicos relacionados con los alimentos típicos que se consumen en diferentes momentos del día/la rutina diaria.	<b>Reflexionar sobre la diversidad cultural:</b> Reflexionar sobre cómo los hábitos alimentarios pueden diferir de una cultura a otra.	<b>Comprometerse socialmente:</b> Tener curiosidad y abrirse a la gente y a nuevas oportunidades sociales y compartir los propios conocimientos y experiencias.

<p><b>Contar historias sencillas:</b> Contar a los demás los hábitos alimentarios propios y cómo están vinculados a su cultura.</p>	<p><b>Aumentar la conciencia cultural:</b> Explicar a los demás lo que define su propia cultura en relación con los hábitos alimentarios.</p>	<p><b>Desarrollar la competencia intercultural:</b> Interactuar de forma eficaz y adecuada con otras personas de diferentes orígenes culturales, religiosos, sociales, étnicos y educativos para compartir información.</p>
<p><b>Plantear preguntas sencillas:</b> Preguntar a los demás sobre sus hábitos alimentarios y cómo se relacionan con la propia cultura.</p>	<p><b>Ser más consciente de otras culturas:</b> Conocer los hábitos alimentarios de otras culturas.</p>	<p><b>Experimentar la diversidad:</b> Mostrar interés y reconocer el valor de la diversidad.</p>
<p><b>Pedir ayuda y dar instrucciones:</b> Pide ayuda a los demás y/o da instrucciones cuando cocinan juntos.</p>	<p><b>Encontrar puntos en común:</b> Encontrar similitudes en los hábitos alimentarios de su propia cultura y la de los demás.</p>	<p><b>Colaborar:</b> Actuar como parte de un equipo respetando las diferencias y haciendo hincapié en los puntos comunes.</p>

## Módulo II: ¿Sopa, entrante, plato principal, postre? Diferentes platos en diferentes culturas

### Objetivos del Módulo II:

- Proporcionar a los participantes información básica sobre los platos y recetas de diferentes culturas, haciendo especial hincapié en la cultura del país receptor.
- Reflexionar sobre la diversidad cultural en relación con las diferentes comidas (hábitos alimentarios, platos típicos, tradiciones, etc.)
- Aprender y mejorar el vocabulario básico de los alumnos relacionado con la composición y los diferentes platos.
- Fomentar el compromiso social a través del trabajo en pequeños grupos con tareas y actividades interactivas.

### Metas del Módulo II:

- Ver tabla de competencia.

### Descripción de Módulo II:

El módulo II trata de introducir a los participantes en los diferentes platos y tradiciones que se celebran en su país de acogida. Al conocer los diferentes platos y comidas típicas que se sirven, los participantes no sólo aprenden más sobre las tradiciones culturales relacionadas con la comida, sino que también mejoran su vocabulario en este campo. Como todos los módulos del LLCC, el Módulo II pretende introducir una amplia gama de actividades y tareas diferentes



# LANGUAGE LEARNING THROUGH CULTURE & COOKING

Nº de Proyecto 2019-1-UK01-KA204-061490

(cuestionarios, tareas de vocabulario, mapas mentales, discusiones de grupo, etc.) con el fin de combinar el aprendizaje de la lengua con los aspectos interculturales y la cocina.

## Implementación del Módulo II:

Consulte los planes didácticos para conocer los posibles métodos de impartición. El plan didáctico al principio de este capítulo incluye dos opciones, un formato presencial o un formato en línea.



Cofinanciado por el programa Erasmus+ de la Unión Europea

El apoyo de la Comisión Europea para la producción de esta publicación no constituye una aprobación del contenido, el cual refleja únicamente las opiniones de los autores, y la Comisión no se hace responsable del uso que pueda hacerse de la información contenida en la misma.

## Resultados de aprendizaje:

Los principales resultados de aprendizaje se definen en la tabla de competencias.

<b>Módulo II: ¿Sopa, entrante, plato principal, postre? Diferentes platos en diferentes culturas</b>		
<b>Idioma</b>	<b>Cultura</b>	<b>Habilidades personales</b>
<b>Construir un vocabulario básico:</b> Conocer los términos básicos relacionados con la composición/diferentes platos de comida.	<b>Reflexionar sobre la diversidad cultural:</b> Reflexionar sobre cómo la composición de una comida típica puede diferir de una cultura a otra.	<b>Comprometerse socialmente:</b> Ser curioso y abierto a la gente y a las nuevas oportunidades sociales; compartir conocimientos y experiencias.
<b>Contar relatos sencillos:</b> Contar a los demás qué platos componen una comida típica en la propia cultura.	<b>Aumentar la conciencia cultural:</b> Explicar a los demás lo que define la propia cultura en relación con los diferentes platos de la comida.	<b>Desarrollar la competencia intercultural:</b> Interactuar de forma eficaz y adecuada con otras personas de diferentes orígenes culturales, religiosos, sociales, étnicos y educativos para compartir información.
<b>Plantear preguntas sencillas:</b> Preguntar a los demás qué platos componen una comida típica en su cultura.	<b>Buscar formas de ser más consciente de otras culturas:</b> Conocer las comidas típicas y su composición en otras culturas.	<b>Experimentar la diversidad:</b> Mostrar interés y reconocer el valor de la diversidad.
<b>Pedir ayuda y dar instrucciones:</b> Pedir ayuda a los demás y/o dar instrucciones cuando cocinan juntos.	<b>Encontrar puntos en común:</b> Encontrar similitudes en la composición de las comidas típicas de la cultura propia y de la ajena.	<b>Colaborar:</b> Actuar como parte de un equipo respetando las diferencias y haciendo hincapié en los puntos comunes.

## Módulo III: Celebraciones y tradiciones - comidas servidas en ocasiones especiales

### Objetivos del Módulo III:

- Establecer una conversación sobre la influencia de la cultura, la historia y las tradiciones en nuestras preferencias culinarias, junto con las diferencias y similitudes entre las comidas de celebración de las distintas culturas.

### Metas del Módulo III:

- Crear oportunidades para que los participantes reflexionen sobre algunas de las características de sus propias culturas, lo que crea un entorno seguro y agradable en el que se sentirán cómodos para compartir e intercambiar datos sobre ellas, así como



sobre celebraciones importantes y tradiciones. También ofrece a los alumnos la oportunidad de expresarse al utilizar la nueva lengua, hacer preguntas y aceptar comentarios que animen a los participantes a colaborar en proyectos comunes.

- Ver la tabla de competencias.

### Implementación del Módulo III:

- Se centra en las celebraciones típicas de diferentes culturas y tradiciones, lo que permite a los participantes aprender unos de otros y compartir datos divertidos sobre las celebraciones junto con las comidas que se sirven.
- Durante la primera sesión, los participantes explorarán el contenido del Moodle por su cuenta, completarán cuestionarios, verán vídeos y se familiarizarán con el nuevo vocabulario. Las actividades individuales también pueden incluir otras tareas interactivas, como mapas mentales, ejercicios de lectura, escritura o resumen.
- La segunda sesión se centra en las preguntas provocadas por el contenido de Moodle que estudiarán los participantes. Puede adoptar la forma de un debate de grupo dirigido por el formador durante el cual los alumnos se sentirán cómodos para hacer preguntas, compartir sus opiniones, hipótesis y experiencias, mientras que el formador proporcionará comentarios, explicaciones e información adicional si es necesario.
- La tercera sesión se dedicará a crear oportunidades para que los alumnos utilicen las nuevas palabras del vocabulario en su contexto mientras comparten hechos interesantes sobre su celebración favorita. Esto también les ayudará a ganar confianza a la hora de utilizar la nueva lengua y hablar delante de otras personas. Es posible dividir el grupo en equipos más pequeños o realizar la actividad con todos los participantes, que se beneficiarán al conocer las culturas de sus compañeros y podrían desear continuar la conversación después de la clase. Dé un par de minutos a cada participante para que organice sus ideas, pero asegúrese de hacer hincapié en que los discursos deben ser breves y que no deben sentirse presionados para utilizar una pronunciación y una gramática perfectas, ya que el objetivo es transmitir la información. Proporciona una breve retroalimentación con refuerzos positivos a lo largo del proceso y anima al grupo a celebrar al final de cada discurso.
- La cuarta sesión lleva esta actividad más allá, centrándose en el fomento del intercambio cultural, ayudando a los participantes a ser más conscientes de las especificidades de su propia cultura al tiempo que descubren y celebran las diferencias y similitudes entre culturas. Cada participante preparará primero su propia presentación, incluyendo los elementos que le parezcan relevantes, y luego hará una presentación a todo el grupo y responderá a las preguntas o curiosidades que puedan tener los demás compañeros. Esto contribuye a crear una atmósfera divertida y atractiva que permite a los participantes aprender unos de otros, establecer conexiones y tener la oportunidad de mejorar su confianza en sí mismos a la hora de interactuar con los demás y hablar en público. Tras considerar las particularidades de

cada grupo, podría asignarse como proyecto de equipo si la mayoría de los participantes son del mismo país (fomentando la colaboración, la negociación, la resolución de problemas y otras habilidades sociales). Al final, todas las presentaciones se agruparán como una representación visual de la celebración de las diferentes culturas presentadas.

- La última sesión de este módulo está dedicada a preparar un plato tradicional juntos (ya sea en una cocina o trabajando individualmente mientras se comunican en línea). A lo largo de esta actividad, se animará a los participantes a utilizar activamente el nuevo vocabulario junto con las palabras y expresiones previamente aprendidas. También podrán hacer preguntas relacionadas con las técnicas de cocina, los métodos, etc.

### Resultados de aprendizaje:

- Al final del módulo III, los participantes aumentarán su vocabulario y se sentirán más cómodos hablando en la nueva lengua en público. Serán capaces de compartir datos sobre su propia cultura y de aprender más sobre las culturas y tradiciones culinarias de sus compañeros de equipo haciendo preguntas y proporcionando comentarios. Además, tendrán la oportunidad de colaborar con otros para lograr un objetivo común, participando, pidiendo ayuda y apoyándose mutuamente. Serán capaces de reconocer nuevos ingredientes y utensilios, aprenderán más sobre métodos y técnicas de cocina y podrán preparar una nueva receta por sí mismos.

Módulo III: Celebraciones y tradiciones - Comidas servidas en ocasiones especiales		
Idioma	Cultura	Habilidades personales
<b>Ampliar el vocabulario básico:</b> Conocer los términos básicos relacionados con las celebraciones y tradiciones.	<b>Reflexionar sobre la diversidad cultural:</b> Reflexionar sobre cómo las celebraciones y tradiciones pueden diferir de una cultura a otra.	<b>Comprometerse socialmente:</b> Mostrar curiosidad y ser abierto a la gente y encontrar nuevas oportunidades sociales para compartir los propios conocimientos y experiencias.
<b>Contar narraciones sencillas:</b> Contar a los demás algunas de las celebraciones y tradiciones que existen en la propia cultura, y qué comidas se sirven en ocasiones especiales.	<b>Dar a conocer la propia cultura:</b> Explicar a los demás lo que define la propia cultura en relación con las celebraciones, las tradiciones y las comidas servidas en ocasiones especiales.	<b>Desarrollar la competencia intercultural:</b> Interactuar de forma eficaz y adecuada con otras personas de diferentes orígenes culturales, religiosos, sociales, étnicos y educativos y compartir información con ellas.
<b>Plantear preguntas sencillas:</b> Preguntar a los demás por las celebraciones y tradiciones de su cultura y por las comidas que	<b>Ser más consciente de otras culturas:</b> Conocer las celebraciones y tradiciones de otras culturas y las comidas que se sirven en ocasiones especiales.	<b>Experimentar la diversidad:</b> Mostrar interés por la diversidad y reconocer su valor.

se sirven en ocasiones especiales.		
<b>Pedir ayuda y dar instrucciones:</b> Pedir ayuda a los demás y/o dar instrucciones cuando cocinan juntos.	<b>Encontrar puntos en común:</b> Encontrar similitudes en las celebraciones y tradiciones entre la cultura propia y la ajena.	<b>Colaborar:</b> Actuar como parte de un equipo, respetando las diferencias y haciendo hincapié en los puntos comunes.

## Módulo IV: Cocina sana para un entorno más saludable

### Objetivos del Módulo IV:

- Compartir información sobre un estilo de vida saludable que afecte positivamente a los hábitos alimentarios del alumno.
- Ayudar a los alumnos a reconocer y clasificar los diferentes tipos de alimentos según los ingredientes que contienen.
- Avanzar en el nivel de lenguaje de los alumnos a través de vocabulario específico.

### Metas del Módulo IV:

- Proporcionar a los alumnos la capacidad de reconocer y clasificar diferentes ingredientes y considerar los más adecuados para su dieta saludable. Esto sería útil para los participantes si desean comprar productos locales y quieren comprobar si estos productos están de acuerdo con sus necesidades dietéticas.
- Fomentar que los alumnos inicien conversaciones sobre los ingredientes y amplíen sus conocimientos lingüísticos en la lengua de aprendizaje.

### Implementación del Módulo IV:

- A través de este módulo, los alumnos se familiarizarán con una plétora de nombres diferentes que aumentarán su vocabulario en la lengua objetivo de forma simultánea. Las actividades de este módulo tienen un carácter transitorio, ya que la información ofrecida no responde particularmente a la lengua de aprendizaje, pero este módulo comparte información que podría aprovecharse en todos los aspectos de la vida, idiomas incluidos. Este módulo no sólo ofrece una gran cantidad de vocabulario, sino también ideas para la integración y el conocimiento cultural a través de la cocina.

### Módulo IV: Cocina sana para un entorno más saludable

Idioma	Cultura	Habilidades personales
--------	---------	------------------------

<p><b>Ampliar el vocabulario básico:</b> Conocer los términos básicos relacionados con la cocina saludable.</p>	<p><b>Reflexionar sobre la diversidad cultural:</b> Reflexionar sobre cómo la comprensión de la cocina saludable puede diferir de una cultura a otra.</p>	<p><b>Comprometerse socialmente:</b> Tener curiosidad y estar abierto a la gente y encontrar nuevas oportunidades sociales para compartir los propios conocimientos y experiencias.</p>
<p><b>Contar historias sencillas:</b> Contar a los demás lo que significa la cocina sana en la propia cultura.</p>	<p><b>Dar a conocer la propia cultura:</b> Explicar a los demás lo que define la cocina sana en la propia cultura.</p>	<p><b>Desarrollar la competencia intercultural:</b> Interactuar de forma eficaz y adecuada con otras personas de diferentes orígenes culturales, religiosos, sociales, étnicos y educativos y compartir información con ellas.</p>
<p><b>Plantear preguntas sencillas:</b> Preguntar a los demás qué significa la cocina sana en su cultura.</p>	<p><b>Ser más consciente de otras culturas:</b> Conocer cómo otras personas entienden la cocina saludable en sus propias culturas.</p>	<p><b>Experimentar la diversidad:</b> Mostrar interés por la diversidad y reconocer su valor.</p>
<p><b>Pedir ayuda y dar instrucciones:</b> Pedir ayuda a los demás y/o dar instrucciones cuando se cocina juntos.</p>	<p><b>Encontrar un terreno común:</b> Encuentre similitudes en la forma en que las diferentes culturas entienden la cocina saludable.</p>	<p><b>Colaborar:</b> Actuar como parte de un equipo, respetando las diferencias y haciendo hincapié en los puntos comunes.</p>



# LANGUAGE LEARNING THROUGH CULTURE & COOKING

Nº de Proyecto 2019-1-UK01-KA204-061490

## INSTALACIONES DE ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE

Se podría argumentar que el aprendizaje de idiomas a través de la cultura y la cocina puede ser una situación complicada para una persona, ya que requiere mucho esfuerzo y, a veces, herramientas de cocina especiales de las que uno puede carecer, pero no es así. La dificultad de las recetas puede variar según la preferencia de los ingredientes y el método de preparación elegido. No todas las personas tienen la posibilidad de cocinar un esponjoso pan de ajo en la vitro, pero el horno convencional puede funcionar perfectamente. Lo más imperativo a la hora de cocinar es dejarse llevar por la libertad de crear comidas para nuestros seres queridos.

Es indiscutible que la elección de recetas en otro idioma siempre puede ser complicada o incluso un fracaso en algún momento. A continuación, se presentan algunos consejos básicos para que los facilitadores ayuden a los alumnos a dar sus primeros pasos en la cocina en otro idioma:

- ✓ Repasar los conocimientos básicos de los estudiantes en la lengua de aprendizaje.
- ✓ Elegir recetas sencillas al principio. Eligiendo comidas sencillas los alumnos tendrán la oportunidad de aprender los ingredientes básicos más rápidamente haciendo que el proceso de aprendizaje sea exitoso.
- ✓ Al principio, el facilitador debe elegir recetas que también se puedan cocinar en la lengua materna.<sup>1</sup>
- ✓ Dar tiempo a los alumnos para que anoten los ingredientes en la lengua que están aprendiendo para recordar una receta. Este es un punto clave durante el proceso de aprendizaje, ya que ayudará a aprender los ingredientes y permitirá al alumno avanzar un paso a paso. Por ejemplo, después de cocinar la primera receta será capaz de reconocer ingredientes básicos como la sal, la pimienta y el aceite de oliva, por lo que en la siguiente receta estará preparado para aprender algo más. Recuerde que ir poco a poco es vital y la única manera de conseguir grandes resultados.
- ✓ Ver vídeos de recetas en YouTube<sup>2</sup> en el idioma de aprendizaje. La combinación de sonido e imagen puede dar resultados mejores y más rápidos. Sólo tiene que elegir la receta y el resto vendrá solo.

Lamentablemente, al tener que adaptarse a la nueva realidad que COVID-19<sup>3</sup> ha impuesto, por razones de seguridad los alumnos deben utilizar sus propios utensilios de cocina para evitar

<sup>1</sup> Información obtenida online en <https://blog.pimsleur.com/2020/11/04/language-learning-through-cooking-and-food/> ultimo acceso 18/02/2021

<sup>2</sup> Información obtenida online en <https://www.pimsleur.com/learn-spanish-castilian>

<sup>3</sup> Información obtenida online en [https://ec.europa.eu/transport/coronavirus-response\\_es](https://ec.europa.eu/transport/coronavirus-response_es)



# LANGUAGE LEARNING THROUGH CULTURE & COOKING

Nº de Proyecto 2019-1-UK01-KA204-061490

cualquier riesgo para la salud. Por lo tanto, es importante que el facilitador elija sabiamente recetas con utensilios de cocina sencillos que permitan la participación de todos los individuos.

Además, se requiere una distancia de dos metros entre los participantes, así como una esponja y jabón personales para limpiar las superficies y los utensilios de cocina utilizados.

Es fundamental respetar las normas establecidas por los gobiernos para que la formación pueda seguir adelante y ayudar a los refugiados y migrantes a aprender un nuevo idioma, fomentar la resiliencia y lograr una mejor integración en la sociedad local.

## RESULTADOS DE APRENDIZAJE

- Tras completar con éxito el curso de formación, los alumnos/educadores de adultos mejorarán sus competencias y aprenderán a organizar eficazmente la formación.
- Al finalizar el módulo, los alumnos/educadores de adultos serán capaces de interpretar y aplicar conceptos de nutrición para evaluar y mejorar la salud nutricional de las personas con quienes trabajen.
- Determinar y traducir las necesidades de nutrientes en menús para individuos y grupos a lo largo de la vida, en diversas culturas y religiones, y para diferentes niveles de ingresos.
- Comunicarse eficazmente en su ámbito de formación utilizando canales de comunicación escritos, orales y visuales.
- Facilitar y participar eficazmente en un grupo, equipo u organización.
- Integrar la creatividad, la innovación o el espíritu empresarial de manera que creen un valor añadido.
- Cooperar eficazmente para unir comunidades y lograr un mayor impacto social.

## TÉCNICAS DE COMPROMISO EN EL NUEVO ENTORNO BASADO EN SESIONES VIRTUALES

La pandemia de Covid-19 y las medidas contra la propagación del virus han promovido la enseñanza en línea como sustitución de los cursos presenciales cancelados, que eran difíciles de celebrar durante este periodo. Antes de la pandemia mundial, la enseñanza en línea se utilizaba mucho menos y solía ir acompañada de sesiones presenciales. De hecho, los formatos en línea eran más una excepción que la norma. Obligar a muchos formadores a cambiar el formato de sus cursos, que habían sido diseñados para un entorno presencial, a un formato basado únicamente en Internet en un plazo relativamente corto creó una situación complicada.



# LANGUAGE LEARNING THROUGH CULTURE & COOKING

Nº de Proyecto 2019-1-UK01-KA204-061490

Uno de los mayores problemas de los cursos en línea es la dificultad para mantener el interés de los participantes a lo largo de todo el curso, ya que es más difícil aguantar, por ejemplo, una sesión de tres horas que si fuera presencial.

En esta sección del Manual IV se presentan herramientas que pueden utilizarse para crear cursos más interactivos e interesantes mediante el uso de técnicas de participación que sirven de "refresco" para las sesiones en línea. Estas herramientas pueden añadirse a cursos ya existentes o incluirse en el proceso de planificación de nuevos cursos. De este modo, esta sección también ofrecerá consejos generales para la estructura y la forma de organizar los formatos en línea.

El material desarrollado para el proyecto LLCC se ha creado de forma que permite múltiples métodos de impartición para garantizar posibilidades de enseñanza flexibles y adaptadas a diferentes entornos y contextos de aprendizaje.

## CONSEJOS PARA PLANIFICAR UN CURSO/FORMATO INTERACTIVO Y ATRACTIVO EN LÍNEA

Pensar en los métodos de participación y otros elementos interactivos debería formar parte de las primeras etapas de la preparación del curso. La planificación de un curso interactivo, atractivo e innovador en línea requiere un conocimiento de nuestros participantes/grupo objetivo, así como conocimientos técnicos básicos. Nos gustaría darle algunos consejos generales sobre cómo hacer que su curso en línea sea más interactivo:

- **Cuanto menos, mejor**

A diferencia de las reuniones presenciales, la capacidad de atención de los participantes en línea es mucho menor, ya que todos miramos fijamente una pantalla durante mucho tiempo en lugar de estar sentados juntos en una sala. Los cursos en línea deben ser más cortos que los cursos presenciales para mantener la atención de los participantes y que no pierdan el interés en los temas del curso. Mantener la brevedad es crucial cuando se trata de cursos en línea eficaces.

- **Más descansos**

Como ya hemos dicho, los cursos en línea son mucho más agotadores que las sesiones presenciales. Una de las formas más fáciles de evitar el cansancio es incluir más descansos en su curso online. Así se garantiza que los participantes permanezcan activos durante todo el curso y que no se cansen tan inmediatamente.

- **¡Sea flexible! Conozca su software y sus herramientas**

Organizar un curso en línea también requiere un mayor nivel de flexibilidad en lo que respecta a posibles problemas técnicos con alguna de las herramientas de software que desee utilizar



# LANGUAGE LEARNING THROUGH CULTURE & COOKING

Nº de Proyecto 2019-1-UK01-KA204-061490

en su sesión en línea. Para evitar retrasos durante el curso, es esencial un buen conocimiento de las herramientas utilizadas, ya que hará que el curso sea más fluido y ayudará a reducir el nivel de estrés. Los participantes pueden tener problemas técnicos al conectarse a las plataformas de reunión o al utilizar alguna de las herramientas propuestas. Puede evitarlo enviándoles por adelantado todos los requisitos técnicos junto con información útil sobre los registros necesarios en las plataformas, las herramientas, etc.

- **¡No olvide socializar!**

También es importante incluir actividades de socialización al organizar el curso en línea. Esto significa adaptar, por ejemplo, las sesiones de presentación de las reuniones presenciales tradicionales a un formato en línea. Cuando nos sentamos juntos en una sala, es mucho más fácil darse cuenta de los sentimientos, expresiones y otras formas de emociones personales, lo que es más difícil en un entorno en línea. Por ello, es aún más importante incluir un rompehielos y otras actividades para fomentar el intercambio y la comunicación entre los participantes. No olvide incluir una parte dedicada a las expectativas y deseos de los participantes. De este modo, conseguirá que los participantes se identifiquen más con el contenido del curso y, por tanto, que estén más motivados.

- **Incluya elementos interactivos**

Los buenos cursos, tanto online como offline, incluyen muchos elementos interactivos que aumentan la implicación de sus participantes y los mantienen despiertos y concentrados. Cuando se trata de formatos en línea, es aún más importante incluir elementos interactivos como juegos, preguntas, sesiones con grupos más pequeños u otras actividades que incluyan e involucren a sus participantes.

## **CONSEJOS, HERRAMIENTAS Y MUCHO MÁS SOBRE CÓMO INVOLUCRAR A LA GENTE EN SU CURSO EN LÍNEA**

El material desarrollado para el proyecto LLCC abarca diferentes enfoques innovadores al incluir los temas del aprendizaje de idiomas con la cocina y el diálogo intercultural. La interactividad es uno de los principales objetivos del proyecto. Nuestro material se ha desarrollado tanto para su uso en un entorno presencial tradicional como en un contexto de aprendizaje en línea con el fin de proporcionar a los formadores la flexibilidad que necesitan para impartir un curso bueno y eficaz.

## **EJEMPLOS Y RECOMENDACIONES**

En esta parte, enumeramos consejos y sugerencias sobre cómo poner en práctica las recomendaciones mencionadas para garantizar el éxito de la participación en línea.

### **Herramientas creativas en línea y su uso práctico**



Cofinanciado por el programa Erasmus+ de la Unión Europea

El apoyo de la Comisión Europea para la producción de esta publicación no constituye una aprobación del contenido, el cual refleja únicamente las opiniones de los autores, y la Comisión no se hace responsable del uso que pueda hacerse de la información contenida en la misma.





En esta sección, presentamos herramientas útiles para que su curso en línea sea más interactivo. Le mostraremos con ejemplos concretos cómo implementar estas herramientas en su curso en línea.

## 1. Use las salas para grupos pequeños de Zoom

Zoom ( [www.zoom.us](http://www.zoom.us) ) es, probablemente, la herramienta de conferencia online más conocida ahora mismo y una de las más utilizadas del mercado. Casi todas las organizaciones tienen una cuenta de Zoom y utilizan la plataforma regularmente para sus reuniones en línea y a veces también para fines formativos. Queremos centrarnos en la función de salas para grupos pequeños, que puede ser un elemento eficaz para aumentar el nivel de participación de su audiencia.

Las salas para grupos pequeños en Zoom le permiten dividir su grupo en pequeñas salas separadas donde los participantes pueden discutir por separado sobre diferentes temas o trabajar juntos en una tarea. Es una herramienta fácil, pero al mismo tiempo eficaz que permite aportar variedad a su curso online.

### Cómo usarlo:

Las salas para grupos pequeños pueden utilizarse de varias maneras y formas. Utilícelas, por ejemplo, al principio de su curso, divida a los participantes en grupos de dos y deles una pequeña tarea para que trabajen. Esto ayuda a involucrarlos más directamente. A través del diálogo en pequeños grupos, el espíritu de equipo dentro de su grupo también crecerá.

Muchos cursos del proyecto LLCC ya incluyen un enfoque interactivo, por ejemplo, mediante tareas en las que los participantes trabajan juntos sobre un tema determinado. Algunos de los temas pueden ser las diferencias y las cosas en común en cuanto a los hábitos alimentarios relacionados con la rutina diaria, el menú perfecto durante el cual los participantes en grupos de dos deben preparar un menú utilizando el vocabulario pertinente, etc. Estos temas son fáciles de adaptar al formato online si se incluyen sesiones de trabajo en el curso. Lo único que necesitarán los participantes en casa es papel y lápiz, y podrán hacer el mismo trabajo que harían en el aula. Puede darles, por ejemplo, 10 minutos para la preparación de una tarea y luego otros 10 minutos para la preparación en grupos de dos, seguidos de una presentación de los resultados a todo el grupo.

## 2. Kahoot

Kahoot ( [www.kahoot.com](http://www.kahoot.com) ) es una plataforma de aprendizaje interactiva basada en juegos que permite a los usuarios crear cuestionarios en línea basados en opciones múltiples. El uso de estos juegos puede ser una herramienta eficaz para hacer más interactivos los cursos en línea. Kahoot ofrece varios paquetes. Uno de ellos, la versión básica, es gratuito y puede ser utilizado por todo el mundo. Sólo es necesario registrarse.

Kahoot es fácil de manejar y permite crear cuestionarios interactivos directamente en la plataforma online. Con el enlace generado, los participantes pueden ir a la página web de Kahoot e introducir el enlace o el código para poder acceder al juego. La diferencia entre muchas otras plataformas radica en que el juego en sí, el quiz, es interactivo: en función de las respuestas de los participantes el resultado aparece en la pantalla.

### Cómo usarlo:

Kahoot puede utilizarse entre las sesiones en línea como un elemento divertido que ayuda a mantener la atención de los participantes. Por ejemplo, al principio podría utilizarse como herramienta para comprobar los deseos y expectativas de los participantes respecto al curso o al final como herramienta de evaluación (con preguntas como "¿Qué le ha parecido el curso hasta ahora?" o "¿Cuál ha sido el tema/tarea más interesante del curso?").

### 3. Mentimeter

Mentimeter es una herramienta online similar a Kahoot ([www.mentimeter.com](http://www.mentimeter.com)). Mientras que Kahoot se centra en los cuestionarios, Mentimeter permite crear presentaciones interactivas que, una vez más, permiten a los participantes tomar parte activa durante la presentación. Con la versión básica gratuita, Mentimeter ofrece la posibilidad de utilizar al menos tres de sus muchas funciones en línea que abarcan, por ejemplo, preguntas de opción múltiple, clasificaciones, escalas, preguntas abiertas, etc.

### Cómo usarlo:

Mentimeter puede utilizarse de la misma manera que Kahoot, pero ofrece aún más opciones que pueden utilizarse para la introducción o evaluación de una sección del curso (o de todo el curso). Los métodos de validación, así como una sesión de lluvia de ideas en grupo, son posibles escenarios que permiten integrar Mentimeter en el curso. Por ejemplo, la opción "Escalas" puede utilizarse para introducciones temáticas de un módulo o para actividades de validación/conocer. Lo único que necesitan los participantes es una conexión estable a Internet y, en caso de sesiones presenciales, un teléfono móvil o un dispositivo portátil.

### 4. Miro

Miro ([www.miro.com](http://www.miro.com)) es una plataforma de colaboración visual en línea que permite trabajar en equipo en diferentes tareas que se muestran en una gran pizarra. De hecho, es una versión en línea de una pizarra real en la que los usuarios pueden diseñar y trabajar juntos en rotafolios, diagramas de flujo y muchos más. Una de las ventajas de Miro es que, incluso con la versión básica, hay disponibles muchas plantillas diferentes. Además, los equipos más pequeños pueden trabajar sin problemas en el mismo rotafolio o gráfica, aunque no estén físicamente en la misma sala.

### Cómo usarlo:

Miro puede utilizarse para todos los formatos en línea. Un ejemplo relacionado con los materiales del curso LLCC podría ser el trabajo en grupo que normalmente se organiza con rotafolios. Lo único que debe hacer el formador es registrarse en la plataforma, añadir a todos los participantes y preparar los rotafolios virtuales. Al igual que en las reuniones presenciales reales, el formador puede dividir a los participantes en grupos y, tal vez, conectarlos a las sesiones de trabajo de Zoom. Es posible que todos los grupos trabajen en una pizarra utilizando la función de lupa (más grande/pequeña) en Miro.

También hay plantillas disponibles, como la de "Rompehielos", en la que los participantes pueden añadir contenido a una pregunta general, cuestionarios u otros puntos de la reunión en general (orden del día, herramientas para analizar los temas, etc.).

## COCINA Y DIÁLOGO INTERCULTURAL EN FORMATOS ONLINE

La creatividad es necesaria cuando se trata de adaptar elementos como la cocina y el diálogo intercultural a los formatos en línea. En la siguiente parte hay algunos consejos generales sobre cómo añadir e incluir la cocina y el diálogo intercultural a un curso principalmente organizado en línea.

### 1. Incluir "tareas en vivo" en las reuniones en línea

Si no es posible organizar el curso en un lugar de formación adecuado con instalaciones de cocina, una posibilidad de incluir el elemento de cocina es añadir tareas basadas en vídeo a su curso (en línea).

La primera posibilidad es crear una tarea/actividad con el apoyo de formatos basados en vídeo. Por ejemplo, diga a sus participantes que se conecten a la herramienta de conferencia con un teléfono móvil. Cada uno se dirige a su cocina y, utilizando los objetos reales que allí se encuentran, es posible incluir tareas de vocabulario ("¿Cómo se llama este objeto?" o "¿Cómo se utiliza?"). Este tipo de actividad requiere al menos un pequeño nivel de conocimientos técnicos, por lo que conviene instalar previamente el software necesario para evitar retrasos por problemas técnicos.

### 2. ¡Haz un vídeo (de cocina) en casa!

La segunda posibilidad es utilizar los vídeos como tarea para casa. Una tarea podría ser, por ejemplo, crear un vídeo corto en el que cada participante hable de su plato favorito. Además, el vídeo podría incluir el proceso de cocción, pero esto depende de las habilidades técnicas de los participantes y de su disposición a grabarse mientras cocinan en casa.

Muchas de las actividades creadas para el proyecto LLCC permiten incluir tareas basadas en el vídeo y modificar la actividad a este formato si es necesario.



# LANGUAGE LEARNING THROUGH CULTURE & COOKING

Nº de Proyecto 2019-1-UK01-KA204-061490

### 3. Actividades en pequeños grupos que integran el diálogo intercultural

Siempre que sea posible, todas las actividades y tareas desarrolladas que incluyan un debate o una tarea de grupo dentro del material del curso LLCC incluyen también la opción de organizarlo virtualmente utilizando programas comunes de conferencias en línea.

Esto es importante porque, aunque el curso se organice en línea, el elemento intercultural debe seguir siendo una parte integral del curso. La opción más sencilla es utilizar salas para grupos pequeños en Zoom u otras herramientas de conferencia en línea que permitan dividir a los participantes en grupos más pequeños y preparar preguntas/tareas detalladas para ellos. En los grupos pequeños, los participantes pueden hablar de sus antecedentes culturales o de sus hábitos alimentarios. Si procede, combínelo con las herramientas digitales ya mencionadas, como MIRO, para que las sesiones de lluvia de ideas sean más eficientes, por ejemplo, recogiendo las ideas principales de los participantes en una pizarra central después del debate.

Puede encontrar ejemplos de cómo combinar los consejos y herramientas mencionados en la sección "planes didáctico", donde hay disponibles diferentes planes para cursos presenciales, híbridos/mixtos y en línea. Para más información, consulte la sección "plan didáctico".



Cofinanciado por el  
programa Erasmus+  
de la Unión Europea

El apoyo de la Comisión Europea para la producción de esta publicación no constituye una aprobación del contenido, el cual refleja únicamente las opiniones de los autores, y la Comisión no se hace responsable del uso que pueda hacerse de la información contenida en la misma.



## PLAN DIDÁCTICO Y USO DE LOS MATERIALES

El material del LLCC ha sido creado de forma que permita a los facilitadores crear individualmente su curso a medida utilizando la variedad de enfoques diferentes dentro de los materiales desarrollados. La pandemia de Covid-19 ha cambiado algunas de las posibilidades de enseñanza y formación. Muchos de los nuevos métodos y enfoques didácticos flexibles se basan en formatos en línea que también formarán parte de muchos cursos cuando termine la pandemia. Los siguientes planes didácticos son recomendaciones y directrices sobre cómo se puede impartir el curso de forma eficaz, pero deben adoptarse en función de la situación real del curso y de la disponibilidad de instalaciones de enseñanza (y de cocina) junto con otros factores, por ejemplo, el nivel de idioma y las competencias digitales de los participantes.

Cada plan de clase incluirá partes opcionales que el formador podrá elegir en función de las necesidades individuales de los participantes. El formador puede elegir el mejor concepto para su curso, seguido de ejemplos extraídos del material desarrollado que incluyen, si procede, algunas de las sugerencias sobre cómo aplicar las herramientas y consejos mencionados en otra sección de este Manual.

Todos los planes didácticos utilizan la tabla de competencias como guía para definir lo que los participantes deben ser capaces de hacer después de completar cada módulo. Basándose en la tabla de competencias, cada módulo incluye actividades y tareas que abarcan el aprendizaje de idiomas, la cocina y el diálogo intercultural (véase la tabla de competencias para más detalles).

Los dos planes didácticos son posibilidades de entrega que se basan en el lugar y las instalaciones de formación, los participantes y la disponibilidad de equipos (ordenadores, micrófonos, cámaras, teléfonos inteligentes, auriculares, etc.). El curso tiene que diseñarse individualmente para satisfacer las expectativas de los participantes. Sin embargo, los siguientes planes de lecciones tratan de ofrecer un marco que los formadores pueden utilizar al diseñar su curso.

### Ejemplo de plan didáctico para el formato de curso en línea semipresencial/presencial

#### a. Presentación

MÓDULO	DURACIÓN	LECCIONES	CONTENIDO/MÉTODO
I.	15 min.	Introducción	Por correo antes del inicio oficial del curso
	1 Hora 30 min	Contenido en Moodle (deberes)	Diferentes contenidos de Moodle basados en el contenido de cada idioma, siguiendo la estructura acordada (no en orden cronológico):

<b>DESAYUNO, COMIDA Y CENA</b>			<ul style="list-style-type: none"> <li>● Imágenes y texto</li> <li>● Tests</li> <li>● Vocabulario</li> <li>● Trabajo con textos</li> <li>● Mapas mentales</li> </ul>
	40 min	Adquisición de conocimiento combinado con diferentes hábitos alimentarios de todo el mundo	<p>Combinación de adquisición de conocimiento con diferentes hábitos alimentarios a nivel mundial.</p> <p>Breve presentación de cada participante.</p> <p>Combinada con una pregunta: ¿Cuál es su comida tradicional favorita?</p>
	1 Hora 15 min	Mi diario de comida	<p>Tiempo de trabajo individual para la elaboración de un diario de comidas - historial de bebidas y alimentos del último día.</p> <p>Presentación de los resultados y debate.</p> <p>(Puede ser necesario: tiempo adicional para explicar/repetir el vocabulario).</p>
	1 Hora	Preparando la lista de la compra – utensilios de comida	<p>Tareas de vocabulario combinadas con ejercicios de práctica en la cocina ("explorar la cocina"); uso de breves diálogos.</p> <p>Variación: si no se dispone de cocina.</p>
	15 min	Comentarios y deberes	Sesión de comentarios, próximos pasos.

<b>II. Sopa, entrante,</b>	1 Hora	Contenido en Moodle (deberes)	<p>Diferentes contenidos de Moodle basados en el contenido de cada idioma, siguiendo la estructura acordada (no en orden cronológico):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Imágenes y texto</li> <li>● Tests</li> <li>● Vocabulario</li> <li>● Trabajo con textos</li> <li>● Mapas mentales</li> </ul>
------------------------------------	--------	-------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

<b>plato principal, postre</b>	30 min	Preguntas y respuestas a los contenidos/tareas de Moodle	Responder a preguntas relacionadas con el contenido de Moodle.
	30 min	Tu comida favorita	Cada participante recibe una tarjeta con una pregunta ("¿Cuál es tu plato favorito?" o "¿Por qué te gusta esta comida?" - 5 min.  Grupos de dos: una presentación; una persona debe resumir la información. (15 min.  El formador crea un "mapa de los platos favoritos" incluyendo las comidas - debate: diferencias/similitudes.
	1 Hora 15 min	Mi menú favorito	Primera parte (25 minutos): los participantes se dividen en grupos de dos. Deben crear su "menú perfecto" utilizando los platos que ya conocen. Deben utilizar el mayor número de palabras posible.  Segunda parte (35 minutos): cada grupo presenta sus resultados a los demás participantes; los demás grupos hacen preguntas.
	1 Hora	Compras	Hacer la compra.

<b>III. Celebraciones y tradiciones - comidas servidas en ocasiones especiales</b>	1 Hora	Contenido en Moodle (deberes)	Diferentes contenidos de Moodle basados en el contenido de cada idioma, siguiendo la estructura acordada (no en orden cronológico): <ul style="list-style-type: none"> <li>● Imágenes y texto</li> <li>● Tests</li> <li>● Vocabulario</li> <li>● Trabajo con textos</li> <li>● Mapas mentales</li> </ul>
	30 min	Preguntas y respuestas a los contenidos/tareas de Moodle	Responder a preguntas relacionadas con el contenido de Moodle.

	30 min	Mi celebración favorita	Basándose en el vocabulario básico del curso de Moodle, cada participante elige su celebración favorita y explica por qué el evento es especial para él o ella con algunas frases (fáciles) - cada participante tiene 3 minutos.
	1 Hora	Celebraciones en mi país de origen	Primera parte: cada participante recibe un rotafolio y debe preparar una presentación sobre una celebración típica de su país/región/ciudad y presentar algunos de los platos típicos de esa celebración (30 minutos de preparación individual).  Segunda parte: presentación de cada rotafolio con las respuestas y preguntas de los demás participantes.  El formador crea el "muro de las celebraciones" reuniendo todos los resultados de los participantes.
	1 Hora	Preparación de la cocina, utensilios de cocina	Parte práctica en la cocina: ¿qué necesitamos para cocinar? Vocabulario de utensilios de cocina y continuación del último ejercicio del módulo 2: recetas y cómo utilizar los utensilios para cocinar.

<b>IV. Cocina sana para un entorno más saludable</b>	1 Hora	Contenido en Moodle (deberes)	Diferentes contenidos de Moodle basados en el contenido de cada idioma, siguiendo la estructura acordada (no en orden cronológico): <ul style="list-style-type: none"> <li>● Imágenes y texto</li> <li>● Tests</li> <li>● Vocabulario</li> <li>● Trabajo con textos</li> <li>● Mapas mentales</li> </ul>
	30 min	Preguntas y respuestas a los contenidos/tareas de Moodle	Responder a preguntas relacionadas con el contenido de Moodle.
	50 min	Pirámide alimenticia	Primera parte: introducción, vocabulario y preguntas.



			Segunda parte: asignación de alimentos a la pirámide alimentaria utilizando folletos de supermercados.
	40 min	Cocina sana en todo el mundo	Primera parte: grupos de dos personas reciben tres preguntas: ¿Qué significa para ti cocinar sano? ¿Cómo intentas cocinar de forma saludable? ¿Qué platos/alimentos saludables hay en tu país/región? - Lluvia de ideas individual.  Segunda parte: el formador prepara una "tarjeta de la comida sana en el mundo" en la que se recogen todas las respuestas de los participantes.
	Al menos 1 hora	Cocinando juntos	La última parte del curso se basa en las últimas actividades interactivas (compra, preparación para cocinar). En esta parte, todos los participantes cocinan juntos una comida pequeña y fácil para terminar el curso de forma positiva utilizando el vocabulario aprendido durante el curso.

## b. Ejemplos y consejos

- Intente utilizar **una cocina o instalaciones similares** para el curso o al menos partes del mismo. Hace que el curso sea más auténtico y mucho más interesante para los participantes.
- **Combine el aspecto del aprendizaje de idiomas con tareas prácticas**, por ejemplo, utilice una cocina para explicar sus partes y utensilios, vaya a un supermercado para practicar diálogos y utilizar el vocabulario adecuado, etc.
- Intente **vincular los cuatro elementos del curso**; por ejemplo, la última parte de cada curso puede consistir en algo "práctico" (preparar una lista de la compra, ir de compras, preparar la cocina, cocinar de verdad). Intenta crear un curso que permita a los participantes ver el progreso y darles la sensación de formar parte de algo de lo que puedan estar orgullosos.
- La **parte online (curso Moodle)** sirve de **preparación para el siguiente módulo**, que es la parte de introducción. Se presentará el vocabulario esencial que debe ser la parte integral de las otras actividades dentro del módulo.

### Ejemplo de plan de clase para el formato de curso en línea

#### a. Presentación

MÓDULO	DURACIÓN	LECCIONES	CONTENIDO/MÉTODO
--------	----------	-----------	------------------

<b>I. Desayuno, comida, cena</b>		Introducción	Por correo antes del inicio oficial del curso
	1 hora 30 min	Contenido en Moodle (deberes)	<p>Diferentes contenidos de Moodle basados en el contenido de cada idioma, siguiendo la estructura acordada (no en orden cronológico):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Imágenes y texto</li> <li>● Tests</li> <li>● Vocabulario</li> <li>● Trabajo con textos</li> <li>● Mapas mentales</li> </ul>
	40 min	Adquisición de conocimiento combinado con diferentes hábitos alimentarios de todo el mundo	<p>Combinación de adquisición de conocimiento con diferentes hábitos alimentarios a nivel mundial.</p> <p>Breve presentación de cada participante.</p> <p>Combinada con una pregunta: ¿Cuál es su comida tradicional favorita?</p> <p><b>Uso de las salas para grupos pequeños de Zoom + Kahoot/Mentimeter</b></p>
	1 Hora	Mi diario de comidas	<p>Tiempo de trabajo individual para la elaboración de un diario de alimentos - historial de bebidas y alimentos del último día.</p> <p>Presentación de los resultados y debate.</p> <p>(puede ser necesario: tiempo adicional para explicar/repetir el vocabulario).</p> <p><b>USO DEL ROTAFOLIO MIRO/ONLINE</b></p>
	1 Hora	Preparando la lista de la compra	<p>Los participantes deben pensar en un plato que quieran cocinar "virtualmente". En grupos de dos (salas de Zoom) deben preparar CADA UNO una lista de la compra basada en una lista de control/guía que incluya también algunas preguntas ("¿Por qué quieres preparar esto?" o "¿Cuál es la tradición que hay detrás?").</p> <p><b>USO DE ROTAFOLIO ONLINE/ MIRO</b></p>

	15 min	Comentarios, deberes	Sesión de comentarios, próximos pasos.
--	--------	----------------------	----------------------------------------

<p style="text-align: center;"><b>II.</b></p> <p style="text-align: center;"><b>Sopa, entrada, plato principal, postre</b></p>	1 Hora	Contenido en Moodle (deberes)	<p>Diferentes contenidos de Moodle basados en el contenido de cada idioma, siguiendo la estructura acordada (no en orden cronológico):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Imágenes y texto</li> <li>● Tests</li> <li>● Vocabulario</li> <li>● Trabajo con textos</li> <li>● Mapas mentales</li> </ul>
	30 min	Preguntas y respuestas a los contenidos/tareas de Moodle	Responder a preguntas relacionadas con el contenido de Moodle.
	30 min	Mi menú favorito	<p>Primera parte (25 minutos): los participantes se dividen en grupos de dos (usando salas para grupos pequeños de Zoom). Deben crear su "menú perfecto" utilizando los platos que ya conocen. Deben utilizar el mayor número de palabras posible.</p> <p>Segunda parte (35 minutos): cada grupo presenta sus resultados a los demás participantes; los demás grupos hacen preguntas.</p> <p><b>Uso de herramientas online como MIRO/Jamboard si es posible</b></p>
	40 min	En el restaurante	Un breve diálogo basado en una plantilla que cada participante recibe en línea. Los participantes pueden dividirse en grupos de dos utilizando las <b>salas para grupos pequeños de Zoom</b> .
	1 Hora	Haciendo la compra online	Los participantes deben ir a una tienda online de un supermercado. En grupos de dos ( <b>Salas para grupos de Zoom</b> ) deben comprar virtualmente los productos que necesitan para crear platos. Al final, cada grupo presenta los resultados basados en la última actividad del Módulo 1 (preparar una

			lista de la compra). Los participantes compran los alimentos que necesitan para sus platos/comidas.
--	--	--	-----------------------------------------------------------------------------------------------------

<b>III. Celebraciones y tradiciones - comidas servidas en ocasiones especiales</b>	1 Hora	Contenido en Moodle (deberes)	<p>Diferentes contenidos de Moodle basados en el contenido de cada idioma, siguiendo la estructura acordada (no en orden cronológico):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Imágenes y texto</li> <li>● Tests</li> <li>● Vocabulario</li> <li>● Trabajo con textos</li> <li>● Mapas mentales</li> </ul>
	30 min	Preguntas y respuestas a los contenidos/tareas de Moodle	Responder a preguntas relacionadas con el contenido de Moodle.
	30 min	Mi celebración favorita	A partir del vocabulario básico del curso de Moodle, cada participante elige su celebración favorita y explica con algunas frases (fáciles) por qué el evento es especial para él o ella. Cada participante dispone de 3 min.
	1 Hora	Celebraciones en mi país de origen	<p>Primera parte: cada participante recibe un rotafolio virtual utilizando <b>MIRO/otro programa de pizarra/rotafolio online</b> y tiene que preparar una celebración típica de su país/región/ciudad y presentar algunos de los platos típicos de esa celebración (30 minutos de preparación individual).</p> <p>Segunda parte: presentación de cada rotafolio en línea con respuestas y preguntas de los demás participantes.</p> <p>El formador crea el "muro de celebraciones" juntando los resultados de los participantes (usando MIRO el efecto de un "muro" en la pizarra online se genera automáticamente).</p>
	1 Hora	Preparación de la cocina, utensilios de cocina	En función de las competencias digitales de los participantes, esta actividad puede organizarse de forma

			<p>interactiva. La tarea/actividad es la continuación de la última actividad del módulo 1 y 2 y, por tanto, debe basarse en ella.</p> <p>Parte práctica en la cocina: ¿qué necesitamos para cocinar? Vocabulario de los utensilios de cocina y continuación del último ejercicio del módulo 2: recetas y aprendizaje del uso de los utensilios para cocinar.</p>
--	--	--	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

<p><b>IV.</b> <b>Cocina sana para un entorno más saludable</b></p>	1 Hora	Contenido en Moodle (deberes)	<p>Diferentes contenidos de Moodle basados en el contenido de cada idioma, siguiendo la estructura acordada (no en orden cronológico):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Imágenes y texto</li> <li>● Tests</li> <li>● Vocabulario</li> <li>● Trabajo con textos</li> <li>● Mapas mentales</li> </ul>
	30 min	Preguntas y respuestas a los contenidos/tareas de Moodle	Responder a preguntas relacionadas con el contenido de Moodle.
	50 min	Pirámide de los alimentos	<p>Primera parte: introducción, vocabulario y preguntas.</p> <p>Segunda parte: asignación de alimentos a los diferentes niveles de la pirámide de los alimentos utilizando las tiendas online de los supermercados. La tarea podría consistir en buscar productos en el taller online y asignarlos al nivel correcto de la pirámide alimentaria.</p> <p><b>Ejecución técnica:</b> pirámide alimentaria en <b>MIRO</b> - los participantes asignan los productos a la pirámide alimentaria.</p>
	40 min	Cocina sana en todo el mundo	Primera parte: cada grupo de dos ( <b>salas para grupos pequeños de Zoom</b> ) recibe tres preguntas: ¿Qué significa para ti cocinar de forma saludable? ¿Cómo intentas cocinar

			<p>comidas saludables? ¿Cuáles son algunos de los platos/alimentos saludables de tu país/región? - lluvia de ideas individual.</p> <p>Segunda parte: el formador prepara una "tarjeta del mundo de la comida sana" tras la cual se recogen todas las respuestas de los participantes.</p>
	Al menos 1 hora	Cocinando juntos virtualmente	<p>La última parte del curso se basa en las actividades interactivas finales (compra, preparación para cocinar).</p> <p><b>Posibilidad 1: "cocinar juntos virtualmente":</b></p> <p>Si los participantes están equipados con un teléfono inteligente, podría ser posible cocinar un plato fácil junto con todos en casa (utilizando ingredientes que cada participante debería haber comprado antes como parte de una tarea en casa). El formador comparte su pantalla y muestra los pasos de la cocina como en un vídeo de formación. Los participantes pueden hablar y mostrar el proceso.</p> <p>Al final todos comen "virtualmente" junto con otras personas.</p> <p><b>Posibilidad 2: "hablar de cocina":</b></p> <p>Si no es posible cocinar juntos debido a limitaciones técnicas u otros problemas, la última parte del curso puede aprovecharse para resumir el curso y hacer algo más interactivo, como un juego, o que el formador muestre a los demás cómo preparar una comida utilizando su cocina (o algo divertido e interactivo).</p>

b. **Ejemplos y consejos**

- Consulte la sección "**Técnicas de participación en el nuevo entorno basado en sesiones virtuales**": muchas de las herramientas mencionadas en el plan didáctico se explican en esta sección del Manual, así como consejos generales que hay que tener en cuenta al organizar el curso en línea.



# LANGUAGE LEARNING THROUGH CULTURE & COOKING

Nº de Proyecto 2019-1-UK01-KA204-061490

- Tenga en cuenta el **nivel de idioma real** y las habilidades digitales de sus participantes: puede ocurrir que tenga que reorganizar el curso para adecuarlo a sus capacidades.
- El plan didáctico no incluye descansos, especialmente en línea. **Es importante hacer más descansos**, ya que es agotador mirar una pantalla durante cuatro horas.
- No hay que olvidar que hay que intentar **mantener el equilibrio** entre el **aprendizaje de la lengua, el diálogo intercultural y la cocina**, especialmente cuando se organizan cursos en línea, elementos interactivos y conversaciones entre los participantes. Cuando no hay equilibrio el impacto del curso se reduce.
- Es bueno idear un curso interactivo: intente ser **creativo** en la creación e implementación del curso utilizando, por ejemplo, herramientas como Kahoot o Mentimeter con fines introductorios o para romper el hielo al principio o durante el curso.



Cofinanciado por el  
programa Erasmus+  
de la Unión Europea

El apoyo de la Comisión Europea para la producción de esta publicación no constituye una aprobación del contenido, el cual refleja únicamente las opiniones de los autores, y la Comisión no se hace responsable del uso que pueda hacerse de la información contenida en la misma.



## METODOLOGÍA DE EVALUACIÓN Y MEDIDAS

A lo largo de los cuatro módulos, nos centraremos en el uso de evaluaciones formativas que nos ayudarán a comprender mejor las necesidades y el proceso de aprendizaje de los alumnos para poder ofrecerles más explicaciones y aclaraciones cuando las necesiten. Lo ideal es que las herramientas de evaluación se integren perfectamente en la experiencia y las actividades de aprendizaje, ya que pueden ser valiosas no sólo para calibrar los conocimientos iniciales de los participantes y reforzar la retención de información a largo plazo, sino también como herramientas de aprendizaje independientes, lo que ayuda a crear un entorno amistoso y de baja presión que promueva la colaboración, la reflexión y la participación. En lo que respecta a nuestras herramientas de evaluación, se calibrarán constantemente con nuestros resultados de aprendizaje previstos y la tabla de competencias para que sirvan mejor a nuestros propósitos. Los siguientes tipos de evaluaciones pueden utilizarse tanto en línea como en persona, y debemos elegir los instrumentos y métodos adecuados en cada caso.

Antes de cada módulo podemos utilizar cuestionarios iniciales (no calificados) para ayudar a los participantes a autoevaluar sus conocimientos existentes y despertar su curiosidad con el fin de prepararlos para lo que van a aprender y establecer un entorno divertido, interactivo y seguro. Al final de cada módulo, estos cuestionarios se pueden volver a realizar, reflejando un cambio de perspectiva y ayudando a reforzar los conocimientos adquiridos. Los cuestionarios pueden integrarse en Moodle cuando se utilicen para el estudio individual; cuando formen parte de las actividades de grupo, podemos utilizar algunas herramientas interactivas sencillas en línea, como Kahoot, Mentimeter o Sli.do, que nos ayudarán a obtener una imagen clara de todo el grupo.

Otro tipo de herramienta de evaluación que podemos utilizar son los ejercicios de emparejamiento. Se puede pedir a los participantes que emparejen elementos de la columna A con elementos de la columna B, que agrupen elementos similares, que encuentren el elemento distinto de un grupo, etc. Estos ejercicios refuerzan aún más la adquisición de conocimientos, ya que ayudan a los alumnos a establecer conexiones mentales y a identificar relaciones entre distintos conceptos de forma interactiva.

También podemos utilizar las preguntas abiertas como estímulo para la reflexión, ya sea como tareas individuales, en las que cada participante se tomará un tiempo para pensar en el tema que queremos tratar y formular su opinión en forma de respuesta breve, o como oportunidades para la discusión y el debate. También ayudará a los participantes a conocer mejor a los demás y a sus respectivas culturas y saber escuchar con atención al tiempo que defienden sus creencias y argumentos de forma educada y amistosa. Esto puede hacerse tanto en tiempo real de manera presencial o a través de las salas de reunión de Zoom, como a lo largo de un periodo en un foro de debate. La clase puede dividirse en parejas o en grupos más pequeños, o incluso se puede involucrar a todo el grupo en un determinado debate,





# LANGUAGE LEARNING THROUGH CULTURE & COOKING

Nº de Proyecto 2019-1-UK01-KA204-061490

dependiendo de lo que se considere apropiado para alcanzar el resultado de aprendizaje deseado.

Otra herramienta útil de evaluación/aprendizaje son las tareas y proyectos en grupo. Estos promueven la colaboración, ayudando a los participantes a adquirir un sentido de comunidad y participación. Les anima a trabajar con otros, a establecer la confianza y a crear un entorno seguro en el que se sientan cómodos para hacer preguntas y experimentar mientras se apoyan mutuamente. Se pueden utilizar tanto durante las actividades de cocina y compra, con resultados tangibles que podrán disfrutar todos los participantes, como en forma de estímulos para la reflexión/investigación, al final de los cuales el grupo tendrá que hacer una presentación o un resumen visual o verbal de sus conclusiones, etc. Podemos pedir a los distintos grupos que evalúen los productos finales de los demás para promover el compromiso y la contribución de todos los miembros.

Los mapas mentales/mapas conceptuales son otra herramienta de evaluación formativa que puede ayudarnos a evaluar los conocimientos de los participantes en un momento determinado, a la vez que les permite establecer conexiones mentales e imaginar las relaciones entre determinados conceptos, lo que favorece el aprendizaje visual y táctil y refuerza los conocimientos adquiridos.

Los juegos y los elementos de gamificación pueden utilizarse como herramientas de evaluación interactiva, introduciendo la competición y la diversión en un entorno seguro y amistoso. Permiten evaluar otro tipo de habilidades, como la colaboración, la creatividad, la flexibilidad, la paciencia y la perseverancia. Lo ideal es que se integren con el resto de actividades y que puedan utilizarse tanto en un contexto virtual como en uno presencial.

Las actividades de simulación de diálogos/juegos de rol pueden ser especialmente útiles para reproducir situaciones de la vida real en las que los participantes utilizarán los elementos lingüísticos aprendidos a lo largo de los distintos módulos, en un entorno amistoso y de baja presión, en el que se sentirán libres para expresarse y cometer errores. Esto será útil más adelante cuando los participantes se encuentren en situaciones similares. La experiencia de la simulación les ayudará a ganar confianza en el uso de los conocimientos adquiridos, dando la oportunidad al formador de ofrecer comentarios, corregir suavemente los errores de pronunciación y evaluar el grado en que los alumnos son capaces de comunicar con precisión sus ideas o expresarse de forma creativa en el entorno de la nueva lengua.

Como se ha mencionado anteriormente, todos estos tipos de actividades son más eficaces cuando se integran en el proceso de aprendizaje, sirviendo como herramientas para que el formador evalúe constantemente su eficacia, ofrezca comentarios a cada alumno y realice los ajustes necesarios. En cuanto a las medidas de evaluación sumativa, a veces se pasan por alto dentro de un entorno no formal, pero pueden ser especialmente útiles tanto para el formador como para los participantes cuando se sienten integradas con el resto de materiales del curso



# LANGUAGE LEARNING THROUGH CULTURE & COOKING

Nº de Proyecto 2019-1-UK01-KA204-061490

y reflejan el mismo grado de interacción, diversión, refuerzo positivo y relevancia en el mundo real, lo que ayuda a los alumnos a celebrar sus progresos y logros.



Cofinanciado por el programa Erasmus+ de la Unión Europea

El apoyo de la Comisión Europea para la producción de esta publicación no constituye una aprobación del contenido, el cual refleja únicamente las opiniones de los autores, y la Comisión no se hace responsable del uso que pueda hacerse de la información contenida en la misma.



# LANGUAGE LEARNING THROUGH CULTURE & COOKING

Nº de Proyecto 2019-1-UK01-KA204-061490

## CERTIFICACIÓN

Al final del curso, los participantes deben recibir un Certificado de Asistencia y Aprovechamiento. El objetivo de este certificado es proporcionar a los alumnos una prueba de que han completado el curso.

### Información general sobre el proceso de certificación:

- En este Manual se puede encontrar una plantilla que incluye los aspectos más relevantes sobre el Certificado (véase la página siguiente).
- El propósito de la certificación es demostrar que se han cumplido los requisitos especificados.
- Los requisitos se refieren a las competencias definidas en la Tabla de Competencias y a la estrategia concreta de evaluación que define las competencias requeridas que deben alcanzar los participantes.
- La Certificación puede organizarse de manera formal, por ejemplo, entregando el certificado a cada alumno/participante como ceremonia final al terminar el curso.

Los **requisitos** se definen en la tabla de competencias (véase la sección finalidad y objetivos de las guías didácticas y la estrategia de evaluación). Todo participante ha finalizado con éxito el curso cuando:

- **Participación activa:** El nivel de participación alcanza más del 75%; finalización con éxito de al menos 3 sesiones presenciales u online.
- **Finalización de al menos 3 sesiones de tareas** (centradas principalmente en los formatos online y en los cursos de Moodle).
- **Idioma:** los participantes han mejorado sus habilidades en el nivel A1/A2 al completar todas las tareas y actividades de al menos 3 módulos.

### Certificado:

El Certificado debe contener como mínimo:

- El nombre del curso/proyecto.
- Información básica: nombre del participante, fecha y el lugar.
- Día de inicio y finalización y la cantidad de horas de formación.

Además, se puede integrar una descripción más detallada del contenido del curso para dar una mejor visión de las competencias aprendidas. En el *ejemplo de certificación* que figura a continuación se ofrece una certificación sencilla que puede adaptarse para ajustarse al curso local.



# LANGUAGE LEARNING THROUGH CULTURE & COOKING

Nº de Proyecto 2019-1-UK01-KA204-061490

*[Ejemplo de certificado]*

## Proyecto Erasmus+ LL & CC Certificado de asistencia

Esto es para certificar que

### NOMBRE

ha participado y completado con éxito el curso de formación/el curso "Aprendizaje de idiomas a través de la cultura y la cocina"

desde (fecha de inicio: DD/MM/YYYY)

hasta (fecha de finalización: DD/MM/YYYY)

por un número total de horas de formación igual a:

.....

Fecha y Firma

Sello (si procede)



Cofinanciado por el  
programa Erasmus+  
de la Unión Europea

El apoyo de la Comisión Europea para la producción de esta publicación no constituye una aprobación del contenido, el cual refleja únicamente las opiniones de los autores, y la Comisión no se hace responsable del uso que pueda hacerse de la información contenida en la misma.

## REFERENCIAS Y SITIOS WEB RELEVANTES/ENLACES ÚTILES/RECURSOS Y PUBLICACIONES

- LEARNING ZONE – Nuevas aproximaciones a los cursos de idiomas para migrantes y refugiados (manual y MOOC). <https://www.salto-youth.net/tools/toolbox/tool/learning-zone-new-approaches-to-language-courses-for-migrants-and-refugees.2379/>
- UNESCO (2020). Soluciones para la Formación a Distancia. (colección de recursos y herramientas) <https://en.unesco.org/covid19/educationresponse/solutions>
- Consejo Británico (N/D). Evaluación del Idioma en el Aula. (curso en línea) <https://www.futurelearn.com/courses/language-assessment>
- Gibbons, J. (N/D). 29 Powerful Language Learning Tools Within Your Reach. (artículo) <https://www.fluentu.com/blog/language-learning-tools-2/>
- Heick, T. (2020). 25 Remote Teaching Tips to Engage Students in Distance Learning. (artículo) <https://www.teachthought.com/technology/remote-teaching-tips-for-student-engagement/>
- Norman, M (2016). Creative Methods of Assessment in Online Learning. (artículo) <https://ctl.wiley.com/creative-methods-of-assessment-in-online-learning/>
- Ferrero, M.A. (2020). 15 Free Digital Tools to Boost Students' Engagement Online. (artículo) <https://medium.com/the-faculty/digital-tools-for-online-student-engagement-2faafbbd0b44>
- Vivify Stem Education (N/D). 50 actividades y juegos rompehielos a distancia. (colección de recursos y actividades) <https://www.vivifystem.com/blog/2020/6/1/icebreakers-for-distance-learning>
- Seedhouse, P., Heslop, P. & Kharrufa, A. (2020). Cooking as a Language Learning Task. (artículo) <http://www.tesl-ej.org/wordpress/issues/volume24/ej93/ej93int/>
- Growing Minds (N/D). Cocinando en Clase: Guía de Mejores Prácticas (manual) <https://growing-minds.org/documents/cooking-in-the-classroom-best-practices-guide.pdf/>
- King, B. (2012). The Healthy Cooking Techniques Everyone Needs to Know (artículo) <https://www.healthyfood.com/advice/the-healthy-cooking-techniques-everyone-needs-to-know/>
- NHS (N/D). Eat Well. (colección de recursos, artículos y recetas) <https://www.nhs.uk/live-well/eat-well/>
- Pittman, A.T. (2017). 30 Ways to Be a Healthier Cook (artículo). <https://www.cookinglight.com/eating-smart/smart-choices/how-to-be-healthier-cook>
- Vachon, P. (2019). How to start cooking healthy meals at home (artículo) <https://www.cnet.com/health/how-to-cook-healthier-meals-at-home/>

- Pulley-Bingley, Z. (N/D). Eating and Socialising: Why Food is so Important in our Social Landscape (artículo). <https://www.zoebingleypullin.com/eating-and-socialising-why-food-is-so-important-in-our-social-landscape/>
- Farmer, N., Touchton-Leonard, K., & Ross, A. (2018). Psychosocial Benefits of Cooking Interventions: A Systematic Review. Health education & behavior : the official publication of the Society for Public Health Education, 45(2), 167–180. <https://doi.org/10.1177/1090198117736352>
- Ochs, E. & Shohet, M. (2006). The Cultural Structuring of Mealtime Socialization. NEW Directions for Child and Adolescent Development, 111, 35-49. [http://www.sscnet.ucla.edu/anthro/faculty/ochs/articles/Ochs\\_Shohet\\_2006\\_The\\_Cultural\\_Structuring.pdf](http://www.sscnet.ucla.edu/anthro/faculty/ochs/articles/Ochs_Shohet_2006_The_Cultural_Structuring.pdf)
- Linguacuisine (página web) <https://linguacuisine.com/>
- Healthnic (página web) <https://healthnic.eu/>
- The Languages Kitchen. (página web) <https://thelanguageskitchen.com/>
- Enjoy the Taste of Austria! (página web) <https://www.strudelandschnitzel.com/>
- Great British Chefs (página web) <https://www.greatbritishchefs.com/collections/classic-british-recipes>
- My Greek Dish (página web) <https://www.mygreekdish.com/>
- Taste Lithuania (e-book) [https://issuu.com/beatosvirtuve/docs/b.nicholson\\_taste\\_lithuania](https://issuu.com/beatosvirtuve/docs/b.nicholson_taste_lithuania)
- Uncover Romania (página web) <https://www.uncover-romania.com/gastronomy/romanian-recipes/>
- Spanish Sabores (página web) <https://spanishsabores.com/>

### **Canales de YouTube:**

- Cocina con Addy [https://www.youtube.com/channel/UC-sOsYySa0l\\_u0EqJlxMuGA/about](https://www.youtube.com/channel/UC-sOsYySa0l_u0EqJlxMuGA/about)
- Las recetas de MJ <https://www.youtube.com/user/lasrecetasdemj/about>
- Cocina al natural <https://www.youtube.com/user/Cocinaalnatural/about>
- Rawvana <https://www.youtube.com/user/officialrawvana/about>
- Super Pilopi <https://www.youtube.com/channel/UCnGennaSekGlmPiHXE4zOug>

## CONSORCIO DEL PROYECTO

<p><b>Coordinador del proyecto</b> Community Action Dacorun (Reino Unido)</p>  <p><a href="http://www.communityactiondacorum.org">www.communityactiondacorum.org</a></p>
<p><b>Socios del proyecto</b> Active Citizens Partnership (Grecia)</p>  <p><a href="http://www.activecitizens.eu">www.activecitizens.eu</a></p>
<p>Social Innovation Fund (Lituania)</p>  <p><a href="http://www.lpf.lt">www.lpf.lt</a></p>
<p>Magenta consultoria projects (España)</p>  <p><a href="https://magentaconsultoria.com/">https://magentaconsultoria.com/</a></p>
<p>Predict CSD Consulting (Rumanía)</p>  <p><a href="http://www.predictconsulting.ro">www.predictconsulting.ro</a></p>
<p>Die Berater unternehmensberatungs gmbh (Austria)</p>  <p><a href="http://www.dieberater.com">www.dieberater.com</a></p>



# LANGUAGE LEARNING THROUGH CULTURE & COOKING

Nº de Proyecto 2019-1-UK01-KA204-061490



Cofinanciado por el programa Erasmus+ de la Unión Europea

El apoyo de la Comisión Europea para la producción de esta publicación no constituye una aprobación del contenido, el cual refleja únicamente las opiniones de los autores, y la Comisión no se hace responsable del uso que pueda hacerse de la información contenida en la misma.