

STAR BENE A TAVOLA

Il lavoro educativo al nido è quotidianamente espresso attraverso tutta una serie di attività, definite strutturate o di routine, che gli educatori programmano e svolgono con i bambini e per le famiglie. Un interessante corso di aggiornamento sul cibo dal titolo “tutti a tavola” ha illuminato la maggior parte di noi partecipanti e come una folgorazione ci ha permesso di ripensare e rivedere, passo per passo, quanto la giornata al nido potesse svolgersi avendo un lavoro enorme da fare proprio sull’ argomento cibo. Bambini e genitori uniti in un dialogo con gli educatori sull’ importanza del cibo e sul valore che esso riveste anche nelle relazioni. Non è un caso che sempre più massivamente ci si dedichi a questo importante argomento: il cibo e l’ alimentarsi, costituiscono i pilastri della sopravvivenza umana. Persino EXPO è stato un momento di riflessione per dare un input all’ uomo e alla sensibilità che bisogna ritrovare, ai tempi che vanno dedicati al cibo e

alla qualità, oltre alla consapevolezza di ciò che si consuma.

Lavorare a questo progetto assorbe, o può assorbire la totalità delle azioni che si compiono nella giornata al nido. Lavoro che, per non essere vanificato e lasciare la giusta impronta, ha bisogno del legame di complicità e di condivisione dell' adulto genitore/familiare. Soggetti ai quali ci rivolgiamo e che si trovano, in alcuni casi, a fare conto e pensiero per la prima volta sull' importanza del cibo, scoprendo una nuova dimensione familiare più distesa e di maggior soddisfazione legata al momento del pasto. Diventano dei soggetti che accompagnano e sostengono responsabilmente il giusto sviluppo di competenze del bimbo in crescita.

Il lavoro sull' importanza dello stare a tavola con consapevolezza è iniziato già con il gruppo dei piccoli, quindi con i bambini che iniziano lo svezzamento e con quelli che iniziano a manifestare la prima pulsione di autonomia (pulsione che tanto viene vietata o frustrata in

famiglia per il timore della sporcizia, del disordine, della asfittica disponibilità di tempo e non in ultimo per l' ansia da soffocamento). E' sempre più alto il numero di bambini di 15/18 mesi alimentati con il cosiddetto " piatto unico, magari ancora con le farine ed esclusivamente abbeverati a mezzo biberon, comodo e sicuro.

Per creare consapevolezza e sicurezza, nonché piacere nello stare a tavola, abbiamo lavorato con tutti gli attori: genitori e bambini in diversi modi:

LABORATORI

basati sulla manipolazione degli alimenti per incentivare adulti e bambini a familiarizzare, a riconoscere e a vincere le eventuali ritrosie sugli alimenti stessi.



LABORATORI

per i bambini mirati alla costruzione di strumenti personalizzati come **la tovaglietta** per le merende al nido.



Abbiamo coinvolto le famiglie affinché stimolino l'uso di questo strumento (PREPARATO IN OCCASIONE DEL LABORATORIO NATALIZIO DA PORTARE A CASA) anche a casa per la colazione o per altri momenti di merenda e che facciano attenzione a quanto l'ordine del tavolo dia la giusta dimensione per utilizzare correttamente ciò che c'è sopra e come ci si deve stare attorno.

VALORIZZAZIONE DEL TAVOLO

come luogo dedicato al momento dei pasti. Un lavoro quotidiano finalizzato a creare un “ setting” che identifichi l’ uso delle tovaglie per il pasto principale, o delle tovagliette per spuntini e merende.

Fin dallo scorso anno abbiamo posto particolare attenzione all’ allestimento della stanza dedicata al pasto dei piccoli, decorandola con fotografie di piatti artistici composti esclusivamente da cibo (verdure, legumi, riso, pasta).



Sul tavolo con le tovaglie ci sono: bicchieri, posate, caraffe per l'acqua, contenitori per i cibi che vengono autogestiti dai bambini in una dimensione di autoregolazione e preferenza dell'alimento. A tavola serve **la bavaglia**, che è personale e che trova posto in apposite tasche personalizzate ed anche queste autogestite dai bambini che diventano protagonisti principali del momento con sempre maggiore competenza e piacere.





CONSAPEVOLEZZA L' uso del menù visivo stimola i bambini a prendere coscienza di ciò che mangeranno nella giornata e insegna loro a riconoscere le differenze tra gli alimenti e a distinguerne qualità e caratteristiche. Il momento della composizione del menù visivo nei piccoli è affidato agli adulti educatori mentre, nel gruppo dei grandi, è un compito che tutti i bambini svolgono perché a tutti è chiesto di partecipare. Chi non ha il piatto del giorno da inserire nel tabellone è invitato ad esprimersi per capire se riconosce nella sua fotografia il piatto che vede e a fare, se vuole, delle considerazioni in merito ai piatti presenti sul tavolo.





AUTONOMIE E SENSIBILIZZAZIONE ALL' ALTRO

Lo stare a tavola rappresenta, da sempre, un fortissimo momento di convivialità e condivisione. Recuperare questa dimensione regala preziosi momenti distensivi, “ gustosi” e ricchi di scambi interpersonali. Nei bambini tutto questo è visibile, la loro inesauribile vivacità trova, nell’ attività del pasto, un “ ordine” per la loro infaticabile energia e voglia di giocare. Non saranno consentiti né manipolazione né travasi ma sarà permesso servirsi da soli, aiutare un compagno in difficoltà ed autoregolarsi sia nella quantità di cibo e acqua, sia nell’ esprimere apprezzamento o scarso gradimento sulla qualità degli alimenti (è buonissimo, è squisito, voglio il pane per il sugo, questo non mi piace).





Quotidianamente due camerieri, ai quali è riservato un tavolo speciale per tutta la durata della giornata, rafforzano e coordinano il buon lavoro di preparazione del rituale del pasto. Molti, tra i più ricettivi, lo hanno già esportato anche a casa, proponendosi per aiutare nell' apparecchiare o nel "fare da sé con abilità" durante i pasti.





ALCUNE FOTOGRAFIE





















































































