

# Il pranzo

Ambito di Osio

# Il pranzo

- SPAZI E MATERIALI
- Il modo in cui il pranzo viene organizzato, le caratteristiche degli arredi e dei materiali utilizzati rappresentano aspetti rilevanti per il benessere dei bambini e influenzano in modo sensibile i loro comportamenti sociali e cognitivi.
- Data la stretta relazione esistente fra alimentazione e dimensione affettiva, cognitiva e sociale, l'ambiente in cui si svolge il pranzo deve essere arredato e organizzato con molta cura, dopo una attenta progettazione, seguita da sistematiche verifiche e riprogettazioni.



# Il pranzo

- E' opportuno non eccedere con stimoli visivi, sonori, decorazioni, colori accesi, in modo che il bambino possa vivere con serenità e tranquillità un momento della giornata tanto importante e delicato, senza essere disturbato da un eccesso di sollecitazioni.

# Il pranzo

- Arredi e stoviglie devono essere scelti con cura per garantire il benessere e la promozione dell'autonomia dei bambini.
- L'altezza di tavoli e sedie, per esempio, deve essere adeguata a quella dei bambini, in modo che possano stare comodamente seduti appoggiando i piedi a terra e senza avere il viso troppo vicino al piatto. Le dimensioni e il peso delle stoviglie utilizzate devono mettere i bambini nelle condizioni di "fare da soli".
- Anche il materiale di cui sono fatti piatti, bicchieri, posate ecc. deve essere scelto con cura. Un coltello che non taglia o un piatto di plastica non insegnano al bambino ad essere prudente, anzi, insegnano che, anche se li si usa impropriamente, non succede nulla. Egli deve invece imparare a essere attento e prudente, abile nel maneggiare oggetti potenzialmente pericolosi. Ogni scelta deve tenere conto delle competenze dei bambini



# Il pranzo

- E' importante prestare attenzione anche all'aspetto estetico della tavola apparecchiata (armonia dei colori, cura del dettaglio, ...)
- Servirsi il cibo da soli, regolarsi rispetto alle quantità, versare l'acqua da una brocca nel bicchiere, apparecchiare e sparecchiare sono attività che i bambini possono svolgere da soli, se vengono adeguatamente sostenuti e se vengono forniti loro gli strumenti adeguati.
- Il posto fisso a tavola: sì, no, forse ...
- Dove mangia l'educatrice/l'insegnante?  
Con i bambini? Con le colleghe? Perché?



# Il pranzo

- **TEMPI**
- Anche la durata del momento del pranzo deve essere attentamente progettata per evitare ai bambini lunghe attese (necessario confronto con il personale di cucina, se è interna, con chi fornisce i pasti, se è esterna, con il personale addetto alle pulizie degli ambienti) o continui solleciti per terminare in fretta.

# Il pranzo

- **RELAZIONI**
- Il momento del pranzo è un momento ricco di valenze sociali e conviviali. E' quindi necessario offrire ai bambini la possibilità di parteciparvi in modo consapevole e attivo, trasmettendo regole di convivenza (es. aspettare il proprio turno; se ci si serve, si deve lasciare cibo per gli altri; ...), favorendo la circolarità della comunicazione (l'educatrice invita e incoraggia tutti a parlare, a raccontare, ad ascoltare i compagni, ad aiutare chi ha bisogno, in una atmosfera di condivisione). Deve essere data ai bambini, inoltre, la possibilità di prestare attenzione al cibo, scoprendone insieme i sapori, i colori, i profumi, e di esprimere i propri gusti.



# Il pranzo

- I bambini vengono incoraggiati a fare da soli con parole, gesti, strategie (l'adulto non si sostituisce a loro, ma è pronto a intervenire quando occorre).
- Le regole a tavola: non si parla, non si ride, si deve mangiare tutto !?!