

# PÆDAGOGISK MÅLTID I MØLLEGÅRDEN.



# INDHOLDSFORTEGNELSE.

- Det pædagogiske måltid.
- Fire gode råd om det gode måltid.
- Grunde til kræsenhed.
- Gode råd til at afhjælpe kræsenhed.
- Den gode rollemodel.
- Hygiejnen omkring måltidet.
- Møllegårdens opskrift på det gode måltid.



## DET PÆDAGOGISKE MÅLTID

- Fælles værdier og retning for arbejdet med måltidet.
- Fælles læringsmål for måltidet.
- Velfungerende samarbejde og ejerskab af måltidet for pædagogerne på stuen.
- Fælles grundlag for praksisformer der virker og varer ved.
- Hygiejnen omkring måltidet.



## FIRE GODE RÅD OM DET GODE MÅLTID.

- Måltidet skal have plads til leg og læring.
- Måltidet skal styrke selvhjulpenhed.
- Måltidet involverer pædagogerne som forbillede.
- Måltidet giver børn der er madmodige, selvstændige, nysgerrighed omkring maden og giver dem sociale kompetencer.



# GRUNDE TIL KRÆSENHED.

- Familien spiser ensidigt og er meget selektive omkring hvilke fødevarer de bryder sig om.
- At måltidssituationen er konfliktfyldt og urolig.
- Generelt magtkampe.
- Hvis maden ikke er familievenlig.
- Det kan skyldes sansemotoriske udfordringer.
- Børn har en præference for det søde og det fede og det er en tendens i kosten de sidste mange år.



# GODE RÅD TIL AT AFHJÆLPE KRÆSENHED.

- Være et godt forbillede, da barnet spejler sig utrolig meget i hvad vi voksne gør og siger.
- Det er de voksnes ansvar at børnene udvikler et positivt forhold til maden.
- De voksne skal skabe tydelighed og forudsigelighed, i forhold til at håndterer børnenes kræsenhed, ved fælles enighed.
- God og positiv stemning ved bordet samt en tryk og rolig atmosfære.
- Maden skal være indbydende og børnevenlig.
- Inddragelse af børnene i madlavning og borddækning og afrydning.
- Vigtigheden i at præsenterer fødevarer børnene ikke bryder sig om gentagne gange for barnet.
- Respekterer barnets grænser for hvad det vil spise og hvor meget det vil spise. Uden altid at tilbyde alternativ.



## GODE RÅD TIL AT AFHJÆLPE KRÆSENHED.

- Præsenterer det lille barn for så mange forskellige fødevarer og smagsnuancer som muligt.
- Præsenterer nye fødevarer for barnet 10-15 gange.
- Udpræget kræsenhed kan medføre at barnet spiser for ensidigt.



# DEN GODE ROLLEMODEL.

- Fælles afsæt, forståelse og retning for måltiderne i Møllegården.
- Pædagogikken forsættes under måltidet.
- Vi skal være åbne for børns input det vil styrke børns lyst til at eksperimentere og smage.
- Fokus på børns aktive deltagelse omkring måltidet vil gøre børnene mere selvhjulpne.
- Vi voksne er forbilleder og inspirationskilder som børnene spejler sig i, derfor spiser vi med og taler positivt om maden.
- Måltidet er en sanssemæssig og social oplevelse som danner rammen om fællesskab.
- Flytte fokus fra kan lide- ikke lide til at tale teksturer, farver smage.





# HYGIEJNEN OMKRING MÅLTIDET.

- Hvornår skal børnene selv øse op? Og hvornår giver det mening at vi voksne gør det.
- Hvordan og hvornår skal der ske håndhygiejne.
- Må man dele mad? Og hvor kommer det hen man ikke kan lide?

