Unitat de programació

La vida quotidiana: l'estona del dinar

Educació infantil. Cicle 0-3

Llar d'infants la Baldufa (Vilanova del Vallés)

Verònica Guerrero i Cristina Benito

Generalitat de Catalunya
Departament d'Ensenyament

Índex

Sobre la unitat didàctica 3
Components de la programació 4
Capacitats 4
Objectius de cicle 4
Continguts 4
Descoberta d'un mateix i dels altres 4
Descoberta de l'entorn 5
Comunicació i llenguatges 5
Metodologia 6
Les activitats 6
Donar el biberó a la falda 6
El dinar a la falda 7
El dinar a la taula individual 9
El dinar a la taula en parella 10
El dinar a la taula en petit grup 11
Avaluació 13
Avaluació del progrés dels infants 13
Donar el biberó a la falda 13
El dinar a la falda 13
El dinar a la taula individual 14
El dinar a la taula en parella 14
El dinar a la taula en petit grup 15
Avaluació de l'activitat 16
Avaluació de la tasca educativa 17
Bibliografia 18

Sobre la unitat didàctica

El moment del dinar ha de ser un moment de plaer per l'infant i de relació entre aquest i l'adult de referència: l'infant s'alimenta per créixer, per viure.

És un moment que aporta múltiples aprenentatges a l'infant:

- Neixen pautes socials: és un moment de comunicació entre adult infant i entre infants.
- Entren en joc molts aprenentatges d'autonomia com per exemple, dominar la cullera, poder seure a taula per un mateix i aprendre a no embrutar-se.
- S'aprenen pautes culturals: utilitzar els estris adequats i adaptar-se a les maneres de fer pròpies de la nostra cultura.

És un moment en què les emocions juguen un paper molt important. Cadascú té una vivència diferent, segons la seva experiència personal i per tant, una actuació diferent en una mateixa situació.

El menjar és un tema que preocupa especialment les famílies, un infant que menja es considera un infant sa. Les famílies tenen sovint un instint de protecció: per viure requerim menjar.

L'infant com a ésser humà té la capacitat de saber quan no vol menjar més i a totes les persones hi ha certs aliments que ens creen males sensacions, és una qüestió que s'ha de tenir en compte i respectar al llarg d'aquest moment, així com l'evolució pròpia de cada infant.

És per aquest motiu que cal el màxim d'organització i no fer ús de la improvisació. Com més aspectes o més situacions tenim contemplades i organitzades, més còmodes ens sentim i més podem gaudir del moment del menjar amb l'infant.

Alhora, aquesta organització i el seguiment d'un ordre ajuden l'infant a anticipar-se a l'acció, a integrar i comprendre el que succeeix, i afavoreixen la seva participació.

Components de la programació

Capacitats

Aquesta unitat didàctica contribueix a que els infants progressin en l'assoliment de les capacitats següents:

- Progressar en el coneixement i el domini del cos, en el moviment i la coordinació, tot adonant-se de les seves possibilitats.
- Assolir progressivament seguretat afectiva i emocional i anar-se formant una imatge positiva de si mateixos i de les altres persones.
- Adquirir progressivament hàbits bàsics d'autonomia en accions quotidianes, per actuar amb seguretat i eficàcia.
- Progressar en la comunicació i expressió ajustada als diferents contextos i situacions de comunicació habituals per mitjà de diversos llenguatges.
- Mostrar iniciativa per afrontar situacions de la vida quotidiana, identificant-ne els perills i aprendre a actuar-hi en conseqüència.
- Comportar-se d'acord amb unes pautes de convivència que els portin cap a una autonomia personal, cap a la col·laboració amb el grup i cap a la integració social.

Objectius de cicle

En aquesta unitat es tenen en compte els objectius del primer cicle d'educació infantil següents que ha d'assolir l'infant:

- Identificar-se com a persona, assolir el grau de seguretat afectiva i emocional corresponent al moment maduratiu, i esforçar-se per manifestar i expressar les pròpies emocions i sentiments.
- Establir relacions afectives positives, comprenent i apreciant progressivament el seu entorn immediat, iniciant-se en l'adquisició de comportaments socials que facilitin la integració en el grup
- Participar amb iniciativa i constància en les activitats quotidianes d'alimentació, repòs i higiene personal, iniciant-se en la pròpia autonomia i orientant-se en les seqüències temporals quotidianes i en els espais que li són habituals.
- Comprendre el llenguatge adult i dels altres infants, comunicar-se i expressar-se a través dels moviments, el gest, el joc i la paraula, amb una millora progressiva del llenguatge oral.
- Dominar progressivament el cos i l'adquisició de noves habilitats motrius, augmentant la seva autonomia en els desplaçaments, en l`ús dels objectes i l'orientació en l'espai quotidià.

Continguts

Descoberta d'un mateix i dels altres

- Identificació com a persona, coneixement d'algunes característiques personals pròpies per assolir el grau de seguretat afectiva i emocional corresponent al moment maduratiu.

- Domini progressiu de les possibilitats expressives, perceptives i motores del propi cos i utilització dels recursos personals de què hom disposa en la vida quotidiana.
- Descobriment i identificació de les pròpies necessitats fisiològiques: gana i set, mostrant un control progressiu d'aquestes.
- Manifestació i expressió de les pròpies emocions i sentiments que puguin interferir en el moment de dinar, utilitzant el llenguatge corporal i verbal com a mitjà d'expressió i comunicació.
- Inici i progrés en l'adquisició d'hàbits relacionats amb el moment del dinar: higiene, benestar corporal i organització.
- Inici i progrés en el domini del cos actiu, augmentant l'autonomia en el domini dels moviments, en l'ús dels estris i en l'orientació temporal i espacial.
- Inici i domini progressiu del control i de la coordinació oculomanual i del moviment corporal en relació als estris, al menjar...
- Disposició per establir relacions afectives positives amb els adults i els companys amb qui comparteix el moment del dinar.

Descoberta de l'entorn

- Inici i adquisició de comportament socials que facilitin la integració, com utilitzar els estris correctament, estar tranquils, no jugar amb el menjar.
- Orientació amb autonomia en els diferents moments de l'hora del dinar i iniciació en l'ús dels termes relatius a l'espai: aquí/allà, dins/fora, amunt/avall.
- Inici i adquisició de les seqüències temporals en què s'organitza el dinar i de l'ús de termes relatius a l'organització del temps: ara/després, avui/demà.
- Observació i actuació de l'entorn planificat per al dinar, i establiment de relacions entre els estris i els aliments i observació de les conseqüències que se'n deriven.
- Inici de les primeres classificacions, ordenacions i correspondències en funció de les característiques i els atributs.
- Inici progressiu del reconeixement de les diferents seqüències en què s'organitza el moment del dinar: espacials, -el passadís, la classe, la zona d'aigua...- i temporals, -menjar, guardar pitets, rentar les mans...- .

Comunicació i llenguatges

- Inici progressiu de la descoberta i de l'ús del llenguatge corporal i verbal.
- Comprensió de les intencions i dels missatges que adrecen adults i companys identificant i utilitzant progressivament l'entonació i el gest com a mitjà de relació.
- Coneixement i utilització de manera progressiva de les normes que regeixen els intercanvis i converses: atenció, espera, to de veu, interès i iniciativa.
- Expressió corporal i oral de necessitats i sentiments mostrant un progressiu increment del vocabulari referent als àpats: més/menys, calent/fred
- Iniciació en l'ús de diferents formes de comunicació gestual i verbal, esforçant-se per fer-se entendre i escoltant els altres.
- Identificació i expressió d'experiències passades relacionades amb els diferents moments de l'hora del dinar.

Metodologia

Les activitats

Es descriuen 5 fases del menjar a la llar d'infants; són consecutives i van esdevenint-se en el temps una darrera de l'altra, però si un infant que ja menja a la taula vol tornar a menjar a la falda de l'adult, se li permet i accepta ja que es considera que l'autonomia ha de ser un fet natural i desitjat i no pas una obligació o una imposició.

Donar el biberó a la falda

Abans de planificar aquest moment és necessari parlar amb les famílies per conèixer el tipus d'alimentació de cada infant, els horaris i el seu ritme en general.

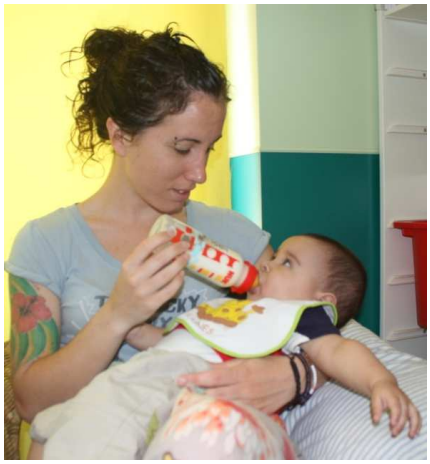
Segons la informació que es té de tots els infants del grup la mestra distribueix el temps i s'organitza per atendre les necessitats de cadascú. És necessari que el personal de cuina estigui informat de l'alimentació dels infants del grup.

A començament de curs, en el grup de petits és probable que l'alimentació d'alguns sigui bàsicament de llet, i per tant al llarg de tot el dia la mestra anirà oferint el biberó, segons la rutina i els horaris que portin de casa.

L'activitat comença quan la mestra s'apropa a l'infant i de forma acurada li anticipa la situació amb les seves paraules. L'espai i l'aliment, són preparats prèviament i a mestra, agafant l'infant a coll, es dirigeix cap a la butaca o balancí on tindrà lloc l'activitat.

La mestra busca una postura còmoda, sense tensions, per això posa un coixí sota el braç on l'infant recolza el cap, per tenir-lo en distensió i més elevat. La mestra ha d'observar atenta la postura de l'infant i preguntar-se si està còmode, i també ha d'observar els indicis que mostri el nadó sobre sensacions de plaer o desplaer, si té més gana o bé, i si ja està satisfet...per poder respondre a les seves demandes.

En aquesta fase s'introdueix la cullera petita, amb la que donem el suc de taronja a l'infant, perquè després, quan s'introdueixin les verdures i/o fruites, no hagin d'experimentar dos canvis a la vegada: la introducció d'un nou aliment i començar a menjar amb la cullera. També introduïm el got de vidre per oferir-li l'aigua.



Objectius didàctics

- Expressar les pròpies emocions i sentiments per poder comunicar-se amb l'educadora.
- Mostrar-se atent i tranquil mentre es pren el biberó.
- Comunicar-se a través de la mirada amb la seva educadora.

Material

- Balancí o butaca amb recolzament per al braços
- Biberó. Millor si és de vidre
- Un coixí (si cal per recolzar de manera més còmoda el braç i evitar tensions)
- Pitet (si és necessari)
- Cullera petita (pels sucs)
- Got de vidre petit (per l'aigua)

Organització

L'infant i l'adult referent

Temps

Dins l'organització de la vida quotidiana a l'escola intentem respectar el ritme de cada infant, però sí que establim un temps per aquesta activitat, de forma orientativa, perquè ens ajudi en la planificació i execució d'aquest moment.
Per donar el biberó a la falda seguirem l'horari de cada infant i el seu ritme habitual.

El dinar a la falda

Quan les famílies ens indiquen que ja han començat a introduir les primeres verdures i/o fruites en l'alimentació dels seus fills/es nosaltres continuem aquest procés també a l'escola.
Cal una nova organització: nous materials i una nova distribució horària.
Es poden establir torns, segons els horaris de cada infant, perquè amb la repetició d'aquests, ells puguin anticipar quan serà el seu torn i estar així més tranquils durant l'espera.

La mestra ha d'organitzar l'espai de joc perquè els infants que no dinen puguin continuar interessats en diverses propostes mentre arriba el seu torn i així establir una relació més estreta, sense interrupcions, entre l'infant i l'adult en la situació del dinar.
La mestra s'apropa a l'infant que dinarà, li mostra el pitet, l'hi posa i el convida a seure a la falda, a prop de la taula alta, per dinar. La taula camilla facilita que l'aliment estigui a una alçada adequada per l'adult i també per l'infant, i alhora, pel fet que estan més elevats, els permet una certa distància amb la resta del grup.

El fet de donar el dinar a la falda afavoreix el vincle emocional entre l'adult i l'infant. L'adult està atent al cos de l'infant, que parla de les seves emocions. L'infant sap que pot repercutir en les accions de l'adult i participar de forma activa en aquest moment. S'estableix un veritable diàleg entre els dos, que afavoreix que el dinar es converteixi en un moment de plaer, de relació i d'aprenentatge.

És important que l'infant comparteixi aquesta activitat amb la mestra de referència, ja que la mestra ha de conèixer bé com és aquest infant i així el moment del dinar resultarà més positiu per a tots (ella coneix de a prop els seus interessos, els seus gustos...)

La postura de la mestra, tal i com quan donava el biberó, ha de ser còmode perquè tots dos, infant i adult, es trobin relaxats i pugui haver-hi una comunicació més fluida.

Objectius didàctics

- Introduir de manera natural i progressiva nous aliments, perquè a poc a poc l'infant s'hi vagi acostumant i accepti nous sabors i textures.
- Expressar les pròpies emocions i sentiments per poder comunicar-se amb la mestra.
- Comunicar-se a través de la mirada i el cos amb l'educadora.
- Respectar els torns de dinar sense molestar aquell infant que està dinant.
- Establir un vincle afectiu fort entre l'infant i l'educadora.
- Participar, progressivament, en el moment del dinar.

Material

- Cadira o butaca, amb recolzament per als braços.
- Un recolzament per al peu.
- Un coixí.
- Una taula alta, tipus taula camilla.
- Bol o recipient (a ser possible transparent) amb el dinar i bol per a la fruita o iogurt.
- Un cistell amb pa.
- Cullera petita.
- Got de vidre petit.
- Pitet.
- Tovalló.
- Carro o safata gran.

Organització

L'infant i l'adult referent

Temps

Segons el ritme habitual de l'infant, entre les 11,15 i les 13 hores

El dinar a la taula individual

Quan un infant mostra interès per participar de forma més activa en el dinar, és capaç de seure per si mateix a una cadira i sap agafar correctament el got, pot ser un bon moment per oferir-li el menjar a la taula.

Aquest canvi es fa de forma progressiva i és en el berenar quan es comença a introduir, ja que el temps és més breu, hi ha menys quantitat d'aliment... i tot això facilita un domini progressiu de la situació.

L'infant seu a la cadira, a prop de la taula i la mestra seu al seu costat. Li ofereix el dinar i l'acompanya en els seus primers intents de menjar sol. L'infant té a l'abast el bol amb el dinar i una cullera, i la mestra té una altra cullera per ajudar-lo si és necessari. El got d'aigua també és a l'abast de l'infant, amb poca quantitat d'aigua perquè pugui triar quan vol beure.

El fet que en els primers intents de l'infant de menjar sol, aquesta situació segueixi sent un moment íntim entre el nen/a i l'adult, suposa que els aprenentatges socials i/o culturals, de les pautes de comportament siguin acollits i tractats amb individualitat i respecte i més fàcilment interioritzats per l'infant que en una situació de grup.
Igual que en la situació del dinar a la falda, l'espai ha d'estar prèviament organitzat i es segueixen respectant els torns.

Coincideix amb aquest moment que alguns dels infants comencen a menjar sencer a casa, i a l'escola, per tant, també es comença a introduir la nova dieta.

Objectius didàctics

- Continuar introduir de manera natural i progressiva nous aliments, tastant nous sabors i textures, sobretot amb la introducció progressiva del menjar sencer.
- Expressar les pròpies emocions i sentiments per poder comunicar-se amb la mestra.
- Comunicar-se a través de la mirada i el cos, i començar a verbalitzar quelcom.
- Respectar els torns de dinar sense molestar a aquell infant que està dinant.
- Establir un vincle afectiu fort entre l'infant i l'educadora.
- Participar més activament en el moment del dinar, esdevenint cada vegada més autònom.
- Assolir nous reptes: beure aigua sol, punxar amb la forquilla,...

Material

- Una taula petita a mida per a l'infant.
- Una cadira 3 postures.
- Cadira de la mestra.
- Bol o recipient (a ser possible transparent) amb el dinar i bol per a la fruita o iogurt.
- Un plat pla.
- Un cistell amb pa.
- 2 culleres petites.
- Got de vidre petit.
- Gerra petita amb aigua.
- Pitet.
- Tovalló.
- Carro.

Organització

L'infant i l'adult referent

Temps

Segons el ritme habitual de l'infant, entre les 11,15 i les 13 hores.

El dinar a la taula en parella

Quan dos infants del grup es troben en un moment evolutiu similar i tenen suficient autonomia per menjar sols és quan poden començar a menjar plegats en una taula. S'imiten i la presència de l'altre és una nova motivació per menjar.

La mestra convida a seure a dos infants a la mateixa taula i ella els acompanya, asseguda al costat. Els infants ja mengen sols i la mestra ja no intervé tan sovint com al començament de l'aprenentatge.

Es poden anar introduint nous elements, com per exemple la forquilla quan ja hi ha un bon domini de la cullera. Tots els canvis que s'introdueixen en el moment del dinar han de ser progressius i els elements nous han d'anar apareixent, en la mida del possible d'un en un.
Es continua respectant el ritme de cada infant, el fet de ser dos no implica que un hagi d'esperar a l'altre sinó que cadascú té el seu propi ritme i aquest és respectat per l'adult.

Durant aquesta etapa i l'anterior, l'infant es mostra cada vegada més actiu i això requereix que la mestra li doni més temps per participar o no, i per col·laborar en tot el procés.

Objectius didàctics

- Expressar les pròpies emocions i sentiments per poder comunicar-se amb la mestra.
- Comunicar-se a través de la mirada i el cos, i verbalitzar quelcom.
- Respectar els torns de dinar sense molestar aquell infant que està dinant.
- Establir un vincle afectiu fort entre l'infant i l'educadora.
- Participar més activament en el moment del dinar, esdevenint cada vegada més autònom.
- Perfeccionar i guanyar confiança al llarg de tot el dinar, embrutant-se cada cop menys, agafant més habilitat,...
- Assolir nous reptes: parar taula, agafar el pitet,...
- Gaudir del moment del dinar amb un altre company/a.
- Anar adquirint, progressivament, normes de comportament a taula.

Material

- Una taula petita a mida per als infants.
- Una cadira 3 postures per cada infant.
- Cadira de la mestra.
- Bol o recipient (a ser possible transparent) amb el dinar i bol per a la fruita o iogurt.
- Un plat pla per cada infant.
- Un cistell amb pa.
- Culleres petites i forquilla, depenent del procés dels infants.
- Got de vidre petit.
- Gerra petita amb aigua.
- Pitet, un per cada infant.
- Tovalló, un per cada infant.
- Carro.

Organització

2 infants i l'adult referent

Temps

Segons el ritme habitual de l'infant, entre les 11,15 i les 13 hores.

El dinar a la taula en petit grup

A mida que l'infant creix, el moment del menjar comença a esdevenir un acte col·lectiu i social, on s'inicien relacions amb els iguals i es comparteixen converses interessants.

És el moment en què l'infant comença a compartir els àpats amb la resta d'infants del grup.

Els infants del grup es distribueixen en petits grups, cadascú en una taula, amb la mestra de referència que acompanya a cada grup. És important que tinguin prou espai i es sentin còmodes en aquesta nova situació.

Aquest és un moment en què l'infant, si hi està interessat, pot participar en tot el procés de forma activa: parant taula, recollint el seu plat, etc... És per això que hem de comptar i preveure l'organització necessària.

És important seguir respectant el ritme de cada infant i procurar escurçar els temps d'espera.

Objectius didàctics

- Expressar les pròpies emocions i sentiments per poder comunicar-se amb la mestra.
- Comunicar-se verbalment amb l'educadora per transmetre-li les seves necessitats.
- Establir un vincle afectiu fort entre l'infant i l'educadora.
- Participar activament en el moment del dinar, esdevenint cada vegada més autònom.
- Perfeccionar i guanyar confiança al llarg de tot el dinar, embrutant-se cada cop menys, agafant més habilitat,...
- Assolir nous reptes: repartir els estris del dinar, posar-se el menjar al plat,...
- Gaudir del moment del dinar.
- Aprendre normes de comportament a taula.

Material

- El dinar a la taula en petit grup:
- Una taula a mida per als infants.
- Una cadira per cada infant.
- Cadira de la mestra.
- Bol o recipient (a ser possible transparent) amb el dinar.
- Un plat pla.
- Culleres petites i forquilles.
- Got de vidre una mica més gran.
- Gerra petita amb aigua.
- Pitet o tovalló per cada infant.
- Tovalles.
- Un recipient d'una alçada adequada per servir el dinar.
- Recipients diferenciats per restes de menjar, estris i envasos.
- Carro.

Organització

Grup reduït i l'adult referent

Temps

Segons el ritme habitual de l'infant, entre les 11,15 i les 13 hores.

Avaluació

L'avaluació té un doble vessant: el coneixement del progrés dels infants i la reflexió sobre la tasca educativa.

Avaluació del progrés dels infants

Per avaluar el progrés dels infants durant les estones dels àpats observarem de forma sistemàtica algun elements.

Donar el biberó a la falda

Elements d'observació. L'infant:	*sí*	*no*	*observacions*
Es comunica amb l'educadora			
Es mostra tranquil			
Hi ha un vincle entre l'infant i l'educadora			
Gaudeix del moment			
Mostra interès			
Hi ha contacte visual entre l'infant i l'educadora			
Té una bona postura corporal			

El dinar a la falda

Elements d'observació. L'infant:	*sí*	*no*	*observacions*
Es comunica amb l'educadora			
Es mostra tranquil			
Hi ha un vincle entre l'infant i l'educadora			
Gaudeix del moment			
Mostra interès			
Hi ha contacte visual entre l'infant i l'educadora			
Té una bona postura corporal			
Assumeix el temps d'espera			
Participa			

El dinar a la taula individual

Elements d'observació. L'infant:	*sí*	*no*	*observacions*
Es comunica amb l'educadora			
Es mostra tranquil			
Hi ha un vincle entre l'infant i l'educadora			
Gaudeix del moment			
Mostra interès			
Hi ha contacte visual entre l'infant i l'educadora			
Té una bona postura corporal			
Assumeix el temps d'espera			
Participa més activament			
Verbalitza les seves necessitats			
Agafa el got ell sol			
Comença a menjar ell sol			
Es mostra concentrat			

El dinar a la taula en parella

Elements d'observació. L'infant:	*si*	*no*	*observacions*
Es comunica amb l'educadora			
Es mostra tranquil			
Hi ha un vincle entre l'infant i l'educadora			
Gaudeix del moment			
Mostra interès			
Hi ha contacte visual entre l'infant i l'educadora			
Té una bona postura corporal			
Assumeix el temps d'espera			
Participa més activament			
Verbalitza les seves necessitats			
Agafa el got ell sol			
Comença a menjar ell sol			
Es mostra concentrat			
Gaudeix dinant amb un altre company/a			

Es mostra més autònom i segur			
Imita el seu company/a			
Va adquirint normes de comportament			
Mostra més habilitat			

El dinar a la taula en petit grup

Elements d'observació. L'infant:	*Sí*	*no*	*observacions*
Es comunica amb l'educadora			
Es mostra tranquil			
Hi ha un vincle entre l'infant i l'educadora			
Gaudeix del moment			
Mostra interès			
Hi ha contacte visual entre l'infant i l'educadora			
Té una bona postura corporal			
Assumeix el temps d'espera			
Participa més activament			
Verbalitza les seves necessitats			
Agafa el got ell sol			
Comença a menjar ell sol			
Es mostra concentrat			
Gaudeix dinant amb un altre company/a			
Es mostra més autònom i segur			
Imita al seu company/a			
Va adquirint normes de comportament			
Mostra més habilitat			
S'embruta menys			
Mostra iniciativa			
Ajuda els companys/es			
Menja sol			
Col·labora en el preparatius del dinar			

Avaluació de l’activitat

<table>
<tr><td colspan="4">El moment del dinar

Data:

Hora:</td></tr>
<tr><td>Infants que participen</td><td>Temps que dura l’activitat</td><td colspan="2">Materials i estris proposats</td></tr>
<tr><td>Paper de l’adult</td><td colspan="2">Actitud dels infants, com es mostren?</td><td>Ordre a l’hora de donar el dinar a cada infant i posibles canvis</td></tr>
</table>

Avaluació de la tasca educativa

Per avaluar la nostra tasca educativa en el moment del dinar, les educadores, a les reunions d'equip, exposem la nostra visió sobre el tema, algun problema que trobem en el camí, possibles millores,... per tal de poder arribar a acords comuns i/o trobar possibles solucions, i sobretot per, progressivament, millorar la nostra tasca diària i seguir una mateixa línia, per així oferir als infants estabilitat i seguretat.

Una altra forma d'avaluació que emprem sovint és enregistrar en vídeo els diferents moments del dinar i després visionar-ho totes les educadores, per poder comentar i explicar el perquè fem les coses d'aquesta manera, fixar-nos en els detalls que diàriament ens poden passar per alt, compartir els nostres neguits i preocupacions per poder trobar solucions individuals, veure els progressos que anem fent...

I per últim, fem formació continuada sobre aquest tema, per tal de continuar formant-nos, aprenent i millorant. Només d'aquesta manera poder oferir als infants un servei de qualitat i en el qual creiem.

Bibliografia

Llibres:

DAVID, M., APPELL G. (2010): *Lóczy, una insólita atención personal*. Barcelona, Octaedro. Col. Temas de Infancia, 25.

MAJOROS, M., TARDOS, A., FALK, J. (2002): *Menjar.* Barcelona, Octaedro: Rosa Sensat, Col. Padres; 3.

GONZÁLEZ, C. (2010): *Mi niño no me come*. Madrid, Temas de hoy.

JOVÉ, R. (2011): *La crianza feliz.* Madrid, La esfera de los libros.

Articles:

Falk, J., Majoros M., Tardos A. (2001). *Consells sobre el menjar.* Barcelona. Revista infància.

Cartró, C. (2010). *Els àpats.* Barcelona. Revista Guix Infantil.

Tardos, A., Dehelan, E., Szeredi,L. (1986). *Formació dels hàbits dels infants per mitjà de l'actitud dels educadors.* Barcelona. Revista Infància.

Pañella, N., Gutierrez, Ch. *L'alimentació en el primer any de vida.* Barcelona. Revista Infància.

Canals, R., Pich, J. (1998). El desenvolupament del gust, dels 0 als 6 anys. Barcelona. Revista Infància.

Ritscher, P. (2010). *Menjar al detall.* Barcelona. Revista Infància.