Det fælles måltid
Af Sanne Sahlertz

Barnet er et rytmisk væsen der trives bedst med faste rytmer og gentagelser. Dvs. at dagen, ugen og året har sin egen faste rytme, hvilket er med til at barnet kan slappe af og være tilstede i nuet, uden at skulle bruge unødig energi på det uforudsigelige. For at tilgodese barnets behov for genkendelighed og rytme, bruges bl.a. sangen som pædagogisk redskab, til at formidle overgangssituationer mellem forskellige aktiviteter. Dette gælder også overgangen til spisesituationen, hvor sangen hjælper med til, at skabe ro omkring bordet.
Den ugentlige rytme viser sig omkring måltidet, f.eks. ved børnene, at når de om fredagen spiser pizza, er det fredag og bagefter fridag.
Barnet har behov for en sund og god næring igennem dagen.
I Skovbrynet indtager børnehavebørnene 3 faste måltider om dagen, de to er tilberedt i Skovbrynet, og består af økologisk/biodynamisk vegetarisk kost, det sidste måltid, i form af medbragte madpakker. I vuggestuen medbringer de ikke madpakker, men spiser lidt eftermiddagsmad, når de vågner fra deres middagssøvn.
De faste måltider er nøje udvalgt i forhold til barnets behov for næring og består hovedsalig af retter tilberedt af kornprodukter og grøntsager.
Alle stuer i Skovbrynet har et køkken, hvorfra måltiderne tilberedes. Børnene er såvidt muligt med i forberedelser og oprydning, hvilket giver det enkelte barn en fornemmelse af at være betydningsfuld for fællesskabet.
Inden hvert måltid er fælles kreds. Hver spisegruppe, synges skiftevis fra fælles kredsen og ud i deres spisegruppe.
Måltiderne indtages i fællesskab ved borde på stuen. Børn og voksne er inddelt i faste spisegrupper og hvert barn ved hvor det skal sidde.

Kultur, æstetik og fællesskab
Barnet har en fast spisegruppe, hvorfra formiddags og middagsmad indtages. Der lægges vægt på at børnene er i smukke æstetiske rammer. F.eks. er bordet er pyntet med lys og en lille dug og maden serveres i pæne skåle og fade. Der synges en eller to små sange, både før og efter hvert måltid, hvor taknemmeligheden for maden fremgår og lyset tændes, dette medvirker til at barnet omstiller sig fra en aktivitet til en anden samt lærer respekt for naturen. Måltiderne og spisesituationen giver børnene en fællesskabsfølelse og styrker det enkelte barns betydning for gruppen.

Alsidig personlig udvikling
Barnet udvikler sig personligt igennem iagttagelse af andre børn og de voksne, der er omkring det.
I spisesituationen får barnet mulighed for at udvikle empati og medfølelse, idet barnet oplever at alle hjælper hinanden, man må vente på tur og udskyde sine egne behov og acceptere hinandens forskelligheder. Måske serveres mad, barnet ikke er vant til at få derhjemme. Når barnet ser de andre spiser maden, og opfordres til at smage bare en lille smule, udvikler barnet sine smagsoplevelser og får tillid til nye vaner.

Social udvikling
Den voksne sætter rammen for spisesituationen, der ønskes en hyggelig stund, hvor børnene får mulighed for at indtage maden i ro og mag. Spisesituationen giver stor mulighed for social udvikling idet børnene er placeret i spisegrupper i forskellige aldre og baggrunde. De store børn hjælper de mindre børn, med f.eks. en fyldt vandkande, det lille barn iagttager de ældre børn, og igennem deres iagttagelse og efterligning udvikles deres egne færdigheder.

Kommunikation og sprog
Spisesituationen er en naturlig lejlighed til at fremme den sproglige udvikling, vi synger måltidssange, tænder lys og maden fordeles og sendes rundt. Der kommunikeres både verbalt og nonverbalt. F.eks. Ser et ældre barn, at et yngre barn har behov for hjælp til at hælde vand i sit glas, og tilbyder at hjælpe. Det tilstræbes at spisesituationen skal foregå i en hyggelig og rolig atmosfære, hvor det enkelte barn i ro og mag kan spise sin mad. Der sættes ord på, hvilken mad der spises, børnene bruger f.eks. udtryk, som "hele molevitten" når der ønskes lidt af det hele. De mindre børn oplever at dette er en betegnelse og gentager hurtigt dette.

Krop, sanser og bevægelse
Kroppen har behov for sund og god næring igennem hele dagen.
Børnenes sanser stimuleres både under forberedelsen af måltidet, for såvel i spisesituationen.
Om morgenen når børnene ankommer til Skovbrynet mødes de af en duft af nybagte boller. I løbet af formiddagen oplever de grøden der koger, duften af kanel og andre krydderier. Børnene er med til at rive grøntsager til f.eks. grøntdagssuppen. Først skal grøntsagerne hentes, finmotorikken bruges til at skrælle grøntsagerne, de skal skylles og rives og puttes i den store gryde. I spisesituationen sidder børnene på taburetter, der er med til at styrke deres holdning og balance. Om onsdagen, hvor der er rugbrødsmad, smører børnene så vidt muligt selv deres mad.

Natur, udeliv og science
Børnene delagtiggøres i naturens gang igennem måltidet, dette gælder både det daglige måltid men også igennem årstidsfesterne, hvor vi fejrer f.eks. høsten. Naturen bringes ind i børnehaven, ved bla. Årstidsbordet, friske blomster og planter der skal vandes og passes. Hver eftermiddag spiser børnene deres medbragte eftermiddagsmadpakker på legepladsen. Det er desværre ikke muligt at dyrke egne grøntsager på Skovbrynets grund, dels pga. plads men også jordens ufrugtbarhed. Da de kommende skolebørn forlod Skovbrynet blev plantet 4 æbletræer. Dette giver nu børnene mulighed for at følge træet ud fra de forskellige årstider. Fra isætning i jorden, behov for vand og næring, fra knop til blomst, biernes bestøvning til starten på et æble for til sidst at plukkes og være en del af et måltid.