

Den lille kok



Allerede fra 10 -12 måneder kan det lille barn inkluderes i madlavning som en fælles aktivitet og gerne sammen med de lidt større børn. En af de bedste måder at arbejde med et barns tilgang til mad er at kæde måltidet sammen med leg, glæde og interaktion med de andre børn, ved at lade barnet være med til at forberede et måltid.

Forslag til aktiviteten

Madlavning behøver ikke kun foregå i køkkenet. Når helt små børn skal være med, kan du lade en del af madlavningen foregå omkring spisebordet. Det kan fx være at dele grøntsager i mindre stykker, der skal i en suppe eller bages i ovnen. Her omkring bordet kan de små se, hvad de større børn gør, og du kan italesætte det. Små børn, der ikke endnu kan bruge en kniv, kan godt være med til at hive grøntsager fra hinanden – fx dele små "træer" af broccoli i mindre buketter, eller brække salat i mindre stykker. Eller komme grøntsager fra en skål i en gryde med koldt vand, eller lægge finger-grønt i skåle.

Det kan også være, at det lille barn mest ser på, hvad de lidt større børn og du gør, og *imiterer* det ved at få en lille skål med de råvarer, der bearbejdes. Her kan du italesætte, at det lille barn er med, og gør det samme som de større børn.

Du kan selv fortælle, hvad det er, du gør: "Nu skræller jeg guleroden, den skal blive til suppe". Allerede fra et-års-alderen kan børn, med en lille smørekniv, godt prøve at skære bløde madvarer ud fx: avocado, banan, kiwi, melon, moden mango og pære – eller prøve at smøre et stykke brød.

Variationer

- Bagning kan være en velegnet aktivitet til børn på alle alderstrin. Det lille barn kan være med til at komme ingredienser i en skål, få lov til at have hænderne i dejen og mærke, hvordan den føles mellem fingrene. Eller være med til at lægge små stykker dej på en bageplade, som så bliver bagt efterfølgende.



Bagom aktiviteten

Når du inddrager det lille barn i den aktivitet, som du og de andre børn i gruppen er i gang med, vil det lille barn føle sig inkluderet i fællesskabet. Det vil opleve, at det hører til. Samtidig vil barnet opleve at være skabende og aktiv. Det giver barnet en positiv selvforståelse. Forudsætningen for dette er, at den voksne kan sætte ord på barnets intentioner. Her skal du benævner barnets initiativer. Når du benævner barnet, er det vigtigt at afstemme barnet ved at sikre øjenkontakten til barnet.

Vi ved, at det lille barn har svært ved at udsætte egne behov frem til 1 1/2 års-alderen. Når du benævner barnet og dig selv på jeres handlinger, vil det lille barn med voksens støtte føle sig inddraget i aktiviteten. Det vil styrke barnets kontakt til sig selv, egne behov og derved få en sikker fornemmelse af sig selv. Denne sikkerhed vil på sigt give det lille barn overskud til at være interesseret i andre børn.

Når barnet får ord for det, det gør, er det med til at styrke barnets kendskab til omverdenen og barnets sproglige udvikling.

Refleksionsspørgsmål

Hvilke tegn har jeg/vi set hos barnet/børnene (følelse, relation og stemning)?

Hvad har jeg/vi som voksne lært?

- Hvad gik godt? Hvorfor?
- Hvad gik mindre godt? Hvorfor?

Hvad skal jeg/vi særligt være opmærksom(me) på næste gang i forhold til det enkelte barn og børnegruppen?