

PLAN DE COMEDOR

Curso 2023-2024



Creamos comedores **SALUDABLES** y **SOSTENIBLES**, fomentando Hábitos Saludables, a través de la “Educación para la Salud” y la consecución de los “Objetivos de Desarrollo Sostenible”, con el apoyo de **JÓVENES DEPORTISTAS OLÍMPICOS**.

Objetivos del tiempo de comedor	1
Actividades educativas del tiempo de comedor	2
Objetivos que promueven nuestro programa educativo	3
Programa educativo En el tiempo de comedor	4
Plan Pedagógico de actividades	5
Maletas Pedagógicas de actividades	6
Programa educativo en horario lectivo	7
Control del programa control del servicio de comedor	8
Evaluación del programa Comunicación sobre el servicio de comedor con el centro	9
Plan de comunicación con las familias	10

Objetivos

del tiempo de comedor

1

OBJETIVOS GENERALES EN EL TIEMPO DE COMEDOR:

1. **Adquirir hábitos saludables** sobre alimentación e higiene. Adaptándose y aceptación progresiva de diferentes texturas, alimentos y sabores.
2. Aumentar progresivamente la **autonomía** en la alimentación, aprendiendo a comer solo/a, controlar la ingestión de alimentos y aceptar una dieta variada.
3. Participar en la elaboración de **pautas de conducta** relacionadas con la comida, conocer y aceptar las normas establecidas dentro de nuestro medio socio-cultural.
4. Conocer las posibilidades motrices y sensitivas del propio cuerpo para utilizar los utensilios de comida con eficacia.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS DE LOS/AS MONITORES/AS EN EL TIEMPO DE COMEDOR:

1. Enseñarles la importancia de **lavarse las manos** antes de empezar a comer y **después de ir al lavabo** haciendo hincapié en no malgastar el agua y en dejar el lugar limpio y ordenado.
2. Acostumbrarlos a hablar con un **tono de voz moderado**.
3. Enseñarles a **utilizar los cubiertos correctamente**.
4. Fomentar un **comportamiento correcto** al entrar y salir del comedor, enseñando a hacerlo sin alborotar, correr o gritar y de forma ordenada.
5. Favorecer una **dieta variada** procurando que coman de todo, sin desaprovechar la comida ni tirarla. Haciendo entender la importancia de la alimentación para un buen desarrollo físico e intelectual.
6. Potenciar **conductas positivas** que deriven en un **comportamiento respetuoso** hacia sus compañeros/as, monitores/as y personal de cocina, haciendo especial énfasis en que pidan las cosas con educación intentando inculcar la utilización de las consignas de “**gracias**” y “**por favor**” .
7. Enseñarles a tomar conciencia del **carácter común del menaje y material** que se utiliza para que lo **cuiden y lo mantengan en buen estado**.

Objetivos

del tiempo de comedor

1

OBJETIVOS ESPECÍFICOS DE LOS/AS MONITORES/AS EN EL TIEMPO DE OCIO:

1. Facilitar actitudes que faciliten el **desarrollo del niño/a** a nivel cognitivo, afectivo y social.
2. Favorecer una **buena organización** y utilización de su tiempo libre dotándoles de alternativas de ocio.
3. Potenciar el **trabajo en equipo y las relaciones interpersonales** para una mejor convivencia entre todos.
4. Lograr un espacio de encuentros fuera del horario escolar reglado destinado al juego, al aprendizaje y al conocimiento de otros compañeros.
5. Potenciar y reforzar **conductas positivas de respeto y correcta utilización del entorno y el material a utilizar.**
6. Velar por la **integración** de todos los/as niños/as prestando especial atención a aquellos socialmente más desfavorecidos y a los/las alumnos/as con necesidades educativas especiales.
7. Fomentar valores sociales y culturales que potencien el **respeto y la tolerancia** entre todos.
8. Estimular la motivación y receptividad de los niños/as intentando mantener un **ritmo constante** en la realización de actividades e inculcando un compromiso de acabar todo aquello que se empieza.
9. Aprender a **escuchar y a participar** durante las actividades, respetando las reglas del juego y aprendiendo de los propios errores.
10. Realizar actividades que pongan en **juego estrategias** que faciliten al niño la resolución de conflictos y la **toma de decisiones.**
11. Potenciar el desarrollo intelectual, físico y social de los/as niños/as a través de juegos y dinámicas que desarrollen su **creatividad e imaginación.**

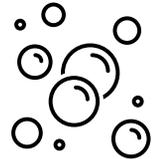
Actividades

educativas del tiempo de comedor

2

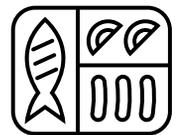
ACTIVIDADES ANTES DE LA COMIDA:

- Lavarse las manos correctamente.
- Realizar las filas en orden y según grupo.
- Entrar en el comedor ordenadamente y utilizar el lugar asignado.



ACTIVIDADES DURANTE EL SERVICIO DE COMEDOR:

- Respetar el espacio propio y el de los/as compañeros/as.
- No jugar con el menaje, utilizándolo correctamente.
- No tirar comida ni jugar con ella.
- Mantener un tono de voz moderado.
- Comer el menú del día, tomando todos sus componentes.
- Respetar a los/as monitores/as, utilizando un lenguaje de respeto.
- Salir en orden y según directrices de los/as monitores/as.



ACTIVIDADES EN EL TIEMPO DE PATIO/OCIO:

- Asamblea
- Propuesta de actividades de juegos dirigidos según la planificación de cada centro, y / o talleres y cursos propuestos por los/as monitores/as y dirigidos por los/as mismos/as.
- Actividad temporalizada según el plan de patios.
- Espacios y tiempo libre.



Objetivos

que promueven nuestro programa educativo

3

OBJETIVOS GENERALES :

EN EDUCACIÓN PARA LA SALUD:

La **ALIMENTACIÓN SALUDABLE** se logra cuando conseguimos poner en práctica unos hábitos que potencien la comida equilibrada, higiénica, suficiente y variada.

Equilibrada: cada comida debe contener alimentos en su proporción según la pirámide de la salud.

Higiénica: la comida debe tener calidad, ser fresca, con una preparación y manipulación higiénica.

Suficiente: debe cubrir las necesidades de nutrientes.

Variada: hay que comer de todo

La **ACTIVIDAD FÍSICA** ayuda a los niños/as a desarrollar destrezas psicomotrices, hacer ejercicios, socializarse, divertirse, aprender a jugar en equipo, aprender normas y a mejorar su autoestima.

Los **HÁBITOS DE HIGIENE** evitan el contagio de enfermedades, y ayudan a los niños/as en su proceso de inserción social entre iguales y les brinda una sensación de seguridad e independencia.

La **PREVENCIÓN DE ACCIDENTES Y ENFERMEDADES** forma parte de la vida cotidiana de los niños/as. La adquisición de actitud preventiva y de atención ante pequeños accidentes fomentará un mayor desarrollo de su autonomía .

EN EDUCACIÓN PARA EL OCIO:

- Realizar actividades que desarrollen estrategias.
- Desarrollar la creatividad y la imaginación.
- Lograr un espacio de encuentro para jugar y aprender.
- Potenciar el trabajo en equipo.

Emociones
Sostenibilidad
Reciclaje

EN EDUCACIÓN PARA LA CONVIVENCIA:

- Fomentar actitudes de desarrollo.
- Reforzar conductas de respeto.
- Velar por la integración de todos.

*EDUCACIÓN
PARA LA SALUD*

Autonomía

Prevención

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Adoptar **buenos hábitos de alimentación.**
- Conocer la variedad y diversidad de los alimentos y su origen.
- Hacer propio/interiorizar conceptos que configuran la **alimentación saludable, dieta variada, equilibrada, adecuada y suficiente.**
- Valorar la importancia que una dieta equilibrada tiene en el desarrollo físico/mental y emocional en los niños/as.
- Potenciar la **actividad física** en los alumnos/as.
- Promover **los buenos hábitos en la mesa.**
- Concienciar a los niños/as la importancia del **reciclaje**

Alimentando el futuro de una generación

Creamos comedores SALUDABLES y SOSTENIBLES, fomentando los Hábitos saludables, a través de la “Educación para la Salud” y la consecución de los “Objetivos de Desarrollo Sostenible”, con el apoyo de **JÓVENES DEPORTISTAS OLÍMPICOS**.

Gracias a la labor diaria que desarrolla nuestro equipo de monitoraje, ofrecemos al alumnado **actividades lúdico-educativas** con el objetivo de acompañarlos en una formación integral, consiguiendo además que la hora de la comida se convierta en toda una experiencia.

METODOLOGÍA ARAMARK:

Nuestra metodología de trabajo se basa en dos grandes recursos; **el plan pedagógico anual y las maletas pedagógicas** que lo van complementado durante todo el curso mediante actividades especiales, concursos, etc.

PLANES PEDAGÓGICOS

Manuales compuestos de las fichas técnicas de actividades diarias educativas. Contamos con diferentes adaptaciones según niveles y ciclos educativos. contenido **se adapta según niveles y ciclos educativos**: infantil, primaria, y necesidades especiales.

Los contenidos de las actividades son propuestas de intervención educativa durante el servicio de comedor escolar, mediante las que se pretende **trabajar estas tres temáticas de manera lúdica** a través de cuentos, canciones infantiles, talleres, juegos tradicionales, deportes, cursos, concursos, dinámicas y realizando actividad física.

MALETAS PEDAGÓGICAS

Recursos didácticos que ayudan a mejorar el aprendizaje del alumnado, interiorizando contenidos y competencias de una manera más práctica, atractiva e innovadora.

Cada maleta trabaja un proyecto clave en el desarrollo de los pequeños: **CONVIVENCIA, NUTRICION, DEPORTE, SOSTENIBILIDAD Y ODS**. Estas maletas contienen cursos, concursos, talleres, actividades y materiales visuales para incentivar la creatividad.

Se INCORPORAN COMO NOVEDADES LA SIGUIENTES ACTIVIDADES :

- ❑ **NEXT GENERATION ACADEMY** (vídeos online disponibles en nuestra página web www.elgustodecrecer.es), ACTIVIDADES PARALELAS PARA EL ALUMNADO DEL COMEDOR.
- ❑ **WEBINARS** trimestrales para las familias sobre nutrición, deporte y valores. Participarán nuestros jóvenes deportistas olímpicos.
- ❑ **OLIMPIADAS LÚDICO-EDUCATIVAS** se organizarán durante una semana al mes para trabajar los VALORES del DEPORTE .

Planes Pedagógicos

de actividades

5

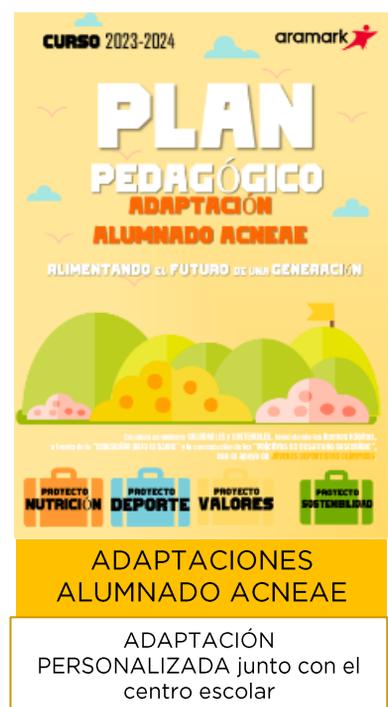
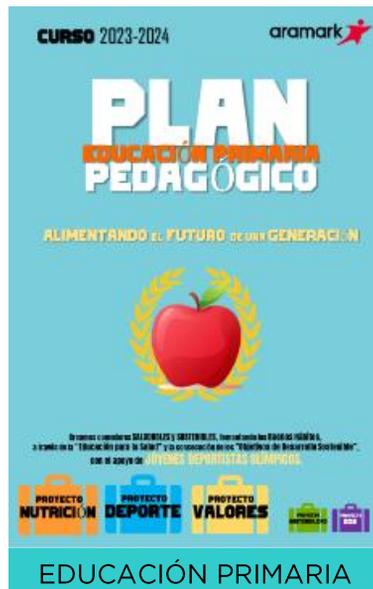
CONTENIDO:

Contamos con dos propuestas generales de intervención educativa, **uno para infantil y otro para primaria**, además de la adaptación curricular para centros con alumnos/as con **ACNEAE** durante el servicio de comedor escolar, mediante la que se pretende trabajar una alimentación saludable **de manera lúdica y voluntaria** a través de juegos, talleres, cuentos, pasatiempos, etc.

Esta propuesta está reforzada con orientación específica dirigida a los/as monitores/as.

OBJETIVOS:

- Crear un **punto de encuentro** con los demás compañeros, donde compartir un tiempo, un espacio y un sentimiento.
- Divertirse**, distraerse y desarrollarse a través de las emociones.
- Trabajar el **respeto** a la diversidad, la tolerancia, la amistad...
- Potenciar los temas transversales.
- Trabajar un ocio educativo y participativo.



La organización de los planes consta de **fichas de trabajo diarias para todos los días lectivos del curso** y en cada ficha se describe la propuesta de actividad para ese día.

En cada ficha diaria de trabajo se describe: TIPO ACTIVIDAD, OBJETIVOS, TIEMPO Y ASISTENTES, MATERIALES NECESARIOS, DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD, CHECK-LIST DE SU REALIZACIÓN, PROPUESTA DE OTRA ACTIVIDAD, RECOMENDACIÓN DE EDAD, Y EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD.

Los **VIERNES Y DIAS PAUTADOS SEGÚN PROGRAMACIÓN GENERAL** se dedicarán a realizar las actividades de **LAS MALETAS PEDAGÓGICAS** descritas en los Planes Pedagógicos.

Maletas Pedagógicas

de actividades

6

Como complemento de actividades DIARIAS de los planes pedagógicos, se programa las actividades de las MALETAS PEDAGOGICAS, englobadas en los cuatro proyectos de alimentación, medio ambiente, actividad física y convivencia con: actividades, cursos concursos, talleres, materiales.

En cada centro escolar se adapta, temporaliza e implanta las actividades en base a las características del mismo.

		VALOR		
<p>PROYECTO VALORES "CONSTRUIMOS UN COMEDOR FELIZ"</p>	CURSO	ACUERDOS DE CONVIVENCIA	CONVIVENCIA	ANUA
		BUENOS HÁBITOS EN LA MESA	EDUCACIÓN	ANUA
		SOMOS COMPAÑEROS	COMPAÑERISMO	ANUA
		5 TIPS VIDA SALUDABLE	SUPERACIÓN	ANUA
		DIMÁMICAS	EMPATÍA	4VECE /ANC
	TALLER	OBJETIVOS MENSUALES	DISCIPLINA	MENSU.
		RINCÓN DE LA CALMA	CONFIANZA	SEGÚ CENTR
	ACTIVIDAD	MESA ESPECIAL BUENOS HÁBITOS	COLABORACIÓN	SEGÚ CENTR
		RESPONSABLE DE MESA	RESPONSABILIDAD	SEGÚ CENTR
		MESA DE 6º	CORTESÍA	ANUA
RETO MEJOR MESA		PERSEVERANCIA	SEGÚ CENTR	
PROYECTO RUIDO		VOLUNTAD	SEGÚ CENTR	
GLOBOFLEXIARK		PACIENCIA	SEGÚ CENTR	
ARASCAPE		OBJETIVIDAD	SEGÚ CENTR	
TORNEOS DE MESA		HONESTIDAD	SEGÚ CENTR	
<p>PROYECTO NUTRICIÓN "FOMENTAMOS LA ALIMENTACIÓN SALUDABLE"</p>	CURSO	SEMÁFORO DE LOS ALIMENTOS	ANUAL	
		PIRÁMIDE DE LA SALUD	ANUAL	
		DESAYUNO SALUDABLE	ANUAL	
		LOS ALIMENTOS A TRAVÉS DE LOS SENTIDOS	ANUAL	
	CONCURSO	RECETA DE NAVIDAD	ANUAL	
		MASCOTAS CON SUPERPODERES	ANUAL	
	TALLER	GRUPOS DE ALIMENTOS	MENSUAL	
		ALIMENTOS EN LAS ESTACIONES	4VECES/A NO	
	ACTIVIDAD	JORNADAS GASTRONÓMICAS	4VECES/A NO	
		FRUTÓMETRO	DIARIO	



OLIMPIADAS MEDALLAS, PÓDIUM, BANDERAS	ANUAL
OLIMPIADAS, PRUEBAS	MENSUAL
DEPORTES. TORNEOS. Colectivos / individuales	SEGÚN CENTRO
TEATRO	SEGÚN CENTRO
BAILE	SEGÚN CENTRO
GIMCANA	SEGÚN CENTRO
ARATALENT	SEGÚN CENTRO
GOMAS Y CUERDAS	
OLIMPIADAS Plantillas	MENSUAL
TORNEOS Plantillas	SEGÚN CENTRO

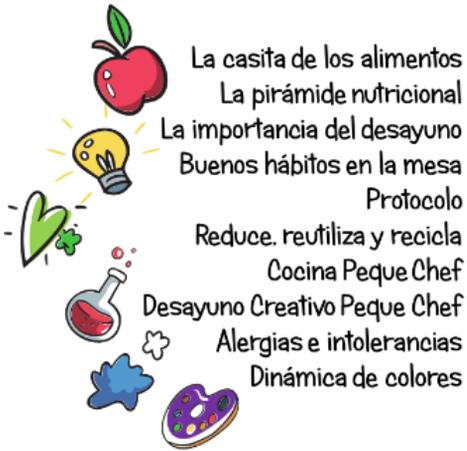


COMEDOR SOSTENIBLE	ANUAL
RRR	ANUAL
RRR EN MI COMEDOR	ANUAL
ALIMENTOS ECO - INTEGRALES	ANUAL
ALIMENTOS DE CERCANÍA	ANUAL
DESPERDICIO 0	TRIMESTRAL
DÍA AMARILLO	DÍA LÁCTEO
AQUATRÓMETRO	
PATRULLERO ECOLÓGICO	SEGÚN CENTRO
COMPOSTAJE	SEGÚN CENTRO
HUERTO	SEGÚN CENTRO
COCINA CLIMÁTICA	TODO EL CURSO

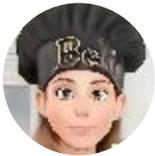
Programa educativo

en horario lectivo

7



QUÉ SON Son sesiones formativas realizadas por ponentes especialistas de Aramark, basadas en la **Educación para la Salud**, donde se trabajan los **buenos hábitos y la alimentación saludable**.



Complemento curricular para los centros escolares.

- OBJETIVOS**
- Aprender los buenos hábitos en buenas maneras de comportamiento en la mesa.
 - Conocer qué es una alimentación saludable, junto con una buena hidratación y ejercicio físico, para ponerlo en práctica en su vida cotidiana.



DESTINATARIOS Alumnos/as de Educación Infantil y Primaria del centro.

CUÁNDO **En horario lectivo.**

LUGAR El centro determina el lugar de la actividad.



CUÁNDO Se temporaliza los grupos de alumnos/as según la actividad que van a realizar en consonancia con la programación del centro. Los/as formadores/as o ponentes son personal cualificado de Aramark.

ALIMENTACIÓN	BUENOS HÁBITOS	EL MEDIO AMBIENTE
Cursos basados en la pirámide nutricional, y en una alimentación sana, suficiente y variada.	Cursos sobre el buen comportamiento social e higiénico, en la mesa y en espacios compartidos	Cursos con los conceptos de reduce, reutiliza y recicla
COCINA	ALERGIAS E INTOLERANCIAS	EMOCIONES
Cursos manipulativos sobre seguridad alimentaria y primeros pasos en el arte de preparar y cocinar.	Curso explicativo sobre qué son las alergias e intolerancias, la seguridad en la compra, manipulación y cocinado y el respeto a los espacios compartidos.	Dinámica de colores para trabajar conflictos y emociones en situaciones cotidianas entre niños-as.

Control del programa

control del servicio de comedor

8

CHECK LIST DE ACTIVIDADES:

El/la coordinador/a de monitores/as **rellena de forma trimestral un formulario a través de Google Forms**, en el que indicará qué actividades se han realizado y cuáles no. Con esto, además de conocer las actividades con mayor éxito entre el alumnado, podremos identificar y aplicar medidas de cara a próximos trimestres.



CUADERNO DE COMEDOR

Aramark dotará el centro de un **"Cuaderno del comedor"**, a disposición del/de la coordinador/a de monitores/as, en el que **diariamente deberá registrar todas las incidencias** del día ocurridas durante el servicio de comedor, así como las **medidas correctoras adoptadas** (cuando proceda).

Este cuaderno **estará también a disposición de la dirección del centro** para que pueda ser consultado en cualquier momento.



MALETA BLANCA

Es una **carpeta física disponible en el centro que recoge toda la documentación necesaria para la correcta prestación del servicio** :

- Organización del servicio de comedor
- Protocolos de seguridad y emergencias
- Protocolo de alergias e intolerancias alimentarias
- Normas de convivencia alumnado del comedor escolar
- Normas de convivencia del personal de Aramark
- No al acoso escolar
- Distribución de monitores-as de comedor
- Control espacios días de lluvia
- Control de espacios
- Descripción del puesto de coordinador
- Descripción de puesto de monitor
- Control entrega de documentación
- Control de compras de material



AUDITORIA DE SERVICIO.

Se realizará una **auditoría anual completa del servicio de comedor** por parte de nuestro/a supervisor/a de operaciones del centro. Esta auditoría se realizará **durante el primer trimestre de actividad**.

En caso que se detecte algún **aspecto negativo**, éste se **subsana conjuntamente con el coordinador/a de pedagogía de Aramark** en la Comunidad de Madrid.



Plan de comunicación

con las familias

10

CARTA PARA LAS FAMILIAS

Carta de bienvenida en formato digital que se hará llegar a las familias a principio de curso, incluye información sobre las actividades en el comedor escolar, nuestra web y APP donde podrán acceder al menú y recomendaciones nutricionales.



PROGRAMA COME CONMIGO

En Aramark queremos que toda la familia sienta la experiencia del comedor escolar. Por eso, hemos diseñado un programa que consiste en una invitación a las familias para que prueben el menú escolar. Se trata de que puedan tener la misma experiencia, utilizando el mismo menaje, cubertería y mobiliario, y sobre todo, degustando el “mismo menú” que les ofrecemos al alumnado.



JORNADA ANUAL DE PUERTAS ABIERTAS

Siempre bajo la aprobación de la dirección del centro, Aramark ofrece acompañar a las familias durante visita al comedor y las instalaciones de cocina en una jornada de puertas abiertas. Fecha consensuada con la dirección.

El personal de Aramark en el centro realizará una visita guiada por el comedor y las instalaciones, con todos los protocolos higiénicos y de seguridad, explicando el servicio de comedor que se ofrece, así como resolviendo todas las cuestiones que las familias planteen.



SESIONES INFORMATIVAS A FAMILIAS

Se programa sesión informativa para las familias sobre la alimentación en el comedor escolar, diseño del menú escolar, dietas especiales, materias primas y proveedores, así como el proyecto educativo en el comedor escolar.



REUNIONES COORDINADOR-A

Según las necesidades del centro, el coordinador/a atenderá dentro de su programación a las familias.

APP El Gusto de Crecer y la WEB www.elgustodecrecer.es

Menú escolar, recomendaciones para las cenas, y nutricionales, videos sobre deporte, nutrición y valores, recetas saludables y de aprovechamiento.

BOLETINES INFORMATIVOS

Documento que informa a las familias de la evolución de hábitos alimentarios, higiénicos y de conducta de los alumnos/as, incidencias puntuales o periódicos según el centro.



aramark 

| *Siempre cerca*

ALIMENTANDO EL FUTURO DE UNA GENERACIÓN



> NUTRICIÓN > DEPORTE > VALORES

aramark 

el gusto
de crecer