

LA ACTITUD Y EL COMPORTAMIENTO DE LA EDUCADORA DURANTE LA HORA DE LA COMIDA

Trabajo recopilatorio del grupo de trabajo

Formación del equipo educativo

Revisión en el curso 2010/2011

Escuela infantil del Ayuntamiento de la Cendea de Olza, Ororbía

LA ACTITUD Y EL COMPORTAMIENTO DE LA EDUCADORA DURANTE LA HORA DE LA COMIDA

OBJETIVOS GENERALES. FINES DEL MOMENTO DE LA COMIDA

- Comer para saciar el hambre y poder cubrir las necesidades alimenticias básicas durante la jornada escolar, siendo siempre la cantidad que quiera el niño/a.
- Fomentar que sea un momento social, de relación, agradable, de disfrute entre compañeros/as y educadora.
**En la mesa durante la hora de la comida, para que exista una comunicación entre educadora y niños/as, es importante que ésta esté presente, no solo "corporalmente".*
- Que sea un momento importante de acompañamiento en la autonomía progresiva del niño/a. Dar valor a los intentos e iniciativas de cada niño/a de cara a su cada vez mayor autonomía (en el uso de utensilios, al beber el agua solo/a, servirse, lavarse las manos...)

Que la conquista de la autonomía y el logro del niño/a, sea un proceso alegre por el propio placer de no depender del otro.

LO QUE NO QUEREMOS. CUÁLES NO SON FINES DEL COMEDOR

- *"Comer una determinada cantidad. Obligar a comer".*
- *"Comer sin disfrutar, con disgusto, no respetando ni gustos ni apetencias".*
- *"Comer y ayudar a comer de forma mecánica, con una actitud fría, vigilante y rígida".*
No es un lugar para evadirnos (lugar donde no estemos presentes).
- *"Que la conquista de la autonomía sea vivida por el niño/a como una presión por satisfacer las exigencias del adulto".*
"Obligar a ser autónomo/a". No una autonomía forzada.

- Ayudar al aprendizaje de unas normas de convivencia y hábitos y costumbres sociales y de higiene. En concreto:
 - ✓ Respeto a los compañeros/as de mesa.
 - ✓ Respeto por el mobiliario y materiales.
 - ✓ Cuidado de la comida que se sirve, permitiendo una experimentación para conocer el alimento y los utensilios pero evitando un juego con la comida.
 - ✓ Un uso adecuado de los utensilios (usarlos para comer...o intentarlo. Vivir el proceso necesario para ir aprendiendo a usarlos).
 - ✓ Higiene y limpieza. No permitir que escupan al plato, que se tiren el puré por encima, etc.
 - ✓ Procurar permanecer sentado/a en la silla en la medida de lo posible y con una postura adecuada, higiénica, que no moleste ni afecte a los/as demás, durante la comida.

- Fomentar el descubrimiento y el disfrute de las diferentes texturas, sabores, gustos, colores, olores durante la comida.

- Propiciar que el comedor sea un lugar de ambiente tranquilo, sin que se convierta en un lugar de juego libre, sin excesivos ruidos o movimientos y evitando tensiones innecesarias. Buscar un clima de “eficacia sosegada”.

- *“Ser un lugar de juego libre”*

CRITERIOS DE ACTUACION

CRITERIOS de cara a la finalidad de comer la cantidad que quiera para cubrir sus necesidades:

- NO FORZAR

Nunca meter alimentos en boca cerrada, sin excepciones.

No sujetar al niño/a de ninguna postura para que coma.

- ANIMAR / INSISTIR

Animar e insistir cuando los niños/as se despistan durante la comida o se niegan por hábitos aprendidos previamente.

Invitar a probar de manera agradable, sin presionar.

Insistirse o no dependerá de cómo sea el niño/a y de lo que la educadora le conozca. En algunos casos sabremos que la negativa del niño/a es definitiva, o quizá necesita un poquito de nuestra atención y cercanía para animarse a probar la comida.... A veces cambian de opinión si al ratito volvemos a animarle a probar un poquito de la comida... No pauta igual para todos. De forma general, no quitaremos el plato tras su primera negación a comer, esperaremos por si cambia de opinión y para retirar todos los platos a la vez, salvo que veamos que juega con la comida manchando la mesa o molestando a los demás.

En general, estaremos atentas al DIÁLOGO (verbal, visual...) entre niño/a y educadora para entender si querrá comer más, si quiere imitar al de al lado, si quiere que le ayudemos, si está inapetente, si no le ha gustado el sabor... y RESPONDEREMOS A ACORDE a lo que nos comunique el niño/a.

- NO PRESIONAR

- **No utilizar el chantaje ni premios.** (No utilizar premios relacionados ni con la comida (con el menú que les corresponde; primer plato, segundo, postre, pan y agua. Ejem. *“Si comes te daré un postre rico.....”*) ni con otras cosas.
- **No castigar**, ni con comida, juguetes, etc. (*“no te doy pan porque no has comido alubias”; “no repetirás de segundo porque no has comido casi primero”*) ni con miradas, gestos o comentarios que le hagan sentirse mal, rechazado/a, no comprendido/a, no querido/a, asustado/a...
- **No condicionar** *“si no pruebas verdura no te doy la carne, o pan...”*

En el caso de reiteradas negativas del niño/a a comer (nada, ni probar) durante un tiempo prolongado, o de preocupación por parte de la familia por el tema de la comida, se concertará una reunión con padre y madre, con los objetivos de:

- Analizar juntos qué le está pasando al niño/a durante las comidas.
- Conocer mutuamente la manera de actuar y organizar el momento de la comida tanto en casa como en la escuela.
- Construir un espacio común entre familia y escuela para, siempre que sea posible, actuar conjuntamente para ayudar al niño/a.

En la reunión, por tanto:

- Nos informaremos mutuamente de cómo estamos actuando con el niño/a concreto en este momento de comedor y de cómo vemos al niño/a.
- Podemos explicar los fines y criterios de actuación generales que seguimos en la escuela en los momentos de comida. Si muestran interés o dudas al respecto, podemos ofrecerles algún artículo o libro que recojan nuestra forma de entender la hora de la comida, como por ejemplo el libro *“mi niño no me come”*. Si lo solicitan o vemos conveniente, ofreceremos asesoramiento sobre lo que nosotras sabemos y hemos ido comprobando respecto a los momentos de la comida.

El fin de estas reuniones será tranquilizarles y reforzar la confianza en su hijo/a. Si después de dos o tres reuniones, la familia sigue insistiendo en que hay que “hacer algo” (premiar, castigar, condicionar, obligar...) o no están de acuerdo con nuestros criterios, se valorará y se buscarán soluciones en las reuniones de equipo educativo.

- NO UTILIZAR MENSAJES O FRASES FALSAS

“Si comes te harás grande”, “Si comes te harás muy fuerte”, dando a entender que si no come eso día esa cantidad que le decimos, se quedará pequeño y débil. Entre otras cosas, es mentira.

- NO COMPARAR CON OTROS COMPAÑEROS/AS

No utilizar juicios de valor: TAN, COMO, MENOS QUE, BIEN, MAL...

En su lugar, utilizar **descripciones** objetivas, como por ejemplo: “¡hoy no te ha gustado mucho la comida!”.

Igualmente no utilizar juicios de valor en los momentos de comunicación o devoluciones con las familias, ni en los registros.

Utilizar, como ya hemos citado anteriormente, descripciones. En los registros hay que ser lo más objetivo/a posible, intentando evitar palabras como “mucho/poco” o “bien/mal” (valoraciones subjetivas y juicios de valor) y sustituyéndolas por descripciones objetivas, como por ejemplo “ha comido hoy dos cazos de puré” “Hoy ha comido casi una rodaja de lomo entera”.

En las devoluciones verbales o escritas a las familias, incluir – además de cuánto ha comido- cómo ha comido, si a gusto o no, si participaba en la mesa, si ha probado el usar un utensilio, servirse el agua o comida, limpiarse solo/a..., recogiendo los otros objetivos del comedor: autonomía, interacción en grupo...

Procurar que no sea lo primero que decimos a los padres cuánto ha comido su hijo/a ese día.

- Tender a echarles poca cantidad en el plato o acorde a lo que suelen comer habitualmente, para que puedan vivir la sensación gratificante de haberse acabado lo que había en el plato. Ofrecerles más cantidad si vemos que ha comido a gusto lo que había en el plato. Habitualmente pocos/as son quienes llegan a ver su plato vacío alguna vez.

CRITERIOS de cara a fomentar que sea un momento de interacción social agradable:

- **INTERRELACION ACTIVA**

Fomentar la interacción entre los niños/as y con la educadora. Ésta:

- Tendrá una **postura** adecuada, abierta a la interacción. Sentada cerca de los niños/as y a su altura, a poder ser.
- **Predisposición** adecuada a la interacción. Atenta y participante respecto a lo que ocurre en la mesa. Cercanía emocional.
- Participación en la comida, que haya **comunicación** aunque procurando no frenar ni protagonizar las conversaciones de los niños/as. Hablar con ellos/as, ni en exceso ni en defecto. Estar atentas/os a propuestas de diálogo.
- Estar **centrada** en la situación y en la interacción, evitando estar ausente o en otra cosa. No dar de comer de forma mecánica, despersonalizada.

- **RESPETAR EN LA MEDIDA DE LO POSIBLE EL RITMO INDIVIDUAL DE CADA NIÑO/A**

Teniendo a la vez en cuenta la realidad del grupo y la organización general de la escuela

CRITERIOS de cara a fomentar la autonomía:

- **ACTITUD OBSERVADORA Y RECEPTIVA**, de atención constante para poder ver los posibles cambios y evolución del niño/a y así adecuar nuestra actuación. Actitud necesaria para:

- En caso de intervenir la educadora, que las intervenciones vayan acordes a los aprendizajes y desarrollo de cada niño/a (habilidad manual, capacidad para centrar su atención...).
 - NO ANTICIPARNOS interviniendo antes de que él/ella actúe lo que sabe hacer (en cuanto al tiempo) ni en hacer una instrucción de cómo tiene que hacerlo, instrucción que podría impedir que se animase a probar hacerlo solo/a. Se le apoyará y sugerirá cómo puede hacerlo si se ve necesario en algunas ocasiones, pero se tenderá a que sea el niño o la niña quien vaya haciendo, ensayando, descubriendo, aprendiendo, confiando en sus capacidades.
 - NO EXIGIRLE MÁS DE LO QUE PUEDE HACER y AYUDARLE CUANDO LO REQUIERA, cuando está cansado, tiene sueño, cuando lo que estaba haciendo sólo/a le supone mucho esfuerzo y se cansa al cabo de un rato (por ejemplo, comer solo/a con la cuchara, usar el tenedor...).

- NO UTILIZAR JUICIOS DE VALOR

- NO CENTRARNOS EN EL LOGRO. Dar valor a lo que hace e intenta. No mirar para ver “carencias”. Ver sus dificultades y su esfuerzo y empeño para hacerse autónomo/a.

- NO COMPARAR

- NO UTILIZAR CHANTAJES, CASTIGOS NI PREMIOS con el fin de que tenga comportamientos “autónomos” (en realidad, serían más bien, comportamientos obedientes).
- En su lugar UTILIZAR “DESCRIPCIONES” de lo que hace, los intentos, pasos intermedios, logros e intereses que muestra. Compartir verbalmente con los niños y niñas esos intentos. Ejemplo: “¡hoy quieres usar la cuchara!”

CRITERIOS de cara al aprendizaje de unas normas de convivencia, hábitos y costumbres sociales y de higiene. Límites.

- HACER EXPLÍCITOS LOS LÍMITES en el comedor. Informar desde un principio a los niños y niñas sobre ellos.
Las normas serán pocas, claras y constantes. Que no varíen cada día o en función del ánimo de la educadora, de cómo se haya comportado ese día cada niño/a....
- RECORDAR las normas de vez en cuando. VERBALIZARLOS TANTO EN POSITIVO (cómo las vamos respetando, recordar su existencia...) COMO EN NEGATIVO (cuando no se han cumplido).
- Una vez que se han incumplido dichos límites:
 - 1º Lo corregiremos verbalmente
 - 2º Avisarle unas tres veces de lo que haremos si vuelve a repetir esa conducta inadecuada
Si es una agresión o algo grave (tirar el plato al suelo...), se actuará a la primera.
 - 3º Si sigue sin respetar el límite, intervenir directamente la educadora.
- AYUDAR A TOMAR CONCIENCIA DE QUE ESTAMOS Y SABEMOS ESTAR A GUSTO JUNTOS EN EL COMEDOR Y DE QUE VAN APRENDIENDO A CUMPLIR LAS NORMAS DE CONVIVENCIA. Para ello, verbalizar cuando estamos a gusto, cuando no está habiendo molestias y estamos cuidando la mesa, utensilios, etc. Ejemplo: “¡qué a gusto estamos comiendo juntos/as!”, “hoy casi no hemos manchado la mesa con comida”
- TOLERAR DERRAMES Y SUCIEDAD:
 - ocasionales, ó
 - Por falta de habilidad manual (valorar si lo que pedimos es acorde a su desarrollo)

CRITERIOS de cara a fomentar el descubrimiento y el disfrute de las diferentes texturas, sabores...

- VERBALIZAR LAS CUALIDADES DE LOS ALIMENTOS (color, olor, sabor, texturas y vocabulario) sean agradables o no a los sentidos.
- APROVECHAR EL CONTACTO DIRECTO CON LOS ALIMENTOS PARA DESCUBRIR SUS CUALIDADES, ya que son estímulos ricos en propiedades e interesantes para la experimentación, pero sin que se convierte el momento de la comida en uno de experimentación y juego libres, como si se tratase de un taller.

CRITERIOS de cara a fomentar un ambiente tranquilo en el comedor:

- UTILIZAR UN VOLUMEN DE VOZ BAJO.
- EVITAR CREAR AMBIENTE DE FIESTA CON CANCIONES, MÚSICA DE FONDO... Generalmente ya hay ruido con las conversaciones, enfados, utensilios de comida... Buscar ambiente de sosiego evitando ruidos y sonidos innecesarios.
- EVITAR en la medida de lo posible EL MOVIMIENTO DE EDUCADORAS Y NIÑOS/AS, para lo cual:
 - Prever, teniendo a mano todo lo que vayamos a necesitar.
 - Ritualizar el orden y modo como actuamos cada día en el comedor. Organización “cuadrículada”
 - Valorar si los movimientos-desplazamientos que hacemos son necesarios o se pueden hacer en otro momento.