

HØYTIDSMÅLTID

Hva skiller et høytidsmåltid fra alle de andre måltidene vi har i hverdagen? Er det maten vi spiser, hvordan bordet er dekket eller måten maten blir servert på? Kanskje er det en kombinasjon av dette, i tillegg til andre ting? Ved å lage deres eget høytidsmåltid i barnehagen kan dere reflektere over dette sammen med barna.

1-6 år*

Formål

Ved å samles over et høytidsmåltid får dere en fin mulighet til å reflektere sammen med barna over matkultur og tradisjoner. Både forberedelsene og selve gjennomføringen av måltidet gir gode rammer for å jobbe med både etikk, religion og filosofi, og kunst, kultur og kreativitet.

At barna får medvirke og samarbeide for å lage til en hyggelig stund kan bidra til fellesskapsfølelse og mestring i barnegruppen.

Utstyr:

- ☐ Dette er opp til hvilke høytidsmåltid dere skal ha.
- ☐ Er det julebord med buffet? En påskefrokost? Er det Id-måltidet eller til avslutningen til sommerfesten?
- ☐ Felles for alle høytidsmåltid er at vi bruker tid på å pynte bor det. Kanskje har vi langbord eller lager en buffet. Dere velger ut i fra hvilke måltid dere skal ha og det dere har tilgjengelig av pynt eller annet.

Forberedelse

La barna få være med å påvirke hva som skal lages og hvordan måltidet skal gjennomføres. Skal dere f.eks. ha buffet og skal noen være vertskap? Skal dere invitere andre enn de i barnehagen, f.eks. foreldre, besteforeldre eller de på et aldershjem i nærheten?



Gjennomføring

La barna ut i fra alder få oppgaver de kan gjennomføre. De yngste kan lage pynten til bordet, påskekyllinger, tørke og presse løv på høsten eller lage julepynt som bordet kan pyntes med.

De eldre barna kan få være med å bestemme hva som skal lages og serveres på julebordet eller påskefrokosten eller det måltidet dere har valgt.

Samtale med barna

- Hva er forskjellen på et hverdagsmåltid og et høytidsmåltid?
- Hva vil det si å være vertskap og gjest?
- Hvilken rolle spiller mat og måltid i ulike høytider og tradisjoner?
- Hvordan kan mat og måltid bidra til fellesskapsfølelse?
- Hvorfor er tradisjonell julemat forskjellig i ulike deler av landet og i ulike land?
- Hvordan oppstår tradisjoner?

Variasjon og videreføring

Ta utgangspunkt i kompetansen som finnes hos dere i personalet. Er det noen som er gode på å lage julesylte eller fårerull? Har noen tradisjoner i sin familie som de kunne tenkt seg å lært videre til barna. Kan dere bruke en del tid i forveien til å lage pynt som dere kan bruke på bordet?

Tenk enkelt og ta tak i ting der kan og er trygg på og så kan dere kanskje utvide til neste år.

TIPS

- Lag en buffet i barnehøyde. Da når alle det de vil ha, og kan bidra til enda større eierskap for barna.
- Involver gjerne foreldre i dette prosjektet. Kanskje er det noen som kan lage sin spesialitet? Og om dere er heldige, kanskje noen kan lage mat i fra andre land?
- Tenk bærekraftig når dere skal lage bordpynt. Har dere materialer som kan gjenbrukes? Eventuelt fine steiner, pinner, kongler eller lignende som kan brukes? Eksempelvis kan dere lage julenisser av kongler – vær kreativ!
- Bruk hverandres kompetanse til å finne og lage tradisjonelle og kulturelle matretter.
- Her er noen tips til hvor dere kan finne inspirasjon til høytidsmåltider:
 - Forslag til juletapas kan du finne både hos Kolonial. på MatPrat.
 - Oppskrift på pinnekjøtt finner du hos MatPrat.
 - På godt.no finner du mange forslag på tilbehør til julemiddagen.

Om dere ønsker mer informasjon om tradisjoner rundt julematen finner du dette både på forskning.no og godt.no.

