



# Høgskulen på Vestlandet

## Bacheloroppgave

BLU-BACH15

### Predefinert informasjon

<b>Startdato:</b>	04-01-2019 09:00	<b>Termin:</b>	2018 HØST
<b>Sluttdato:</b>	11-01-2019 14:00	<b>Vurderingsform:</b>	Norsk 6-trinns skala (A-F)
<b>Eksamensform:</b>	Bacheloroppgave	<b>Studiepoeng:</b>	15
<b>SIS-kode:</b>	203 BLU-BACH15 1 BOPPG 2018 HØST		
<b>Intern sensor:</b>	(Anonymisert)		

### Deltaker

**Kandidatnr.:** 44

### Informasjon fra deltaker

**Tittel \*:** Måltid som pedagogisk arena i barnehagen

**Antall ord \*:** 9980

**Tro- og loverklæring \*:** Ja

**Jeg bekrefter at jeg har registrert oppgavetittelen på norsk og engelsk i StudentWeb og vet at denne vil stå på vitnemålet mitt \*:** Ja

### Gruppe

**Gruppenavn:** (Anonymisert)

**Gruppenummer:** 3

**Andre medlemmer i gruppen:** Deltakeren har innlevert i en enkeltmannsgruppe

Jeg godkjenner avtalen om publisering av masteroppgaven min \*

Ja

MÅLTID SOM PEDAGOGISK ARENA I BARNEHAGEN  
MEAL AS EDUCATIONAL ARENA IN KINDERGARTEN

«Har barnehagen fokus på måltid og barns medvirkning i måltid?  
Og hvordan bruker barnehagen måltid som pedagogisk arena?»

---



(Foto, privat)

BACHELOROPPGAVE VINTER 2019  
BARNEHAGELÆRERUTDANNING 3. ÅR  
KANDIDATNUMMER 44

## **Forord**

Denne bacheloren har vært en spennende og berikende læringsprosess som jeg ikke ville vært foruten. Samtidig er det en fin å avsluttende prosess på min utdannelse som barnehagelærer. Det har vært et utrolig interessant tema som jeg har fått gått i dybden av Tema har vært: ”Måltidet i barnehagen”. Med denne bacheloren håper jeg å kunne bidra til at flere ser viktigheten med måltidet som en pedagogisk arena i barnehagen.

Jeg ønsker å takke min veileder Yuko Kamisaka for å ha vært til stor hjelp å støtte gjennom hele bacheloroppgaven. Hun har veiledet meg i riktig retning, motivert meg i skriveprosessen og gitt meg gode tilbakemeldinger. Jeg vil også takke Haugesund kommune som har hjulpet meg med mitt multihandikappede barn, slik at jeg har kunnet fullføre min studie og skrive denne bacheloren. Til slutt vil jeg takke barnehagene som stilte opp til intervju, slik at jeg fikk drøftet teori og resultat fra praksis i min oppgave.

Høgskolen på Vestlandet, campus Stord, Bachelor Barnehagelærer

11.01.19

## Sammendrag

I denne bacheloroppgaven ønsket jeg å finne ut hvilke syn barnehagene hadde på måltid som pedagogisk arena i barnehagen. Spørsmålet mitt var om barn får delta og medvirke i barnehagens måltider, og hvordan de voksne kan være gode rollemodeller og støtte til barns initiativ i mat- og måltidsaktiviteter. Problemstillingen til Bacheloroppgaven ble derfor formulert slik:

«Har barnehagen fokus på måltid og barns medvirkning i måltidet?

Og hvordan bruker barnehagen måltid som pedagogisk arena?»

Bakgrunnen for problemstilling er at jeg i praksis som barnehagelærerstudent har observert forskjeller i hvordan barnehagene fokuserer på måltidene og barns deltakelse rundt måltidene. Jeg har sett hvor engasjerte og glad barna blir som får være med på mat- og måltidsaktiviteter. Derfor ønsker jeg med denne oppgaven å belyse viktigheten av barns medvirkning til barnehagens måltid, og måltid som en pedagogisk arena.

I teorigrunnet har jeg delt teorien i styringsdokument, barns medvirkning i mat- og måltidsaktiviteter, måltid som pedagogisk arena og voksenrollen

For å svare på problemstillingen har jeg nyttet kvalitativ metode som handler om å fange opp opplevelser og meninger. Det ble gjennomført intervju med to styrere og to pedagogiske ledere i to forskjellige barnehager.

Resultatene fra undersøkelsen viser at begge barnehagene la stor vekt på måltid som pedagogisk arena, og at barna fikk medvirke i mat- og måltidsaktiviteter. Barnehagene dyrket og plantet litt selv slik at barna fikk oppleve hvor maten kommer i fra. I begge barnehagene fikk barna være med å dekke bord, lage mat og rydde. Barna fikk være med på hele prosessen fra start til slutt i matlagingen, noe barnehagene mente var viktig. Det kom frem at de minste barna i den ene barnehagen ikke var med på selve matlagingen, men at det låg mye læring under selve måltidet. De var alle enige om at måltidet var en felles arena for kommunikasjon, språk og den gode samtalen. Alle informantene mente at måltidet som pedagogisk arena kan være med å dekke mål innenfor alle fagområdene i rammeplanen.

## **Abstract**

The objective of this bachelor's thesis is to examine which view kindergartens have on meal as a pedagogical arena in the kindergarten.

My question is whether children can participate and have an influence on the kindergarten meals, and how the adults can be good role models and support children's initiatives in food and meal activities. The issue of this Bachelor's thesis was therefore formulated as follows:

«Does the kindergarten focus on meal and children's participation in the meal?

And how does kindergarten use the meal as an educational arena?»

Observations shows differences in how kindergartens focus on meals and children's participation around meals. I have seen how committed and happy the children are when they get to participate in food and meal activities. Therefore, with this thesis, I want to shed light on the importance of children's participation in the kindergarten's meal, and meal as an educational arena.

In the theory basis, I have divided the theory in four parts. Theory from management documents, children's participation in food and meal activities, meal as educational arena and adult role.

To answer the issue, I have used a qualitative method, trying to capture experiences and opinions. Four interviews were conducted in two different kindergartens. Two interviews with managers and two with educational leaders.

The results from the survey show that both kindergartens placed great emphasis on the meal as a pedagogical arena, furthermore that the children participated in food and meal activities. Kindergartens cultivated and planted vegetables on a small scale to ensure that the children got to experience where the food originally came from. In both kindergartens the children helped to cover tables, cook and clean. The children were involved in the whole process from start to finish in meal situations, in line with what the kindergartens thought was important. However, it emerged that the smallest children in one kindergarten were not involved in the actual cooking, but that there was a lot of learning during the meal itself. They all agreed that the meal was a common arena for communication, language and the good conversation. All the informants believed that the meal as a pedagogical arena can help cover goals within all subject areas in the framework plan.

# Innholdsfortegnelse

<b>Forord</b> .....	1
<b>Sammendrag</b> .....	2
<b>Abstract</b> .....	3
<b>1.0 Innledning</b> .....	6
1.1 Valg av tema og problemstilling.....	6
1.2 Oppgavens oppbygging .....	6
<b>2.0 Teori</b> .....	7
2.1 Styringsdokument: .....	7
2.1.1 Barnehageloven.....	7
2.1.2 Forskrift om miljørettet helsevern i barnehager og skoler.....	7
2.1.3 Helsedirektoratet: Nasjonal faglig retningslinje for mat og måltider i barnehagen..	7
2.1.4 Rammeplan for barnehagen og retningslinje om mat og måltid.....	8
2.2 Tidligere forskning.....	8
2.3 Barns medvirkning i mat-og måltidsaktiviteter .....	9
2.4 Måltid som pedagogisk arena .....	10
2.5 De voksne sine roller i mat og måltidsaktiviteter .....	12
<b>3.0 Metode</b> .....	13
3.1 Kvalitativ metode.....	13
3.2 Intervju .....	13
3.2.1 Valg av intervju type.....	13
3.2.2 Informanter .....	14
3.2.3 Gjennomføring.....	14
3.3 Tolkning av data .....	15
3.4 Pålitelighet ved arbeidet.....	15
3.5 Etske vurderinger.....	16
<b>4.0 Resultat</b> .....	17

4.1 Barnehage 1 .....	17
4.2 Barnehage 2 .....	19
<b>5.0 Drøfting</b> .....	22
5.1 Mat og måltid sin plass i barnehagen.....	22
5.2 Måltidet som pedagogisk arena .....	23
5.3 Medvirkning i mat og måltidsaktiviteter.....	25
5.4 Voksenrollen.....	27
5.5 Valg av informanter .....	28
<b>6.0 Konklusjon og avslutning</b> .....	29
<b>Litteraturliste</b> .....	30
<b>Vedlegg 1.</b> Forespørsel om deltakelse i bacheloroppgave.....	33
<b>Vedlegg 2.</b> Intervjuguide til styrer.....	34
<b>Vedlegg 3.</b> Intervjuguide til pedagogisk leder.....	35



## **1.0 Innledning**

Barn tilbringer store deler av sin oppholdstid i barnehagen, og det er dermed viktig å legge til rette for gode å næringsrike måltider. Måltidene er en arena for sosialt samvær og har stor betydning for barnas helse, trivsel og læring, samtidig som måltidene også har en pedagogisk funksjon (Langholm & Tuset, 2013, s. 11-12). I 2017 kom den nye rammeplanen for barnehagen (Utdanningsdirektoratet, 2017b), hvor mat og måltid har fått en tydeligere plass. Fagområde kropp, bevegelse og helse ble endret til kropp, bevegelse, mat og helse. Rammeplanen sier at barna skal få medvirke i mat- og måltidsaktiviteter, at de skal få forståelse for matens opprinnelse og produksjon av matvarer og videre at de samtidig bør få innsikt i veien fra mat til måltid. Barna skal få mulighet til å oppleve, sanse og lære gjennom fagområdet, og måltider og matlaging skal bidra til samtaler, måltids glede og fellesskapsfølelse (Utdanningsdirektoratet, 2017b, s. 49-50).

### **1.1 Valg av tema og problemstilling**

Tema «måltid i barnehagen» ble valgt på bakgrunn av min interesse for mat og matlaging, og fordi jeg ser på måltidet som en viktig del av barnehagehverdagen. Måltidet kan være en plass for felleskap, sosialt samspill og mange gode læringsmuligheter (Utdanningsdirektoratet, 2017b). Jeg ønsket å forske på hvordan den enkelte barnehage vektlegger måltidet som en del av det pedagogiske innholdet i barnehagen og barns medvirkning i måltid. Dette fordi jeg opplevde i barnehagepraksis at barnehagene tilrettela for måltidene på svært ulikt vis. Det varierte i hvor mange varmmåltider barna fikk i løpet av uka, og om barna fikk være deltakende i matlaging, dekke på og rydde av etter måltid. Problemstillingen for oppgaven ble derfor:

«Har barnehagen fokus på måltid og barns medvirkning i måltid?

Og hvordan bruker barnehagen måltid som pedagogisk arena?»

### **1.2 Oppgavens oppbygging**

Bacheloroppgaven er delt inn i fem kapitler. Etter det første kapittel med innledning følger andre kapittel med teori jeg mener er relevant for oppgaven. Jeg vil i teoridelen vise til to tidligere forsknings undersøkelser. Deriblant en kvalitativ studie om 5 åringers kunnskaper og erfaringer rundt mat, måltid og medvirkning, samt en tidligere studie av styrere for å kartlegge måltider i norske barnehager. I det tredje kapittel vil jeg begrunne mitt valg for metode og redegjøre for gjennomføring av undersøkelsen. I det fjerde kapittelet vil jeg belyse resultatene fra undersøkelsen, og i drøftingskapitlet vil jeg drøfte resultatene i lys av teori og forskning. I

det femte kapittel vil jeg presentere hva jeg er kommet frem til i undersøkelsen, samt en konklusjon som besvare problemstillingen.

## **2.0 Teori**

I denne delen vil jeg starte med å presentere styringsdokumenter og forskning som er relevante for oppgaven. Neste avsnitt handler om barns medvirkning i mat- og måltidsaktivitet, og måltid som pedagogisk arena. Til slutt vil jeg skrive om de voksnes rolle i mat- og måltidsaktiviteter.

### **2.1 Styringsdokument:**

#### **2.1.1 Barnehageloven**

Barn i barnehagen skal ha mulighet til å kunne være med i planlegging og vurdering i den daglige virksomheten. De skal ha rett til å kunne uttrykke sitt syn, og medvirke ut fra alder og forutsetninger i barnehagehverdagen. Medvirkning er lovfestet, og noe alle barn har rett til. «Barnehagen skal ha en helsefremmende og en forebyggende funksjon og bidra til å utjevne sosiale forskjeller» (Barnehageloven, 2005).

#### **2.1.2 Forskrift om miljørettet helsevern i barnehager og skoler**

Veileder til forskrift om miljørettet helsevern i barnehage og skole har som mål å kunne bidra til god oppvekst og læringsmiljø for alle barn i barnehage. Helsedirektoratet har laget veilederen for å skape god praksis og gi gode anbefalinger. I forskriftens § 11. Måltid, står det «Måltider i barnehagen er viktige for barns helse og trivsel, og de er også viktige for det sosiale og pedagogiske miljøet». Det anbefales god nok tid rundt måltidene og en voksen som kan føre tilsyn (Helsedirektoratet, 2014, s. 4-20).

#### **2.1.3 Helsedirektoratet: Nasjonal faglig retningslinje for mat og måltider i barnehagen**

Helsedirektoratet publiserte 05.12.2018 de nye retningslinjer som er oppdatert i tråd med rammeplan for barnehagen, og som erstatter retningslinjene fra 2007.

Helsedirektoratet mener arbeid med mat og måltider bør forankres i barnehagens årsplan, og det oppfordres til å definere hvordan barnehagene arbeider med mat og måltider, og hvilke mål en setter for det pedagogiske arbeidet. Helsedirektoratet skriver at «Måltidene i barnehagen skal være en pedagogisk arena der barna får medvirke i mat- og måltidsaktiviteter», men også en plass for læring, måltidsglede og trivsel. Måltidene sine

pedagogiske mål og funksjon er noe som er opp til hver barnehage å forstå, og påvirkes av barnehagens rammebetingelser. I retningslinjene legges det frem eksempel på pedagogiske aktiviteter som for eksempel høsting, dyrking, sanseopplevelser, språkutvikling, og kjennskap til matematiske sammenhenger. I tillegg står det at barna skal få lære seg å smøre sine egne skiver, og oppleve mestring i mat- og måltidsaktiviteter. Derfor anbefaler helsedirektoratet at de voksne spiser sammen med barna, fordi de voksne er viktige rollemodeller for barna, og at barna lærer av de voksne hvordan omgås rundt og i måltidet (Helsedirektoratet, 2018, s. 27-29).

#### **2.1.4 Rammeplan for barnehagen og retningslinje om mat og måltid**

I 2017 kom den nye rammeplan for barnehagen, hvor mat og måltid har fått en tydeligere plass (Utdanningsdirektoratet, 2017b, s. 49-50). Ifølge rammeplanen skal barna få medvirke i mat- og måltidsaktiviteter og de skal motiveres til å spise sunn mat. I barnehagen skal barna få oppleve mestring, matkultur, sansing, matglede og sosialt felleskap. Barnehagen skal være en plass der barna tilegner seg kunnskap om måltid og matens opprinnelse og hvor de kan få gode vaner i tidlig alder. Personalet skal «legge til rette for at måltider og matlaging bidrar til måltidsglede, deltakelse, samtaler og fellesskapsfølelse hos barna» (Utdanningsdirektoratet, 2017b, s. 49-50).

## **2.2 Tidligere forskning**

I 2011 ble det gjort en undersøkelse blant styrere og pedagogisk ledere i norske barnehager. Denne undersøkelsen fikk helsedirektoratet i oppdrag fra helse- og omsorgsdepartementet for å kartlegge måltider, fysisk aktivitet og miljørettet helsevern (Helsedirektoratet, 2012). Undersøkelsen viste at de fleste barnehagene hadde mat og måltider forankret i barnehagens årsplan, eller som skrevne retningslinjer innenfor arbeidet med måltid. Undersøkelsen viste at det var pedagogisk ledere og assistentene som deltok i beslutningene rundt organisering, og ansvar rundt måltidene. Det var de som hadde ansvar for planlegging, innkjøp og tilberedning, mens styrerne bare deltok til en viss grad i organiseringen. Når det kom til barna og deltakelse i mat og måltider, viste undersøkelsen at barna til dels fikk delta i tilberedning og forberedelser. I spørsmål om hvilke grad barnehagene arbeidet med mat og måltid som pedagogisk virkemiddel, var det fagområdet kommunikasjon, språk og tekst som var mest brukt, etterfulgt av kropp, bevegelse og helse, samt antall, rom og form, mens de resterende fagområdene ble mindre brukte (Helsedirektoratet, 2012).

### **2.3 Barns medvirkning i mat-og måltidsaktiviteter**

Hvordan en kan arbeide med barns medvirkning i mat og måltider som pedagogisk arena er mange. Nordli og Thormodsæter (2010, s. 50) påpeker at målet med medvirkning er at barna skal få innflytelse på egen hverdag, de skal lære seg å ta gode valg både individuelt og i felleskap. Det betyr ikke at de skal bestemme, men at de skal få være med å påvirke med de valgene de tar. Videre skriver Nordli og Thormodsæter (2010, s. 58-64) at en må la barna få slippe til. Barna kan gjennom medvirkning i måltidet få være med i planlegging, forberedelse, deltakelse og rydding. De voksne må la barna få prøve å gjøre ting selv og gi barna erfaringer. De voksne må våge å slippe kontrollen, slik at barna kan få lære gjennom handling. Det at barna får være deltakende kan være med å gi de ansvarsfølelse, men også følelse av mestring i hverdagen. Samtidig får barna undret seg, og får brukt språket aktivt.

Aasen og Wilhelmsen (2017, s. 30-31) sier det kan være utfordrende for de voksne i barnehagen å se barnet som subjekt med eget syn på barnehagehverdagen, hvor barnet har rett til å medvirke. Barn er forskjellige og har ulik bakgrunn, og de har ulike måter å uttrykke seg på. Dette understreker at de voksne må være tilstede i mat og måltidsituasjoner, se og lytte til barna, noe som kan by på utfordring i forhold til mat og måltidsarbeid. Som pedagogisk leder kan det være en nøkkelfaktor å få frem kunnskap og forståelse for mat og måltid som et faglig pedagogisk arbeid. Der barn kan få påvirke og være deltakende i mat og måltidsaktiviteter.

Ifølge Langholm og Tuset (2013, s. 22) har de voksne i barnehagen definisjonsmakt, noe som kan vise seg i mat- og måltidsaktiviteter. Med dette menes det at de kan bestemme mye rundt hva barna skal spise, og hvordan en tilrettelegger for barns deltakelse i måltid. Men også om barna får være med i prosessen fra å lage mat til den blir servert.

I 2009 ble det gjort en kvalitativ studie av Bjørgen, med fokus på 5 åringers kunnskaper og erfaringer rundt mat, måltid og medvirkning. Under spørsmål måltid og medvirkning ble barna spurt om de fikk delta i matlaging i barnehagen, og hva de likte best ved måltidet. Undersøkelsen viste at barna deltok lite i matlaging, men at barna ønsket å være deltakende i barnehagens matlaging. Barna i studien fortalte at de likte smøremåltidet best i barnehagen, fordi de fikk bestemme selv hvilke mat de skulle spise. Ellers bestemte de voksne hvilke mat barna skulle spise (Bjørgen, 2009).

Helland og Øverby (2017, s. 58-59) skriver en må ha et økt fokus på barns medvirkning i matlaging. Gjennom å medvirke i matlaging ligger det mange læringsmuligheter. Barna lærer

om maten og får mulighet til å smake, noe som kan føre til smaksglade barn. Barn uansett alder kan gjennom matlaging få være med å lage mat, kutte, smake, lukte, sanse, samtidig få uttrykke seg verbalt.

Bae (2009a, s. 18-22) skriv om romslige og trange samspillmønstre hvor samspillet mellom de voksne og barna, har stor betydning for barns medvirkning i barnehagen. Hun sier de romslige er samspill av god kvalitet hvor barna blir sett og får uttrykket seg. Her er den voksne lyttende til barnas opplevelser og perspektiv, mens de trange prosessene har mer lukkede spørsmål. Dette kan føre til at barna får mindre bekreftelse på deres erfaringer og opplevelser. Bae påpeker også at «barn har rett til å bli sett og hørt som likeverdige subjekter, innenfor rammen av det fellesskapet de lever i» (Bae, 2009a, s. 10). De voksne kan ha stor betydning for om barna i barnehagen får delta i det pedagogiske arbeidet med mat og matlaging. Dette er noe jeg vil komme mer inn på, når jeg til slutt i teori delen skal skrive om de voksne som gode rollemodeller.

## **2.4 Måltid som pedagogisk arena**

Måltid som pedagogisk arena har mange muligheter. Når barn er med i matlaging får de erfare med kroppen, de får brukt sansene sine, samtidig som matlaging er en arena for gode samtaler, felleskap og kommunikasjon. Gjennom sanseopplevelser kan barna få satt ord på sine opplevelser, og lære om de ulike smakene, matens konsistens, farger og lukt. Dette er en fin mulighet for de minste barna å lære seg nye ord og begreper for å utvikle språket. Samtidig som barna får førstehåndserfaringer gjennom å delta i mat- og måltidsaktiviteter, noe som er utgangspunkt for å skape språk. Men matlaging er også med å bidra til matematikk forståelse gjennom å bruke begreper som for eksempel stor, liten, rund og lang. Matlaging er med å bidra til barns læring, og de voksne må hjelpe barna til å sette ord på deres opplevelser og erfaringer (Langholm og Tuset, 2013, s. 86-95).

Det har blitt et større fokus på måltidet som en læringsarena, der en skal legge til rette for barns deltakelse rundt måltid og måltidsaktiviteter. Samtidig som en kan integrere mat og måltid i alle fagområder i rammeplan for barnehagen.

Barnehagen kan være med å bidra til at barna får innsikt i matens opprinnelse, og veien fra mat til måltid. Samtidig kan en lære barna om bærekraftig utvikling, hvordan de kan dyrke og produsere sin egen mat. Barna skal få oppleve måltids glede, undring, felleskap og gode samtaler. Men også lære om ulike matkulturer og kunne verdsette mangfold og respekt (Utdanningsdirektoratet, 2017a, s 4-23). Gjems (2011, s. 43) sier også at måltidet er en viktig

læringsarena hvor en har de daglige hverdagssamtalene i barnehagen. Hun mener hverdagssamtalen er «den form for språklige interaksjoner vi finner mest av i barnehagen».

Aasen og Wilhelmsen (2017, s. 30-31) skriver om to ytterpunkter for å arbeide med mat og måltid i fremtidens barnehage: ”sunn-mat-scenariot og sunn-mat-og-måltidsaktivitet-scenariot”. I det første eksempelet legges det vekt på sunn mat, men ikke så mye på deltakelse fra barnas side i måltid og måltidsaktivitet. Dette inkluderer ikke mat og måltid i det pedagogiske arbeidet. Mens i det andre eksempelet er barns deltakelse og medvirkning med i det pedagogiske arbeidet, hvor medvirkning er med å bidra til læring og samtidig helhetlig helse. Barna får være med fra forberedelse til etterarbeid av måltider. Videre skriver Aasen og Wilhelmsen (2017) at de som ser læring gjennom erfaringer i aktiviteter, og læring i felleskap vil være de som har fokuset mot sunn-mat-og-måltidsaktivitet-scenariot. Mens de som har fokuset rette mot sunn-mat-scenariot ser læring som å imitere, og som overlevering med et trangt rom for barns medvirkning.

Ifølge Nordli og Thormodsæter (2010, s. 59) foregår læring i barnehagen ved at barn er aktivt deltakende og medvirkende sammen med andre voksne og barn. Barn lærer av å kunne delta i aktiviteter i barnehagehverdagen, og får samtidig være med å påvirke sin egen hverdag. Barna får erfaringer som kan være med å gi barna følelse av å kunne mestre, det å få til noe. De referere til uttrykket til John Dewey (1859-1952) ”learning by doing”.

Nordtømme (2010, s. 20-22) skriver om læring som både situert og kontekstuell, ved at vi lærer innenfor det sosiale felleskapet. Vi lærer i den situasjonen vi er i, ved å være deltakende. Hun skriver om det sosiokulturelle perspektivet på læring i barnehagen. Der den sosiale og kulturelle konteksten vil ha betydning for hva barna lærer og hvordan. Nordtømme skriver at det sosiokulturelle perspektivet har utspring fra den kjente teoretikeren Lev Vygotskij (1986-1934). Hun skriver videre at det er i de sosiale, historiske og kulturelle sammenhenger læring skjer.

Bae (2009b, s. 8) mener at måltidene er en plass for medlæring og samarbeid. Hun skriver at barna kan tilegne seg kunnskaper i samtaler gjennom å være deltakende sammen med den voksne.

## 2.5 De voksne sine roller i mat og måltidsaktiviteter

I arbeidet med mat og måltid som en pedagogisk arena i barnehagen er det viktig at de voksne er gode rollemodeller og samtalepartnere for barna, samtidig som de er en inspirator for barna. Helsedirektoratet (2018, s. 27-28) sier også at det er viktig at de voksne spiser sammen med barna, fordi barna lærer hvordan en skal omgås rundt måltidet av de voksne. De voksne må tilrettelegge for at barna får gode måltidsopplevelser, og får mulighet til deltakelse før og etter måltid. I matlaging og rundt måltidet må de voksne delta aktivt sammen med barna slik at barna føler seg trygge, samtidig som de må tilrettelegger for at barna skal få ro rundt selve måltidet (Norges sjømansråd, 2016, s. 12-21)

Når det kommer til barnas smakspreferanser, og barna sier de ikke liker eller ønske smake på enkelt mat, trengs det voksne som kan snakke med barna om deres beskrivelser og følelser rundt smakene. Samtidig som en må kunne gi ros og gode tilbakemeldinger når barna prøver ut nye ting. Det er de voksne som kan gi barna rike erfaringer med mat- og måltidsaktiviteter ved som for eksempel å studere en fisk sammen. Det å undre seg med barna er vesentlig, men også det å gi barna kunnskap om bruk av redskaper og utsyr til matlagingen bør vektlegges. Barna må veiledes i de oppgaver som det ikke har gjort før, slik at de gjennom gjentakelser kan lære å behersker oppgavene selv. De voksne må i tillegg kunne tilpasse oppgavene ut fra barnas alder og forutsetninger, og legge til rette for oppgaver som barna kan klare selv. Dette er en viktig for at barn skal få oppleve mestring (Norges sjømansråd, 2016, s. 12).

Bae (2009b, s. 3-15) mener barna må bli sett og hørt, derfor må de voksnes være lyttende og oppmerksomme. Den voksne må gjennom verbal og nonverbal kommunikasjon vise at de har fokuset rettet mot barnets opplevelser, tanker og følelser. Ifølge Nordli og Thormodsæter (2010, s. 44-48) handler det om å være en tilstedeværende trygg voksen som viser at en er der for barna. De voksne må oppmuntre og støtte barna, og samtidig bruke språket til å kommunisere på en positiv måte. Det er viktig å fortelle barna hva de er gode på, og la de få være deltakende og føle seg betydningsfulle i mat-og måltidsaktiviteter. De sier at voksne har stor påvirkningskraft, derfor er det viktig når barna ønsker å være med i mat og måltidsaktiviteter å la de få være med. «si JA til du vet hvorfor du sier nei-og kan begrunne det!» Nordli og Thormodsæter (2010, s. 46).

## **3.0 Metode**

Metode er det redskapet vi bruker i undersøkelsen for å få inn den informasjonen vi trenger, men også for å kunne analysere den og få belyst ny kunnskap. Vi velger den bestemte metoden, fordi vi mener at akkurat den er den beste til å kunne belyse problemstillingen (Dalland, 2017, s. 51-52). Jeg ønsket i min oppgave å finne svar til problemstillingen min, og dermed valgte jeg kvalitativ forskningsmetode. Dette valget ble tatt fordi jeg ønsket å se intervjupersonene gjennom intervjuene, og fordi det er mer personlig. Jeg intervjuet styrer og pedagogisk leder i to forskjellige barnehager. I denne delen av oppgaven skal jeg presentere metoden, intervju, gjennomføringen, og valg av intervjupersoner. Deretter tolkning av data og påliteligheten av undersøkelsen. Til slutt de etiske perspektivene på datainnsamlingen.

### **3.1 Kvalitativ metode**

I metodelitteraturen finnes to ulike måter å forholde seg til forskning. Den kvantitative undersøkelsen blir kalt for deduktiv tenkning, hvor målinger står sentralt. En kvalitativ undersøkelse blir kalt for induktiv metoden, og blir brukt i forskningen der en trekker slutninger fra den enkelte. En prøver å få med seg totaliteten, og forsker på hele mennesket ved å stille åpen i samtalen om det en ønsker å forske på (Løkken og Søbstad, 2013, s. 34-35). Dalland (2017, s. 52-54) skriv at den kvalitative metoden tar sikte på å fange opp opplevelser og meninger som en ikke kan måle eller tallfeste, samtidig som det er et jeg- du forhold mellom forsker og informant. Derimot kan en kvantitative metode gi data i form av tall og målbare enheter. Begge kan på hver sin måte bidrar til en bedre forståelse av hvordan vi handler og samhandler i det samfunnet vi lever i. Ifølge Postholm og Jacobsen (2016, s. 41-42) er læring i prinsippet ikke noe en kan måle. De sier videre at det meste innenfor fagdidaktikk og pedagogikk er studier gjort med kvalitative metoder. Det å undersøke hvordan barn kan lære gjennom deltakelse i måltid og matlaging er et viktig spørsmål i min oppgave, derfor falt mitt valg på den kvalitative metoden.

### **3.2 Intervju**

#### **3.2.1 Valg av intervju type**

Ifølge Dalland (2017, s. 63-64) er samtalen et viktig redskap, hvor en tar i bruk sine menneskelige ressurser. Det handler om å snakke for å bli forstått og sikre seg for misforståelser, men også om å kunne forstå hva den andre sier. Han påpeker at det kvalitative forskningsintervjuet sitt formål er å kunne få innsyn i intervjupersonens beskrivelser av sin



livsverden, slik at en kan fortolke betydningen den har for den intervjuede. Derfor har jeg valgt intervju som kvalitativ forskningsmetoden min.

Jeg laget en intervjuguide med åpne spørsmål, og på denne måten hadde jeg spørsmålene klare til møte med intervjupersonene. Dalland (2017, s. 78-79) sier at vi bruker intervjuguiden for at den skal kunne lede oss gjennom intervjuet. Han mener en som nybegynner kan utforme spørsmålene til de ulike temaene på forhånd. Videre sier han at det fine med kvalitative intervju er at de ikke kan repeteres, og at vi vil få forskjellige svar når vi intervjuer flere ut fra samme tema. Christoffersen og Johannesen (2012, s. 78-79) sier at en i et strukturert kvalitativt intervju har på forhånd valgt tema og spørsmål, der spørsmålene er åpne, og intervjupersonen formulerer seg med egne ord. Et ustrukturert intervju er mer et åpent intervju som ikke har noe rekkefølge på spørsmålene. Jeg valgte å ha et strukturert intervju der jeg utformet spørsmålene, slik at jeg kunne sammenligne og se på hvilke ulikheter og likheter det var.

### **3.2.2 Informanter**

Jeg valgte å intervjuer både styrer og pedagogisk leder til min oppgave, dette fordi jeg ville ha de forskjellige synene fra to ulike leder stillinger. Styrer med et mer overordnede organiseringssyn over hele barnehagen, og pedagogisk leder ut fra organisering på avdelingen med bakgrunn for deres erfaringer og kunnskap, slik som Dalland (2017, s. 74) skriv om. Jeg sendte ut epost til flere barnehager med informasjonsskriv (vedlegg 1) om meg selv og min oppgave. De to barnehagene som ble valgt var de første som ga positiv tilbakemelding.

### **3.2.3 Gjennomføring**

Det ble utformet en intervjuguide til styrer (vedlegg 2) og en til pedagogisk leder (vedlegg 3). Intervjuguiden til styrer var rettet mot ledelse, styringsdokument og årsplanen, i tillegg til spørsmål om måltidet som pedagogisk arena i barnehagen, og barns medvirkning. Til pedagogisk leder hadde jeg spørsmål rundt måltidet som pedagogisk arena, voksenrollen og barns medvirkning.

Intervjuguiden ble sendt ut kvelden i forveien, slik at intervjupersonene kunne få lese gjennom dem før avtalt møte. Dette for at de skulle få tid til å tenke gjennom spørsmålene, og at selve intervjusituasjonen skulle kjennes trygg.

Det som ble sagt under intervjuene ble tatt opp med lydopptaker, fordi jeg ønsket øyekontakt med intervjupersonen, samtidig som jeg var mer tilstedeværende og lyttende. Intervjuene ble tatt i barnehagene og tok 30 minutter hver. Dalland (2017, s. 86) skriver at en ved å observere samtalen kan få med seg intervjupersonens kroppsspråk. Dette kan både svekke og støtte opp under et utsagn i samtalen, noe som kan være til hjelp i tolkningen. De transkriberte intervjuene ble sendt til barnehagene, slik at de kunne få lese gjennom å godkjenne.

### **3.3 Tolkning av data**

Jeg transkriberte intervjuene ved å skrive ned ordrett det informantene hadde sagt, for at intervjuene kunne analyseres. Det ble i tillegg skrevet ned noe om kroppsspråk til mulig fortolkning av teksten (Dalland, 2017, s. 87-89).

Ifølge Dalland (2017, s. 87-88) er analyse en hjelp til å finne ut hva intervjuene forteller oss, mens i tolkningen er vi på jakt etter meningen i samtalen. Jeg renskrev intervjuene og leste grundig gjennom alle intervjuene flere ganger. Deretter markerte jeg hva som kunne være relevant for å svare for problemstillingen, samtidig som jeg så etter likheter og ulikheter i barnehagene. Resultatene ble sortert i barnehage 1 og barnehage 2. Dalland (2017, s. 229) sier en må sortere de opplysningene en har fått inn og se hvilke som er relevante for problemstillingen. Jeg føler jeg har fått frem det informantene fortalte meg på en god måte, men det hadde vært interessant å intervjuet barn om deres tanker rundt måltidet og om det å få være delaktig. Dette kunne vært med å gitt oppgavene et annerledes resultat.

### **3.4 Pålitelighet ved arbeidet**

Styrer og pedagogisk leder fikk tid til å kunne forberede seg på spørsmålene før intervju, noe jeg ser kan være negativt i forhold til at svarene kan ha blitt mer utfyllende. Mens det positive er at de visste hva svarene gikk ut på, og fikk tid til å tenke litt før de ble intervjuet.

Siden jeg valgte et strukturert kvalitativt intervju, hvor spørsmålene var laget etter tema knyttet til min problemstilling kan dette ha medvirket til høyere grad av gyldige svar. Jeg ønsket svarene skulle være subjektive. Dalland (2017, s. 60) sier det kan ligge feilkilde i et intervju som i selve kommunikasjonsprosessen. Det vil alltid være vanskelig å få med seg alt. Har intervjupersonen forstått eller tolket spørsmålene riktig? Har lyden på båndopptaker vært god nok? Dessuten kan en få redusert pålitelighet om intervjupersonen har tolket spørsmålet feil og forsker skriver ordrett ned ved reinskriking. Derfor er det en fordel å være godt forberedt og oppmerksom.

### **3.5 Etiske vurderinger**

Ifølge Dalland (2017, s. 235-236) er forskningsetikk at det blir brukt etiske overveielser gjennom forskningen. En må ivareta personvernet til alle som deltar i undersøkelsen, derfor er det viktig å ha kunnskap om håndtering av personopplysninger, og meldeplikten. Han sier videre at det handler om tillit, og at de som deltar i forskningen skal føle seg ivaretatt. Før intervjuene ble det sendt ut informasjonsskriv til barnehagene. Det ble opplyst om at alle som deltok i undersøkelsen ville bli anonymisert, samtidig som det var mulig å trekke seg fra studien. Videre informerte jeg om at det ville bli brukt lydopptak og at alle intervju ville bli slettet etter de var transkribert. I min oppgave ble alle deltakerne anonymisert og taushetsplikt ble ivaretatt.

## 4.0 Resultat

I denne delen vil jeg presentere funnene jeg fikk fra intervjuene. Barnehagene ble anonymisert slik: styrerne for S1(styrer barnehage 1) og S2 (styrer i barnehage 2) mens de pedagogisklederne for P1(pedagogisk leder i barnehage 1) og P2 (pedagogisk leder i barnehage 2).

### 4.1 Barnehage 1

S1 forteller at barnehagen har et stort fokus på mat og måltider og har ansatt en kjøkkenassistent i halv stilling. De er i tillegg en miljøfyrtårn barnehage og servere mellom 20-30 prosent økologisk mat. Barnehagen har potetåker, bærhage og flere frukttrær, og barna er med å ta opp poteter og høste bær å frukt. De bruker veilederen til forskrift om miljørettet helsevern i barnehager og skole når de setter opp plan til hvor ofte en skal ha måltid, innhold og tid. I årsplanen står det hvordan de setter opp dagsrytmen med tre måltider, men de har ikke skrevet noe om selve måltidet. Hun sier de følger skrivene og anbefalingen fra sosial og helsedirektoratet. Hun forteller det er kjøkkenansvarlig som har hovedansvaret for matlaging de dager hun er på arbeid, og videre avlastet styrer en dag i uka med varebestilling. Det er allikevel lederteamet, bestående av de pedagogiske lederne og styrer, som tar beslutningene rundt organisering av måltidene. Hun forteller at enkelte ansatte har vært på fiskesprellkurs i regi av sjømatrådet for å kunne få inn mer fisk i matlagingen.

P1 forteller de er en stor barns avdeling med 18 barn, og de har tre måltider i løpet av dagen i barnehagen. De har 3 smøremåltider og to varmmåltid i uka der de veksler mellom fisk og kjøtt. Hun sier måltidet er en arena for mye undring og kommunikasjon, en plass hvor en kan sitte i ro å få den gode samtalen eller sangen. Hun påpeker at det er viktig å sitte samlet rundt et bord, og at det sitter voksne rundt alle bordene, slik at alle barna får hjelp å blir sett. Hun mener det kan være nok stress i barnas hverdag, og at det er viktig å finne roen med den gode samtalen. Hun sier barna skal få være med i matlaging, fordi: «barna skal få se at fisken ser ut som en fisk og ikke en fiskepinne». Det er viktig at barna får være med i hele prosessen fra begynnelse til slutt sier hun, og forteller at når de baker er det alltid en gruppe store eller små barn med.

I spørsmål om hvilke syn styrer og pedagogisk leder har på måltid som pedagogisk arena, og hvordan barnehagen arbeider for å dekke mål innenfor flere fagområder i rammeplanen, sier S1 at måltidet skal være en plass preget av ro og fine rammer hvor en har den gode samtalen.

Hun forteller de har et årshjul med de forskjellige årstiden, dermed får de inn høytider, tradisjon, etikk, filosofi og religion. Hun sier at ved å være kreative med maten, kan en få inn kunst og kreativitet. Videre sier hun at i fagområdet natur, miljø og teknikk har nærmiljøet, åkeren, bærtrærne og frukttrærne i barnehagen, der barna får være med på innhøsting. En kan trekke inn alle fagområdene i måltidet sier hun, og tilføyer at progresjonsplanen begynner med de minste. Hun sier en kan dra inn antall, rom og form ved å snakke om tall, former og deling. Videre nevner hun gode samtaler og sanger innenfor kommunikasjon og språk, samtidig som barna lærer begreper i matlagingen gjennom smaking. Hun tilføyer at barna må få se at fiskefileten blir til fiskekaker, og at en ikke trenger kjøpe ferdige på butikken. De må få se at de kan lage kjøttkakene selv

Mens P1 sier måltidet er en sosial felles arena som alle går inn i. Hun mener kommunikasjon og språk er viktig under selve måltidet, men også filosofi og religion, det å kunne undre seg sammen. Hun forteller det er mye som kan komme frem under måltid om det er hyggelig å trygt. Hun sier i antall, rom og form kan det å dele en skive i to, eller i en trekant være en måte å få inn fagområde på. I kommunikasjon, språk og tekst kan en skrive bokstaver på skiva med tubeost. Hun forteller at under kulturelle høgtider lager de litt artige ting, og sier det er mange fagområder en kan være inno i måltidet.

I spørsmål om medvirkning og den voksnes rolle i mat- og måltidsaktiviteter sier begge informantene at barna skal være med i mat og matlaging, og at de påvirker gjennom maten de ser barna liker. På denne måten er barna med å påvirke innkjøp. S1 sier barna får være med å medvirke i selve matlagingen ved å smake på råvarene, kutte, skjære, slik at de skal føle seg inkluderte. Hun mener det er viktig at barna smaker og prøver ut nye smaker, samtidig som de lærer nye begreper. Men forteller en må ikke tvinge barna til å spise. Hun forteller at de minste får være med å dekke på bord, dele ut kluter og smekker, og at de eldste får være med å bestemme mat under førskolearrangement eller avslutninger. Til slutt sier hun at maten skal lages sammen med barna, og at kjøkkenansvarlig alltid har med seg tre til fire barn i matlagingen.

P1 sier ordet medvirkning har en vid betydning fordi det påvirker inkludering og er noe som er viktig i forhold til felleskapet. Hun sier at hun kan for eksempel si til et barn «det var en god ide Per», slik at barna blir tatt på alvor, noe som er svært viktig. Hun forteller at barna får være med å dekke bord, lage mat og rydde, noe de fleste synes er stas. Det er alltid noen som ikke vil delta i måltidsaktiviteter og får slippe. Hun sier medvirkning handler om å være med, ikke å bestemme. Barna skal ikke bestemme hva de skal spise for enten har vi middag eller smøremåltid. Under smøremåltidet får de bestemme hva de skal spise, og de har alltid et valg

og slik får de medvirke. Hun mener det er viktig at de voksne spiser med barna og hjelper de å legge til rette for å bli selvhjulpne. Hun mener det må være ro rundt måltidet, og at den gode samtalen er grunnleggende. Hun forteller at viss det er lav bemanning og de voksne beveger seg mellom bordene, kan roen og den gode samtalen bli brutt. Hun mener det er viktig de voksne lytter til barna, og bekrefte når barna gjør ting riktig eller ønsker å være med i matlagingen. Det å gi barna positiv respons har stor betydning, fordi det skal så lite til for å si til et barn «ikke nå», noe som kan drepe det lille spire som kanskje var der, isteden for å la det blomstre. Barna må få delta, føle mestring, noe som går på selvfølelse og selvtilit. Hun sier de voksne har så mye makt over barna, derfor må vi bruke den på en positiv måte. Å påpeker også at en må aldri tvinge mat i barn.

## **4.2 Barnehage 2**

S2 sier mat og måltid er en veldig viktig del av hverdagen til barn, samtidig som det har en viktig plass i barnehagen. Det er en arena for å introdusere nye smaker, sanseopplevelser og en arena for å lære om alt bare en legger det inn. Hun forteller de bruker retningslinjer og styringsdokument når de utarbeidet egne retningslinjer for hva de vil og hva de vil tilby. Hun sier den nye rammeplanen er mer i tråd med hva de mener er mat og måltid. De har hatt måltidet med i årsplanen i mange år for å vise hva de gjør og hvorfor. I tillegg har de et eget hefte som de har laget om mattilbudet i barnehagen for å vise hva de serverer og hvorfor. Hun mener de legger vekt på mat og måltid, og at de har et godt og sunt tilbud. Hun forteller de har hatt kjøkkenassistent i 11 år som har bestilt varer, og som har vært med i beslutningene med styrer i henhold til de retningslinjer og føringer som ligger. De har ikke lenger kjøkkenassistent på grunn av økonomi. Nå er det slik at en fra hver avdeling som har et utvidet ansvar, og avdelingene har en dag i uka hver, ansvar for varmmåltid. Styrer bestiller varer med hjelp fra avdelingene. Hun forteller at barnehagen har fokus på fisk og fiskeprodukter, og at de av personalet som har ønsket har deltatt på fiskesprell kurs.

P2 forteller de er en småbarns avdeling med 9 barn, og har tre måltider til dagen. De har tre varm måltider i uka og to smøremåltider. Barna smører selv til lunsj, men til ettermiddagsmåltid får de påsmurt knekkebrød og frukt. De ønsker at barna skal smøre selv, og at de har forskjellige påleggssorter å velge mellom. Hun forteller at de største barna er med å lage mat på kjøkkenet. De minste er ikke med på selve matlaging, det ønsker de å bli bedre på. Hun sier det i matlagingen er grupper på 4-5 barn som er med å kutter og deler grønnsaker og kjøtt. De dyrker poteter som barna får være med å ta opp, noe som hun mener er viktig for barna, ved å se hva vi kan bruke de til. I tillegg har de svartsurbær, plomme og epletrær. Hun

sier de planter og dyrker litt symbolsk for at barna skal få oppleve hvor maten kommer fra. Barnehagen har fokus på fisk, og «det er stas når barna får være med å se når de deler opp en hele torsk eller laks». De har fått studert innmaten og blitt fortalt om fisken. Noen barn har aldri sett en fisk før, mens andre er vant med å fiske og vet hvor fisken kommer fra.

I mitt spørsmål om hvilke syn styrer og pedagogisk leder har på måltid som pedagogisk arena, og hvordan barnehagen arbeider for å dekke mål innenfor flere fagområder i rammeplanen sier S2 at måltidet som pedagogisk arena er viktig, og en kan dra inn alle fagområdene i mat og måltid. Hun sier: «Det ligger mye læring i måltidet, og en må ikke undervurdere det, men gripe det hver dag». Hun sier en lærer bordskikk, normer, kultur forskjeller, språk, mengder og telling. Hun sier det er viktig at barna er med på kjøkkenet for å lage mat, fordi de kan lære begreper som skjærefjøl, kniv, kutte og skjære. Hun forteller at barna som er med å dekke bord må telle hvor mange de er for å legge på kniver eller skeier, noe som er god læring. Og at de minste barna lærer seg nye ord å begreper i måltidet, samtidig som det er en fin felles arena for gode samtaler. P2 sier at måltidet er en stor læringsarena på småbarn, og at de voksne starter med å lære de små å spise selv, smøre selv, drikke av egen kopp og ikke kaste maten. Noen av de er bare et år, og det er en stor oppgave for de å lære seg å spise en skive. Hun forteller hvor viktig det er at barna kommunisere sammen med babling, synging eller klapping. Måltidet skal være en plass med god stemning rundt bordet, der vi skal snakke sammen og kose oss. Hun mener det er mye læring når barna er med å lage mat på kjøkkenet, ved å få være med på hele prosessen som for eksempel å tilberede en fisk til en sitter igjen med fiskepinner. Hun sier barna kan lære matematikk når de er med å lage mat, og at de er innom kunst og kreativitet. Hun påpeker at en kan få inn alle fagområdene fra rammeplanen i mat og måltid.

I spørsmål om medvirkning og den voksnes rolle i mat- og måltidsaktiviteter sier S2 at barna må ha en reel påvirkning i mat og måltid, og at de voksne må legge til rette i forhold til barnas alder og forståelse. Hun mener at de skal få smake, og at en skal tilby, men ikke tvinge mat i barna. Hun sier barna får være med å velge hva de har lyst å ha til middag, og de skal få se at de har vært med å bestemme. P2 sier når barna deltar i matlaging er dette medvirkning, men også samtalen rundt bordet, smøre selv og spise selv. Samtidig er det viktig at de voksne spiser sammen med barna, er deltakende og gode rollemodeller. Hun sier det å få i seg maten være en prosess, fordi de minste barna noen ganger vil spise, mens andre ganger ikke. Det er viktig at de bestemmer over egen kropp. Hun sier at hvis det er uro rundt måltidet må en se på hva som gjør at det er så masete. Som regel oppstår det uroligheter når de voksne ikke lytter

nok, eller beveger seg bort fra bordet for å hente noe. Hun mener en må være en trygg , rolig voksen som deltar på barna sine premisser. De voksne må sette ord på alt de holder på med, oppmuntre barna til å smake, smøre og spise selv. Det handler om å ta vare på barnas initiativ, og at de skal få være aktiv deltakende som får prøve selv.



## 5.0 Drøfting

I denne delen vil jeg drøfte funnene opp mot teori og min problemstilling

« Har barnehagen fokus på måltid og barns medvirkning i måltid?

Og hvordan bruker barnehagen måltid som pedagogisk arena?».

Jeg har valgt å dele drøftingen inn i fire hoveddeler, mat og måltider, måltid som pedagogisk arena, barns medvirkning i mat- og måltidsaktiviteter, samt voksenrollen i mat og måltidsaktiviteter.

### 5.1 Mat og måltid sin plass i barnehagen

I min undersøkelse fant jeg ut at begge barnehagene i stor grad vektlegger mat og måltid i barnehagen, samtidig som de fulgte sosial-og helsedirektoratets anbefalte retningslinjer.

Barnehage 1 brukte veilederen til forskrift om miljørettet helsevern i barnehagen og skole når de satt opp plan for måltid, innhold og tid. I årsplanen har de satt opp dagsrytmen til måltidene i barnehagen, men de har ikke skrevet noe om selve måltidene. Barnehage 2 brukte retningslinjer og styringsdokumenter når det ble utarbeidet retningslinjer for hva barnehagen ønsket å tilby. S2 fortalte at mat og måltid har fått et større fokus i den nye rammeplanen, noe hun mente var mer i tråd til hvordan de arbeidet med mat og måltid. De hadde måltidene med i årsplanen for å vise til hva de arbeider med og hvorfor. Helsedirektoratet (2018, s. 29) sier det opp til hver enkel barnehage hvordan en tolker retningslinjene, men sier de bør forankres i barnehagens årsplan. Det er barnehagene selv som bestemmer hvor mye de ønsker å vektlegge mat og måltid i sine årsplaner. I undersøkelsen ser vi at begge barnehagene har inkludert, og vektlegger mat og måltid, men at det er forskjell på hva, og hvor mye som er tatt med i årsplanen. Jeg mener det er viktig at det står om mat og måltider i barnehagens årsplan, fordi det er mye læring, samarbeid og glede i måltidene. Men også fordi det er viktig at barna tilegner seg kunnskap om mat og får mulighet til å delta i barnehagens måltider, slik det står skrevet om i rammeplanen (Utdanningsdirektoratet, 2017, s. 49-50). Derfor er det positivt at fokuset på mat og barns deltakelse er kommet inn i rammeplanen (Utdanningsdirektoratet, 2017b), og at det er kommet nye retningslinjer for mat og måltider i barnehagen (Helsedirektoratet, 2018).

I helsedirektoratet sin undersøkelse i 2011 for å kartlegge måltider, fysisk aktivitet og miljørettet helsevern (Helsedirektoratet, 2012) viste det seg at de fleste barnehager hadde mat og måltid forankret i sine årsplaner. Resultatene fra min undersøkelse viste at barnehagene hadde måltid forankret i sine årsplaner, men at omfanget av hvor mye det stod om måltidene

varierte. I beslutningene rundt organisering og innkjøp av matvarer var det ulike svar, og svarene var påvirket av om barnehagen hadde kjøkkenassistent eller ikke. I barnehage 1 var det styrer og de pedagogiske lederne som tok beslutningene, mens i organiseringen var kjøkkenassistenten med. Styrer og kjøkkenassistenten hadde ansvar for varebestilling. I barnehage 2 hadde de hatt kjøkkenassistent, men var for tiden uten, og det var styrer som bestilte varer. Styrer med en fra hver avdeling organiserte og tok beslutninger i forhold til måltidene. Jeg fikk inntrykk av at alle informantene mente det var positivt med en kjøkkenassistent som tok seg av matlagingen og varebestillingene. Samtidig fikk jeg inntrykk av at avdelingene var gode på organisering og matlaging. Sammenlignet med undersøkelsen fra helsedirektoratet i 2011, hvor det var pedagogisk leder og assistentene som deltok i beslutninger rundt organisering rundt måltidene, viste mine funn at styrerne fra begge barnehagene var med i beslutninger og organisering av måltidene sammen med de pedagogiske lederne. Hovedansvaret for matlaging var kjøkkenassistent og avdelingenes ansvar (Helsedirektoratet, 2012).

I spørsmål om barnehagene hadde deltatt på opplæring eller kurs svarte begge barnehagene at de hadde deltatt på fiskesprell kurs, men ikke vært med i noe opplæring om mat og måltid. Jeg tenker det kan være viktig å få kurs og opplæring som kan bidra til mer kunnskap rundt mat og måltid. Jeg fikk selv erfaring med dette i barnehagelærer studiet hvor jeg var ute og fisket og deltok på fikesprell kurs.

## **5.2 Måltidet som pedagogisk arena**

Barnehagene fortalte de hadde tre måltider i løpet av dagen, der de fikk servert enten varmmåltid eller smøremåltid som hovedmåltid, og at de hver dag serverte frukt. P1 sier de servere varmmåltid to ganger i uka, og veksler mellom kjøtt og fisk. Mens P2 sier de serverer tre varmmåltider i uka. Begge barnehagene var opptatt av å servere sunn og næringsrik mat, noe som fremheves i barnehageloven, der barnehagen skal ha en «helsefremmende og forebyggende funksjon og bidra til å utjevne sosiale forskjeller» (Barnehageloven, 2005). Slik jeg ser det er måltidet så mye mer en bare en helsefremmende funksjon.

Aasen og Wilhelmsen (2017, s. 30-31) mener det er to ytterpunkt i arbeidet med mat-og måltid i fremtidens barnehage. Dette er noe som viser seg i undersøkelsen at begge barnehagene har fokus på «sunn-mat-og-måltidsaktivitet-scenariot». Alle informantene mente det var viktig at barna deltar i mat- og måltidsaktiviteter. I tillegg til at barna fikk kunnskap om mat og matens opprinnelse. I barnehage 1 er alle barna med i matlaging. P1 sier «Barna skal få være med i matlaging, fordi barna skal få se at fisken ser ut som fisk, og ikke

fiskepinner», noe som er virkelig stas for barna. P2 sier «Det er stas når barna får være med å se når de dele opp torsk eller laks». Noen barn har aldri sett en fisk før, mens andre er vant med å fiske. På den andre siden viste det seg i undersøkelsen at de minste barna i barnehage 2 ikke fikk være med i matlagingen, noe som de ønsket å bli bedre på ifølge pedagogisk leder. Jeg forstår at det kan være vanskelig å ha de minste barna med seg i matlaging, men tenker allikevel at det er andre måter de minste kan være deltakende på, som rundt selve spisemåltidet. Rammeplanen sier en skal legge til rette for barns deltakelse rundt måltidet, og bidra til innsikt i matens opprinnelse og veien fra mat til måltid. Det er også viktig å bruke måltidet som en pedagogisk arena til å dekke mål innenfor rammeplanens fagområder (Utdanningsdirektoratet, 2017a, s. 4-23). I begge barnehagene laget de maten fra bunnen av, og mente det var viktig at barna får være med fra start til slutt. S1 mente at barna må få se at fiskefileten blir til fiskekaker, og at vi ikke trenger å kjøpe ferdige på butikken, mens S2 sier en i mat og måltid kan lære alt, så lenge det legges til rette for læring og opplevelser. Undersøkelsen viste at barna fra begge barnehagene er med i matlaging og får kutte grønnsaker, bake å dekke på bord. I barnehage 2 er det de eldste barna som i grupper på 4-5 barn får være med på kjøkkenet i selve matlaging. Jeg ser utfordringen ved de yngste barnas deltakelse i matlaging, men som P2 nevnte starter de minste barna på null, og må lære seg å spise, drikke og smøre skivene sine selv, samtidig som det er mye læring rundt bordet.

I undersøkelsen mente alle informantene at mat og måltid var en sosial arena hvor barna lærte gjennom erfaringer. S1 sa at barna gjennom smaking lærer seg begreper. S2 mente at det ligger mange nye ord begreper i mat og matlaging i barnehagen. Alle snakket om det å kommunisere, den gode samtalen, noe som er viktig når barna skal lære seg nye ord og språk. Derfor er det bra at barna er med i matlaging, og lærer seg mange nye ord og begreper som ellers ikke blir brukt så mye i barnehagen. Barn får førstehåndserfaringer gjennom å delta i mat- og måltidsaktiviteter, og de voksne må hjelpe barna med å sette ord på disse erfaringene (Langholm og Tuset, 2013, s. 86-95). Samtidig mener jeg det er viktig at barna lærer seg navnet på de forskjellige matvarene, og at de får kunnskap om hvor fisken og grønnsakene kommer fra. At barna lærer at vi sår poteter i jorda, og plukker eplene fra treet.

Nordli og Thormodsæter (2010, s. 59) mener læring i barnehagen foregår ved at barna er aktiv deltakende sammen med andre voksne eller barn. Barna får erfare, og de referer til John Dewey «learning by doing». Derfor er det viktig at de voksne gir og tilrettelegger for erfaringer og opplevelser i mat og matlaging. P2 sier det er mye læring ved å være sammen i måltidet, smøre sine egne skiver, sende pålegg rundt bordet og snakke sammen. Nordtømme

(2010, s. 20-22) mener at vi lærer ut fra situasjonen vi er i, og at vi lærer innenfor det sosiale felleskapet ved å være deltakende. Ut fra undersøkelsen får barna erfaringer med å være deltakende på kjøkkenet, dekke på bordene, innhøsting av barnehagene sine poteter, frukttrær og bærhage, og det å være samlet rundt mat bordet. Og S1 sier progresjonsplanen begynner med de yngste. Mens P2 sier måltidet er en stor læringsarena på småbarn.

Mat som pedagogisk aktivitet kan være med å dekke mål innenfor flere fagområder i rammeplan for barnehagen, noe alle informantene var enige om. S2 sier «Det ligger mye læring i måltidet, og en må ikke undervurdere det, men gripe det hver dag». S1 forteller de har et årsjul i barnehagen, og dermed får de inn etikk, religion, filosofi, tradisjon og høytider. Begge barnehagene var innom de forskjellige fagområdene, og nevnte blant annet matematikkforståelse gjennom å dele, og telle kniver og skeier. Alle snakket om kommunikasjon og språk, det å kunne føre samtaler med hverandre og ha det hyggelig sammen i måltidet og under matlaging (Langholm og Thuset, 2013, s. 95). P2 mente at de yngste barna kan kommunisere med hverandre gjennom babling, synging eller klapping, noe som hun syntes var viktig. Hun nevnte i tillegg at måltidet skal være en plass med god stemning, hvor en kan snakke sammen. S1 mener måltidet er en plass preget av ro og fine rammer, hvor barna kan ha den gode samtalen. Jeg mener måltidet må være en plass barna kan kommunisere og ha det hyggelig sammen, samtidig som det er mye å lære rundt måltidet. Gjems (2011, s. 43) sier måltidet er en viktig læringsarena hvor en har de daglige hverdags samtalen sammen. Bae (2009b, s. 8) mener barna i måltidet kan tilegne seg kunnskaper i samtale ved å være deltakende sammen med de voksne. P1 sier det kan være nok stress i barnas hverdag, derfor er det ekstra viktig å finne roen med den gode samtalen i måltidet. Det som kan være en utfordring ifølge P2 er når de voksne ikke lytter nok eller beveger seg for å hente ting, noe som kan bidra til uroligheter rundt måltidet, og igjen kan føre til at en mister de gode samtalen.

### **5.3 Medvirkning i mat og måltidsaktiviteter**

Rammeplanen sier at barna skal få være deltakende i mat og måltider, de skal få oppleve matglede og fellesskapsfølelse (Utdanningsdirektoratet, 2017, s. 49-50). Ut fra Bjørgen (2009) og Helsedirektoratet (2011) sine undersøkelser deltok barn lite eller delvis i matlaging. Derfor er det interessant å se i denne undersøkelsen, at både barnehage 1 og barnehage 2 legger vekt på barns medvirkning i matlaging. Undersøkelsen viser at barnehagene mener at medvirkning i mat- og måltidsaktiviteter, er når barna får være med. Det blir nevnt flere forskjellige måter barna kan få være med å medvirke, og ut fra min forståelse har begge

barnehagene fokus på at barna skal få være med i matlaging ved å smake, sanse, kutte og skjære. Det ble også i intervjuene sagt at de eldste barna fikk være med å dekke på og rydde av etter måltidene. Helland og Øverby (2017, s. 58-59) mener det ligger mye læring i barnas medvirkning i barnehagen, og de påpeker at barn uansett alder kan få være med i matlaging, kutte, smake, lukte og sanse. I barnehageloven står det at barn har rett til å uttrykke seg og medvirke ut fra alder og forutsetninger (Barnehageloven, 2005).

Slik jeg ser kan det være en utfordring for de yngste barna å være med i situasjoner der vi bruker skarpe gjenstander, for eksempel kutte grønnsaker. De voksne kan uansett legge til rette for andre måter å medvirke. De yngste kan slik Helland og Øverby (2017) skriver være med å smake og sanse. På den andre siden er det ikke alle barn som ønsker å være med i matlaging eller å dekke på bordene. P1 sier at det er alltid noen som ikke vil og får slippe. Mens P2 mener det er viktig at barna bestemmer over egen kropp. Barn er forskjellige og de voksne må se barnet som subjekt med eget syn på barnehagehverdagen sier Aasen og Wilhelmsen, (2017, s. 30-31). Jeg mener alle barn skal få medvirke i egen hverdag, men at de må få velge selv om de ønsker å være med i matlagingen.

Samspeillet mellom de voksne og barna har stor betydning for barns medvirkning i barnehagen. Det kom frem at måltidet var en plass for felleskap og ro. P2 sier: «Måltidet skal være en plass med god stemning rundt bordet, der vi skal snakke sammen og kose oss». P1 mener vi må være bevisste på barna og forteller at samtalene med barna er viktige. Hun kan si til et barn «det var en god ide Per» og påpeker at barna må bli tatt på alvor å bli lyttet til. Det er under måltidet vi kommuniserer og undrer seg sammen sier hun.

Dette støtter opp under det Bae (2009a, s. 18-22) skriv om de romslige og trange samspillmønstrene. De trange er når de voksne kommer med mer lukkede spørsmål, mens de romslige er når barna blir sett og lyttet til, slik som informanten påpekte. Det som kan tenkes å være negativt er om det er travelt på avdelingen, eller ikke nok voksne til å kunne få roen rundt bordet.

Styrerne i begge barnehagene mente barna fikk være med å bestemme hva de ønsket til middag. S2 sier barna får være med å bestemme, og at det er viktig for barna å se at dette har jeg vært med å bestemme. Mens S1 forteller barna er med å påvirke gjennom den maten de liker, slik at når personalet evaluere hva barna spiste godt av eller likte er de med å påvirker innkjøp. Alle sier en ikke skal tvinge mat i barn dersom de ikke liker den, men de skal prøve å smake. Nordli og Thormodsæter (2010, s. 50) mener barna skal ha innflytelse på egen hverdag, og få være med å påvirke med de valgene de tar. Jeg synes det er veldig bra at

barnehagene lar barna får påvirke til hva som blir servert til middag. På den andre siden tenker jeg at barna skal få prøve nye retter, og ikke bare spise de samme middagene.

Langholm og Tuset (2013, s. 22) mener de voksne har definisjonsmakt, og kan bestemme hva barna skal spise og hvordan en legger til rette for barns deltakelse i mat og måltidsaktiviteter. Barnehagene nevner smøremåltidet som en arena der barna skal lære seg å smøre selv og spise. P2 forteller at i smøremåltidet har barna forskjellige valg av pålegg og barna får bestemme selv hva de skal spise. Hun mener medvirkning er å være med, og ikke at barna skal få bestemme hva de skal spise. I Bjørgens studie om 5 åringers kunnskap og erfaring rundt mat, måltid og medvirkning fortalte barna at de likte smøremåltidet best, fordi de fikk bestemme selv hvilke mat de skulle spise. Barna fortalte at det var de voksne som ellers bestemte hvilke mat barna skulle spise (Bjørger, 2009).

Ut fra undersøkelsen nevnte P2 at barna selv fikk bestemme under smøremåltidet, mens P1 sier smøremåltidet er en arena for å lære seg å spise og smøre selv. Egne erfaringer fra barnehagepraksis er at smøremåltid er en plass hvor barna får velge selv, men at det kan være stor forskjell i hva som tilbys av pålegg og tilbehør. Det kan også tenkes at barnehagens eget fokus på måltidet har innvirkning på hvordan måltidene gjennomføres. Siden jeg ikke har intervjuet barn i barnehagen, har jeg bare svar fra informantene sitt ståsted. Når det gjelder barnas deltakelse i mat- og måltidsaktiviteter er begge barnehagene flinke til å tilrettelegge for at barna skal få være med.

#### **5.4 Voksenrollen**

Helsedirektoratet anbefaler at de voksne spiser sammen med barna, fordi barna lærer fra de voksne, men også fordi de er barnas rollemodeller. De voksne må legge til rette for samspill og dialog slik at barna får være deltakende (Helsedirektoratet, 2018, s. 27- 28). Begge barnehagene mente det var viktig at de voksne spiste sammen med barna og var gode samtalepartnere. P2 sier «De voksne må sette ord på alt de holder på med», være en trygg og rolig voksen. Hun mener de voksne må delta på barnas premisser, og at det handler om å ta vare på barnas initiativ og la barna få prøve selv. Begge de pedagogiske lederne mente at en må lytte til barna, og at de voksne må støtte og oppmuntre i mat- og måltidsaktiviteter.

Bae (2009b, 3-15) mener de voksnes rolle i måltidene er å lytte til barna, og å vise gjennom verbal og nonverbal kommunikasjon at de har et godt blikk på barnets opplevelser og følelser. De voksne er viktige rollemodeller for barna rundt måltidet, og de må være tilstede og skape en fin felles arena for alle. P1 forteller at «det er mye som kan komme frem under måltidet om det er hyggelig og trygt». Men det er også viktig at de voksne tilrettelegge for å skape ro

og gode måltidsopplevelse for barna, noe begge de pedagogiske lederne påpekte (Norges sjømansråd, 2016, s. 12-21). Derfor er det viktig at de voksne setter av god nok tid til måltidene, noe helsedirektoratet anbefaler (Helsedirektoratet, 2014, s. 20).

I forhold til den voksnes rolle i arbeidet med mat- og måltidsaktivitet mente alle informantene at det var viktig at barn fikk mulighet til deltakelse før og etter måltider, der de voksne deltok aktivt sammen med barna. Samtidig var de alle opptatt av at måltidet skulle være en arena for læring, felleskap og glede. Alle informantene mente at de voksne var viktige rollemodeller, og at det må tilpasses oppgaver i matlaging ut fra barnas alder og forutsetninger, slik at barna får oppleve mestring (Norges sjømansråd, 2016, s. 12-21). P1 sa at barna må få delta i mat- og måltidsaktiviteter, og de voksne må gi barna bekreftelse på at de gjør ting riktig, noe som igjen kan gi barna følelse av mestring. Det bør etter mitt syn være de voksne som er pådrivere til å inkludere barn med i barnehagens måltider. De voksne kan introdusere barna for matvarer, nye smaker, og legge til rette for medvirkning i selve tilberedningen av måltidet. Det er alltid mange muligheter for de voksne å tilrettelegge for barns deltakelse, og det er viktig slik som Nordli og Thormodsæter (2010, s. 46) sier at når barn ønsker å være med i matlaging og måltidet må de voksne være tilstedeværende og si «JA». Derfor er det viktig å gi positiv respons slik P1 forteller, hun sier det skal så lite til for å drepe den lille spire som kanskje var tilstede ved å si «ikke nå» isteden for å la den blomstre.

## **5.5 Valg av informanter**

Jeg valgte de to første barnehagene fordi de gav positiv tilbakemelding først. Da jeg besøkte barnehagene fikk jeg inntrykk at de hadde måltid i fokus. Begge barnehagene hadde stor fine kjøkken med moderne utstyr. Men som jeg beskrev i innledningen, har jeg sett at det kan være stor forskjell på måltidene og barns medvirkning. Det kan være at mine informanter ønsket å stille i undersøkelsen, fordi måltidet som pedagogisk arena var godt prioritert, mens de som ikke prioriterte måltid ikke ønsket å være med i undersøkelsen.

## 6.0 Konklusjon og avslutning

I denne bacheloroppgaven ønsket jeg å sette fokus på måltidet i barnehagen som en felles arena for sosialt samspill og gode læringsmuligheter. Min problemstilling for oppgaven var:

«Har barnehagen fokus på måltidet og barns medvirkning i måltidet?

Og hvordan bruker barnehagen måltid som pedagogisk arena?»

Mine funn viser at begge to barnehagene har et stort fokus på måltidet som en pedagogisk arena. Undersøkelsen viser at det er forskjell i hvordan de miste barna får være deltakende i mat og måltidsituasjoner. Den ene barnehagen fortalte at det alltid var med en gruppe barn i matlaging, mens den andre barnehagen sier at de minste barna ikke var med i matlaging, men fikk medvirke i måltid gjennom å smake, sanse og prøve å smøre skivene selv. I begge barnehagene fikk de store barna være med å dekke på bordene, rydde etter måltidet og delta i matlaging. Barnehagene var i tillegg opptatt av å plante og dyrke litt selv, slik at barna fikk oppleve hvor maten kommer fra. Alle informantene mente at de voksne gjennom tilrettelegging for mat- og måltidsaktiviteter i barnehagen kan gi barna kunnskap og erfaringer innenfor de forskjellige fagområdene i rammeplanen, samtidig som barna får gode opplevelser. Ut fra tidligere forskning som jeg har skrevet om i oppgaven, deltok barn lite eller delvis i matlaging. Noe som viser at mine funn ikke helt stemmer med de tidligere undersøkelsene. Derfor kunne det vært interessant å intervju barna om deres tanker rundt medvirkning og deltakelse i barnehagens mat- og måltidsaktiviteter. Dette ville kunne bekrefte eller avkrefte resultater i denne oppgaven.

Konklusjonen min fra denne studie er at barna fikk være med å medvirke i mat- og måltidsaktiviteter, og informantene så det som en viktig læringsarena i disse undersøkte barnehagene. Den viser videre at det er størst vekt på den gode samtalen, kommunikasjon og begrepslæring, men også de andre fagområdene for eksempel antall, rom og form, etikk, religion og filosofi, nærmiljø og samfunn og kunst, kultur og kreativitet ble nevnt. Alle informantene mente en kunne dra inn alle fagområdene i måltidet. Undersøkelsen viser at voksne er viktige rollemodeller som oppmuntrer og støtter barna, samtidig som den viser at barna må bli sett og lyttet til.

I arbeidet med denne bacheloroppgaven er viktigheten av mat- og måltidsaktiviteter, og barns medvirkning blitt en del av det jeg vil legge vekt på som fremtidig barnehagelærer. Måltidet er en viktig sosial og pedagogisk læringsarena.



## Litteraturliste

- Bae, B. (2009a). Rom for medvirkning? Om kvaliteter i samspillet mellom førskolelærere og barn. *Barn*, 27(1), 9-28. Hentet fra <https://core.ac.uk/download/pdf/35073699.pdf>
- Bae, B. (2009b). Samspill mellom barn og voksne ved måltidet. Muligheter for medlæring? *Nordisk barnehageforskning*, 2(1), 3-15. Hentet fra <https://oda.hioa.no/nb/samspill-mellom-barn-og-voksne-ved-maltidet-muligheter-for-medlaering/asset/dspace:3051/355944.pdf>
- Barnehageloven. (2005). *Lov om barnehager*. Hentet fra <https://lovdata.no/dokument/NL/lov/2005-06-17-64>
- Bjørgen, K. (2009). 5 åringer om mat, måltid og medvirkning. *Norsk pedagogisk tidsskrift*, 93(1), 4-15. Hentet fra [https://www-idunn-no.galanga.hvl.no/npt/2009/01/5\\_aringer\\_om\\_mat\\_maltid\\_og\\_medvirkning](https://www-idunn-no.galanga.hvl.no/npt/2009/01/5_aringer_om_mat_maltid_og_medvirkning)
- Christoffersen, L., & Johannessen, A. (2012). *Forskningsmetode for lærerutdanningene*. Oslo: Abstrakt forlag.
- Dalland, O. (2017). *Metode og oppgaveskriving*. (6. utg.). Oslo: Gyldendal akademiske.
- Gjems, L. (2011). Hverdagssamtalene - barnehagens glemte læringsarena? I L. Gjems & G. Løkken (Red.), *Barns læring om språk og gjennom språk: Samtaler i barnehagen* (s. 43-67). Oslo: Cappelen Damm Akademisk.
- Helland, S. H., & Øvrebø, N. C. (2017). Fremtidens barnehager – økt fokus på barns medvirkning i matlaging i barnehagen. I Wilhelmsen, B. U (Red.), *Mat – og måltidsaktiviteter i barnehagen* (s. 57-67). Oslo: Universitetsforlaget.
- Helsedirektoratet. (2012). *Måltider, fysisk aktivitet og miljørettet helsevern i barnehagen. En undersøkelse blant styrere og pedagogisk ledere*. Hentet fra <https://helsedirektoratet.no/Lists/Publikasjoner/Attachments/299/Maltider-fysisk-aktivitet-og-miljorettet-helsevern-i-barnehagen-en-undersokelse-blant-styrere-og-pedagogiske-ledere-IS-0345.pdf>

Helsedirektoratet. (2014). *Miljø og helse i barnehagen. Veileder til forskrift om miljørettet helsevern i barnehager og skoler*. Hentet fra

<https://helsedirektoratet.no/Lists/Publikasjoner/Attachments/419/Miljo-og-helse-i-barnehagen-Veileder-til-forskrift-om-miljorettet-helsevern-i-barnehager-og-skoler-IS-2072.pdf>

Helsedirektoratet. (2018). *Retningslinjer for mat og måltider i barnehagen*. Hentet fra <https://helsedirektoratet.no/Retningslinjer/Mat%20og%20måltider%20i%20barnehagen.pdf>

Langholm, G., & Tuset, H. E. (2013). *Matglede i barnehagen*. Bergen: Fagbokforlaget.

Løkken, G., & Søbstad, F. (2013). *Observasjon og intervju i barnehagen* (4. utg.). Oslo: Universitetsforlaget.

Nordli, W., & Thormodsæter, B. M. S. (2010). *Tilstedeværende voksne- medvirkende barn. Endringsarbeid i barnehagen*. Kristiansand: Høyskoleforlaget.

Nordtømme, S. (2010). Perspektiver på læring i barnehagen. I Hogsnes, H. D (Red.), Angell, M. L., & Nordtømme, S, *Barnehagens Læringsliv* (15-27). Bergen: Fagbokforlaget.

Norges sjømatråd. (2016). *Fiskesprell: Smaksopplevelser og matglede med sjømat*. Hentet fra <https://fiskesprell.no/contentassets/617350f1c2b14beeb3c9f2b9af7271df/smaksopplevelser-og-matglede-med-sjomat---bokmal---fiskesprell---2016---low-res-1.pdf>

Postholm, M. B., & Jacobsen, D. J. (2016). *Læreren med forskerblikk: Innføring i vitenskapelig metode for lærerstudenter*. Oslo: Cappelen Damm Akademisk.

Utdanningsdirektoratet. (2017a). *Måltidet som pedagogisk arena. Aktiviteter og inspirasjon knyttet til rammeplan for barnehagen* (2017). Hentet fra [http://mhfa.no/wp-content/uploads/2017/09/Maaltidet\\_som\\_pedagogisk\\_arena\\_HR.pdf](http://mhfa.no/wp-content/uploads/2017/09/Maaltidet_som_pedagogisk_arena_HR.pdf)

Utdanningsdirektoratet. (2017b). *Rammeplanen for barnehagen: Innhold og oppgaver*. Hentet fra <https://www.udir.no/globalassets/filer/barnehage/rammeplan/rammeplan-for-barnehagen-bokmal2017.pdf>

Aasen, W., & Wilhelmsen, B. U. (2017). Mat – og måltidsaktiviteter i barnehagen. Pedagogiske muligheter og utfordringer. I Wilhelmsen, B. U (Red.), *Mat – og måltidsaktiviteter i barnehagen* (s. 23-45). Oslo: Universitetsforlaget.

## Vedlegg

### Vedlegg 1. Forespørsel om deltakelse i bacheloroppgave



### **Forespørsel om deltakelse i bacheloroppgave**

Mitt navn er xxx. Jeg studerer ved Høgskulen på Vestlandet og går tredje året på barnehagelærerutdanningen. I løpet av høsten 2018 skal jeg skrive min bacheloroppgave om fagområde «kropp, bevegelse, mat og helse» med temaet måltidet i barnehagen. I oppgaven har jeg valgt å bruke kvalitativ metode som intervju, slik at jeg kan drøfte teori og resultat fra praksis i min oppgave.

Jeg lurer derfor på om en styrer og en pedagogiske leder i deres barnehagen ønsker ta seg tid til å delta i intervju. Jeg har valgt å bruke lydopptak, slik at jeg er sikker på at jeg får mest mulig data på det som blir uttalt i intervjuet. Dette vil også gi meg bedre kontakt med informanten hvor jeg kan lytte og fokusere på det som blir uttalt. Barnehagen og informanten som stiller i oppgaven vil bli anonymisert. All lydopptak vil bli slettet etter at intervjuet er transkribert. Fokuset i intervjuet vil være rettet mot måltidet som pedagogisk arena og jeg ønsker å stille 10 åpne spørsmål. Selve intervjuet kan ta 30 minutter. Det er frivillig å delta på intervjuet, og det er mulig å trekke seg når som helst.

Dersom du/dere kan tenke deg/dere å delta i forskningsintervjuet, er det fint om du/dere kontakter meg på e-post xxx eller på telefon: xxx snarest som mulig. Jeg skal ta kontakt for nærmere avtale og sende spørsmålene i forkant av intervjuet.

Takk for hjelpen på forhånd!

Med vennlig hilsen,

xxx

## Vedlegg 2. Intervjuguide til styrer

### Intervjuguide til Bacheloroppgave

Tema: Måltid i barnehagen

Problemstilling: Har barnehagen fokus på mat og måltid og hvordan kan måltidet være en pedagogisk arena i barnehagen?

Til styrer:

#### 1. Mat og måltid i barnehagen:

- Hvilke fokus har dere på mat og måltid i barnehagen?
- Hvordan bruker dere retningslinjer og styringsdokument om mat og måltid i barnehagen?
- Er måltid tatt med i årsplanen? Kan du utdype dette?
- Hvem er med i beslutningene rundt organisering av måltidene i barnehagen? og hvem har ansvar for innkjøp av varer?
- Hvem har hovedansvar for matlaging? Har de personalet fått opplæring og deltatt på kurs som omhandler mat og måltider?

#### 2. Måltid som pedagogisk arena:

- Hvilke syn har du på måltidet som en pedagogisk læringsarena? Kan du fortelle mer om dette?
- Mat som pedagogisk aktivitet kan være med å dekke mål innenfor flere fagområder i rammeplan. Hvordan jobber barnehagen med dette?

#### 3. Medvirkning:

- Hva legger du i begrepet medvirkning i mat- og måltidsaktiviteter?
- Hvordan får barna medvirke i forhold til måltidene hos dere?

Spørre til slutt om informanten har noe hun ønsker å tilføye

## Vedlegg 3. Intervjuguide til pedagogisk leder

Til pedagogiskleder:

### 1. Måltid som pedagogisk arena:

- Kan du fortelle måltidsituasjoner hos dere på en vanlig dag? Frokost, lunsj og ettermiddagsmåltid?
- Får barna være med å delta i matlaging og måltidsaktiviteter? Hvis ja, kan du gi noen eksempler? Hvis ikke, hvorfor ikke?
- Hvilke syn har du på måltidet som en pedagogisk læringsarena? Kan du fortelle mer om dette?
- Mat som pedagogisk aktivitet kan være med å dekke mål innenfor flere fagområder i rammeplan. Hvordan jobber barnehagen med dette?

### 2. Medvirkning:

- Hva legger du i begrepet medvirkning i mat- og måltidsaktiviteter?
- Hvordan får barna medvirke i forhold til måltidene hos dere?

### 3. Voksen rollen:

- Hva er voksnes rolle under måltid? Spiser voksne sammen med barna?
- Hva legger du i, å være en god rollemodell i måltidet? Kan du utdype dette?
- Hvordan kan de voksne støtte til barns initiativ i mat og måltidsaktiviteter? Kan du fortelle mer om dette?

Spørre til slutt om informanten har noe hun ønsker å tilføye