

Fra frø til fest

Mataktiviteter med barna

Januar- september

Alle barna på Reinrosa og Rødsildre skal få bli med på matfaglige aktiviteter. Alle barna får bli med en gang hver måned, hvor barna skal få lære om ulike råvarer, deres opprinnelse og hvordan de påvirker kroppen vår. Vi skal lære om sansene, matkulturer og om dyrene på gården. Hver måned fokuserer vi på et nytt tema som skal være gøy, gi matglede, lærdom og mestring. Vi har kokkeklubb hver torsdag og fredag på ettermiddagen etter fruktmåltidet.

Ukens minikokk

Vi fortsetter med ukens minikokk. To moskuser på stor barns avdelingene får sammen være ukens minikokk. Denne uken får de bli med på kjøkkenet å hjelpe til med matlaging og andre måltidsaktiviteter. Ukens minikokk for også ekstra ansvar og oppgaver på sin avdeling, f.eks. ved å dekke på bordet, hjelpe med oppvasken eller servere mat ved fruktmåltidet.

Januar:

Aktivitet: Spille Mons og Mona sitt frukt og grønt lotto

- Dette er et spill i fra opplysningskontoret for frukt og grønt, som skal bidra til lærdom, inspirasjon og motivasjon til å spise mer frukt og grønnsaker i hverdagen.

Februar:

Aktivitet: Grep om begreper, fokus på begrepet Eple.

- Dette er en metodikk for begrepslæring om Eple, hvor vi skal lære mest mulig detaljkunnskap om akkurat Eple.

Målet er at barna skal bli nysgjerrige på begrepet eple og at de skal få et dypere begrepsinnhold.

Mars:

Aktivitet: Smakstallerken

- Her skal barna få spise forskjellige typer mat, så må de få teste ut ulike smaker i trygge omgivelser. Vi skal smake på surt, salt, søtt og bittert. Spesielt smakene bitter og sur smak er smaker som barna må lære. Denne aktiviteten skal vi også benytte på småbarnsavdeling, da det er bra å fokusere på smaker og sansene allerede i 1. års alderen.

Ved å utforske sansene, lukte, føle, smake, og lytte, blir dette en aktivitet som bidrar til nysgjerrighet, matglede og trygghet rundt nye smaker og retter.

April:

Aktivitet: Grep om begreper, fokus på begrepet Kylling.

- Det er tid for påske og vi skal sammen lage et tankekart og skrive ned alt vi vet om kylling. Vi fokuserer på ordet kylling. Hva rimer kylling på? Hvilken forbokstav har kylling? Også skal vi snakke om kylling som en fugl, hva er en kylling?

Denne aktiviteten skal lære barna om begreper og detaljkunnskap om begrepet kylling. Barna får også lære om kylling, og kan utvikle bedre forståelse for maten vi spiser.

Denne måneden skal vi også fokusere på kompostering. Barna skal få lære om kompostering og får bli med å se hele prosessen fra nedbrytning av organisk avfall til ny jord, som igjen gir oss gode råvarer.

Mai:

Aktivitet:

Så grønnsaker i grønnsakshagen.

Mai måned er en tid for å så salat og grønnsaker. Barna skal få bli med i grønnsakshagen og så ulike grønnsaker, blant annet gulrot, reddik, salat og gressløk.

Ved at barna får bli med på hele prosessen fra frø til grønnsak, så lærer de om matens opprinnelse som bidrar til råvarekunnskap. Her skal barna få oppleve mestringfølelse ved å være med på hele prosessen.

Juni:

Aktivitet:

Juni måned er en tid for å smake på sommerens frukter. Vi skal lære om ulike frukter og smake. Barna kan få ta med seg sin favorittfrukt hjemmefra som vi kan smake på, og som barnet kan få tegne.

Dette blir en gøy mataktivitet som bidrar til nysgjerrighet rundt nye smaker og lærdom rundt frukt og fruktsukker. Aktiviteten skal bidra til matlyst og matglede.

Juli, August og September:

I sommermånedene skal vi fokusere på å høste inn egendyrket mat fra grønnsakhagen, plukke bær, epler og pærer fra trærne.

Vi skal bruke råvarene i matlaging, og i ulike mataktiviteter.

Her får barna et innblikk i konseptet (fra frø til fest), når de får plukke og høste inn råvarene som de selv har dyrket, og se hva vi kan lage av egendyrket mat. Målet er at barna skal få oppleve mestring og lære om prosessen fra dyrking til høsting.

Høsttakkefesten er i September, og her skal vi feire årets innhøstning av frukt, grønnsaker og bær fra egen hage. Vi skal også feire et nytt Grønt Flagg resertifisering.

Vi ser frem til å utforske matens verden og oppleve mye matglede og mestring i 2020!