

Sapere varhaiskasvatuksessa

SAPERE on:

- Latinaa ja tarkoittaa "maistella, tuntea, olla rohkea"
- **Yhdessä tekemistä**, jossa toteutuu lapsen *yhdenvertaisuus, osallisuus ja aktiivisuus*
- **Laadukasta, yhteisöllistä oppimista**
- **Luovaa ja innovatiivista pedagogiikkaa** ja toimintaa, joka *tempaisee mukaansa* niin lapsen kuin aikuisen

Innostaa ja ohjaa lasta tutustumaan ruokaan **kaikkien aistien** avulla, eri tavoilla: *leikkimällä, liikkumalla, ihmettelemällä, tutkimalla sekä erilaisia työtehtäviä tekemällä*

Olennaista on kasvattajan *kyky uudistua, tuulettaa ajatuksia ja toimintakulttuuria*

Lasten osallistuminen ruoanvalmistukseen

Lasten on mahdollista osallistua päiväkodin ruoanvalmistukseen siihen sovittuina päivinä. Ruokalistalla merkintä "S" tarkoittaa SAPEREA. Tämän ruoan kohdalla on mahdollista valita, tilataanko ruoka keittiöltä valmiina vai raaka-aineina. Selkeyden vuoksi merkintä kirjataan ainoastaan kahdentoista viikon kiertävään ruokalistaan (kunnan nettisivuilla).



Raaka-aineina on mahdollista tilata seuraavat aterian osat:

Lounaan salaatit

Lounaan tuorepalat; hedelmät ja vihannekset

Välipalat:

perjantain sämpylä

hedelmäsMOOTHIE

dippivihannekset

Välipalojen tuorepalat

Lempäälän vasusta:

Ruokakasvatuksen tavoitteena on edistää myönteistä suhtautumista ruokaan ja syömiseen sekä tukea monipuolisia ja terveellisiä ruokatottumuksia. Lapsia ohjataan omatoimiseen ruokailuun ja monipuoliseen, riittävään syömiseen.

Päivittäiset ateriahetket järjestetään kiireettömässä ilmapiirissä opetellen ruokarauhaa ja hyviä pöytätapoja sekä yhdessä syömiseen kulttuuria.

Eri aistien avulla ja tutkimalla tutustutaan ruokiin, niiden alkuperään, ulkonäköön, koostumukseen ja makuominaisuuksiin.

Ruuasta keskusteleminen, tarinat ja laulut edistävät lasten ruokasanaston kehittymistä"