



I Matjungelen kan barna leke og lære om mat som er bra for kroppen og kloden

## MATJUNGELLEN

### Veileder til Kom i gang - kurs for møteleder

Gjennom «kom i gang» programmet vil dere få en felles innføring i Matjungelen og hvordan dere kan ta i bruk aktivitetsprogrammet i deres barnehage. Målet er å bli kjent med Matjungelen som verktøy og i felleskap finne ut hvordan dere ønsker å bruke Matjungelen videre. Programmet tar utgangspunkt i at personalgruppen skal delta aktivt gjennom refleksjoner og diskusjoner. Dette vil bidra til en felles enighet om:

- Områder i mat og måltidsarbeidet som dere er gode på
- Dagens praksis i barnegruppene
- Hva dere ønsker dere mer kompetanse på
- Hvordan dere ønsker å bruke Matjungelen som verktøy

#### Sett av ca 3 timer til gjennomføring

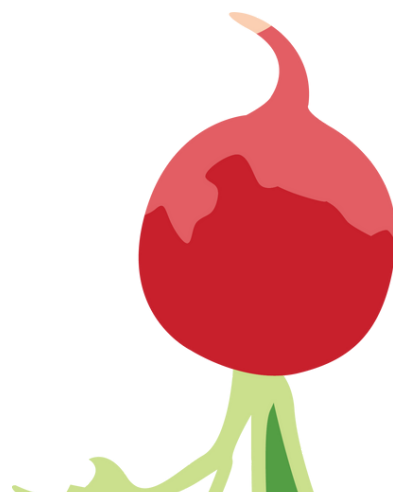
Kom i gang - kurset tar ca tre timer å gjennomføre. Dette egner seg fint på planleggingsdager og lengre møter på ettermiddag/kveld. Om ønskelig kan programmet fordeles utover flere personalmøter da det er delt inn i tre deler.

#### Forberedelser

Som møteleder er det lurt at du gjør deg litt kjent med både Matjungelens nettside og innholdet i programmet. Prosjektor eller SMART-Board trengs for å vise presentasjonen og video. Til gruppeoppgaven trenger hver enkelt, eller to-og-to, tilgang på pc, nettbrett eller smarttelefon. Det kan være fint at noen noterer underveis, enten på pc eller papir. Det er spesielt viktig å notere under avslutningsdelen hvor dere skal komme til en felles enighet om videre arbeid.

#### Huskeliste

- Laste ned Kom i gang - presentasjonen i PDF fra nettsiden.
- Prosjektor eller SMART-board for å vise presentasjonen.
- PC, nettbrett eller telefon til hver enkelt deltaker / to og to.
- Stoler til alle deltakere og nok bord til hver gruppe.
- Ark og penn til å notere på til hver gruppe.
- Server gjerne litt frukt og grønt til møtet.






# Program



## Del 1 : Introduksjon og dagens status. 60 min

- 10 minutter (slide 1-8) Møteleder introduserer Matjungelen og dagens program
- 5 minutter (slide 9) Diskuter sammen hvordan Matjungelen kan fungere hos dere.
- 30 minutter (slide 10-13) Refleksjon: Hva gjør vi i dag, hva er vi god på og hva ønsker vi å oppnå?
  - Plukk ut 2-3 stk. av refleksjonsspørsmålene fra hver av slide 11, 12 og 13. Møteleder kan gjerne ha gjort dette i på forhånd.
  - Gjør 5 minutters individuell refleksjon, deretter felles refleksjonsdeling
  - Ta en rask felles oppsummering av hovedpunktene.
- 10 minutter (slide 14) Pause

## Del 2: Bli kjent med Matjungelen. 80 min

- 5 minutter (slide 15-16) Introduksjon av oppgaven og eventuelle spørsmål
  - 20 minutter (slide 17) Se på nettsiden enkeltvis, noter tanker og aktuelle sider
  - 45 minutter (slide 18-19) Del funn og diskuter i gruppen:
    - 10 minutter – Hva fant vi?
    - 30 minutter – Diskuter i gruppen og start på en plan for arbeidet
    - 5 minutter – Oppsummering
  - 10 minutter (slide 20) Pause
- 

## Del 3: Felles avslutning. 40 min

- 10 minutter (slide 21) Oppsummering av dagen i fellesskap
- 30 minutter (slide 22-25) Lag hovedmål, delmål og tiltak
  - 10 minutter (slide 23) Diskuter i gruppen og lag ett felles hovedmål
  - 15 minutter (slide 24) Lag delmål
  - 15 minutter (slide 25) Lag tiltak

Vel blåst!

