

Situació d'aprenentatge¹

Tot i que es proposa un model concret, aquest és un exemple més de l'estructura i els components que pot tenir una planificació a l'educació infantil. Cada escola bressol o escola pot consensuar el seu propi model, i decidir quin s'ajusta millor a les seves necessitats de planificació.

Títol	Quan som a taula
Nivell educatiu / internivell	Infants d'1-2 anys

¹ Les situacions d'aprenentatge són experiències que viuen els infants i que l'equip educatiu utilitza per desenvolupar aprenentatges. Es donen en un context concret, plantegen un repte, pregunta o problema, en sentit ampli, als quals cal donar resposta i sobre els quals intervé l'infant. Estan orientades al desenvolupament de les competències específiques.

DESCRIPCIÓ (context + repte)

Per què aquesta situació d'aprenentatge? Està relacionada amb alguna altra? Quin és el context?² Quin repte planteja?³

Context

L'equip educatiu del grup d'1 a 2 anys ha de preveure com s'organitzarà l'estona del dinar del grup atenent els diferents moments maduratsius dels infants. Una planificació que està oberta a canvis a mesura que els infants vagin adquirint noves habilitats i progressant en la seva autonomia.

A l'inici de curs, i un cop fetes les entrevistes inicials, les famílies ens traslladen en quin moment evolutiu estan els seus fills i filles respecte a l'alimentació. Alguns infants continuen escolaritzats des del curs passat. Al grup hi ha 3 infants que necessiten acompanyament a falda, 4 que es mostren força autònoms i 6 que són autònoms per estar a taula.

L'equip educatiu observa els tarannàs, les preferències i els gustos de cada infant del grup amb relació als àpats durant els primers dies de curs. Arran d'aquestes observacions, detecta la necessitat de reajustar els moments dels àpats per convertir-los en estones organitzades i agradables per esdevenir moments de benestar. Això planteja diferents maneres d'acompanyar els àpats: a la falda i a taula.

Es va configurant en equip com s'acompanyarà l'estona dels àpats del grup, les condicions i els recursos necessaris, quin material és més o menys adient i si és coherent amb el model educatiu del centre.

Aquest plantejament de l'estona del dinar no es pot entendre separat del projecte educatiu de centre, en què el joc autònom és el pilar.

El **repte** que planteja aquesta situació d'aprenentatge als infants és **associar l'estona dels àpats a un moment de gaudi, relació i socialització**, entenent aquest temps com un punt de trobada en què cada infant pugui assolir al seu ritme petites fites, com: familiaritzar-se amb els estris de menjar, assolir una autonomia progressiva en les diferents accions i establir unes relacions socials positives en un ambient de seguretat i benestar.

² Context: conjunt de circumstàncies que expliquen un esdeveniment o una situació i que envolten un individu, un col·lectiu o una comunitat, etc.

³ Un repte és un desafiament que sorgeix d'un interès plantejat pels infants, una pregunta, un problema, l'observació d'un fenomen, una informació o problemàtica de l'entorn proper o de la societat que els cridi l'atenció, una recerca, un encàrrec, un projecte, una necessitat plantejada per un agent extern al grup..., situat en un context. Resoldre'l implica mobilitzar sabers i connectar accions a partir dels quals es desenvolupen capacitats personals.

COMPETÈNCIES ESPECÍFIQUES⁴ I SABERS⁵

Amb la realització d'aquesta situació d'aprenentatge s'afavoreix el desenvolupament d'aquestes competències específiques i d'aquests sabers.

Eix	Competències específiques	Sabers
1	Progressar en el coneixement i el domini del cos, en el moviment i la coordinació, adonant-se de les pròpies possibilitats, per anar desenvolupant autonomia personal i una autoimatge ajustada i positiva.	<p><i>Cos, moviment i autonomia</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Curiositat i interès en l'exploració sensoriomotriu i en les habilitats manipulatives necessàries. - Adquisició d'una progressiva autonomia en situacions quotidianes.
1	Viure les emocions, expressant i reconeixent sentiments i necessitats, per anar creixent en benestar emocional i seguretat afectiva.	<p><i>Desenvolupament de l'afectivitat</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Vivència i expressió d'emocions, sentiments i sensacions. - Disposició per establir relacions afectives positives amb els altres infants i amb les persones adultes amb qui comparteix situacions i activitats quotidianament. - Vivència i expressió de les pròpies necessitats, preferències i interessos. - Col·laboració i ajuda mútua en diferents contextos i moments de la vida quotidiana.
1	Adonar-se de la influència de l'espai i el temps en les situacions de vida quotidiana a partir de les experiències viscudes, per créixer amb seguretat i entendre el món.	<p><i>Orientació en l'espai i l'organització del temps. Gestió dels canvis</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Orientació en les seqüències temporals en què s'organitza la vida diària. - Orientació autònoma en els espais habituals i quotidians i iniciació en l'ús de termes relatius a l'espai (<i>aquí, allà, dins, fora, etc.</i>).

⁴ Aquestes competències són les mateixes que estan referenciades al [Decret 21/2023, de 7 de febrer](#), d'ordenació dels ensenyaments de l'educació infantil.

⁵ Aquests sabers poden ser els mateixos que estan referenciats en el [Decret 21/2023, de 7 de febrer](#), d'educació infantil i que estan organitzats per blocs. També es poden concretar o afegir nous sabers que responen al context proper de l'infant.

Eix	Competències específiques	Sabers
1	Progressar en l'adquisició de normes i hàbits saludables i ecosocialment responsables, guanyant confiança en les pròpies possibilitats i capacitats per construir la pròpia identitat.	<p><i>Hàbits de vida saludable per a l'autocura i la cura de l'entorn</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Identificació i manifestació de les pròpies necessitats fisiològiques. - Participació en les accions quotidianes d'alimentació, higiene personal i descans. - Participació en hàbits sostenibles relacionats amb el benestar corporal, la higiene i la salut.
2	Interpretar, comprendre i expressar missatges, emprant recursos i coneixements basats en la pròpia experiència, per avançar en la comunicació i la construcció de nous aprenentatges.	<p><i>Intenció i elements de la interacció comunicativa</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Desig de comunicar-se com a base de l'intercanvi comunicatiu. <p><i>Comunicació oral. Expressió, comprensió i diàleg</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Expressió de necessitats, sentiments i idees mitjançant la llengua oral.
3	Observar i reconèixer característiques de materials i elements i establir relacions entre ells, mitjançant l'experimentació i la manipulació sensorial, per avançar cap a estructures de pensament cada vegada més complexes desenvolupant habilitats de raonament matemàtic.	<p><i>Diàleg corporal amb l'entorn. Exploració d'objectes i materials</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Reconeixement progressiu de les primeres nocions quantitatives (molt, poc, bastant...) en situacions quotidianes.
4	Avançar en la relació amb els altres en condicions d'igualtat, creant lligams, per construir la pròpia identitat basada en els valors democràtics i de respecte als drets humans.	<p><i>La vida amb els altres</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Transició progressiva del grup familiar al grup social. - Adquisició progressiva d'habilitats socials que facilitin la integració en els diferents grups en els quals participa.

OBJECTIUS D'APRENTATGE I CRITERIS D'AVUACIÓ

<p>Objectius d'aprenentatge⁶ Què volem que aprenguin els infants i per a què? Què esperem aconseguir amb aquesta situació? CAPACITAT + SABER + FINALITAT</p>	<p>Criteris d'avaluació Com sabem que ho han après? ACCIÓ + SABER + CONDICIONS</p>
<p>1. Participar progressivament en l'estona dels àpats per tenir cada cop més autonomia.</p>	<p>1.1. Explorar els aliments, l'ús dels coberts i els estris (got, cullera, forquilla, etc.) durant els àpats, tant en els moments en què necessita que la persona adulta l'ajudi a alimentar-se com en els moments d'autonomia.</p> <p>1.2. Fer arribar els aliments a la boca i intentar menjar-los, a la falda o a taula.</p>
<p>2. Progressar en el procés d'autonomia per mostrar-se cada cop més independent en l'estona dels àpats.</p>	<p>2.1. Mostrar preferències per aliments i ser capaç de triar entre opcions simples en moments de menjar.</p> <p>2.2. Millorar en la seva higiene personal per sentir-se net abans, durant i després dels àpats.</p>
<p>3. Expressar sensacions de gana, set, plaer o desplaer o emocions que viu durant els moments dels àpats per poder comunicar-se i fer-se entendre.</p>	<p>3.1. Manifestar mitjançant gestos, expressions facials o corporals o sons estats com gana, set, plaer o desplaer durant els àpats.</p> <p>3.2. Comunicar-se amb la persona adulta i altres infants mitjançant senyals no verbals com somriures, expressions facials, gestos, plors... durant l'estona dels àpats.</p>
<p>4. Entendre els missatges que rep de la persona adulta i dels altres infants per mantenir-hi una comunicació.</p>	<p>4.1. Mostrar la capacitat de reconèixer indicacions simples de la persona adulta o instruccions senzilles durant moments de comunicació.</p> <p>4.2. Utilitzar gestos, expressions facials o altres senyals per mostrar que ha entès la intenció comunicativa de la persona adulta i dels altres.</p>

⁶ Objectiu. Les competències específiques estan formulades de forma general i convé concretar-les per definir quins seran els aprenentatges que s'adquiriran amb la realització de la situació d'aprenentatge.

<p>Objectius d'aprenentatge⁶ Què volem que aprenguin els infants i per a què? Què esperem aconseguir amb aquesta situació? CAPACITAT + SABER + FINALITAT</p>	<p>Criteris d'avaluació Com sabem que ho han après? ACCIÓ + SABER + CONDICIONS</p>
<p>5. Anticipar els diferents moments i seqüències de l'estona dels àpats per anar guanyant seguretat i confiança.</p>	<p>5.1. Reconèixer les rutines associades als àpats, com la preparació, el moment de seure a taula i el moment de netejar-se després de menjar.</p> <p>5.2. Avançar-se a la seqüència d'accions relacionades amb els àpats, com agafar una cullera quan veu que es prepara l'aliment o preparar-se per a l'hora del dinar quan nota que s'està aproximant.</p> <p>5.3. Comunicar les seves necessitats relacionades amb els àpats, com indicar que té gana o set, de manera prèvia a l'inici de l'àpat.</p>
<p>6. Reconèixer progressivament les normes socials relatives als moments dels àpats per gaudir d'una bona convivència.</p>	<p>6.1. Comprendre algunes de les normes socials bàsiques relacionades amb els àpats, com seure a taula i utilitzar els estris de manera adequada.</p> <p>6.2. Seguir la seqüència dels àpats, com rentar-se les mans abans de menjar o recollir després d'acabar.</p>
<p>7. Establir relacions afectives positives que generin benestar emocional per sentir-se que forma part del grup al qual pertany.</p>	<p>7.1. Relacionar-se amb altres nens i nenes durant els àpats, compartir, esperar el seu torn i participar en activitats socials relacionades amb l'alimentació.</p> <p>7.2. Adaptar-se a canvis en la dinàmica del grup durant els àpats.</p>
<p>8. Gaudir i mostrar curiositat per gustos i textures noves per descobrir diferents qualitats sensorials.</p>	<p>8.1. Explorar noves textures i gustos mitjançant el tacte o la boca.</p> <p>8.2. Mostrar plaer o desplaer emprant expressions facials, sorolls o reaccions físiques quan tasta nous aliments.</p> <p>8.3. Mostrar tolerància a la diversitat de textures i gustos a mesura que avança el curs.</p> <p>8.4. Tenir curiositat i ganes de descobrir aliments nous i les seves característiques sensorials.</p>

DESENVOLUPAMENT DE LA SITUACIÓ D'APRENENTATGE

Quines són les principals decisions respecte a les estratègies metodològiques que es preveuen utilitzar? Quins tipus d'agrupament realitzarem?

A l'hora de planificar l'estona dels àpats, s'ha de considerar el moment evolutiu en què es troba cada infant, el moment vital quan arriba a l'escola i la seguretat que mostra en aquestes situacions de vida quotidiana. Donar valor a l'estona dels àpats com a moment educatiu es traduirà en una bona planificació i organització per generar un espai i un temps de benestar. Un moment educatiu en què l'oportunitat de crear un vincle de qualitat entre la persona adulta i l'infant i entre infants esdevindrà un repte a assolir.

A l'estona dels àpats hi haurà, com a mínim, dues educadores. Cada una d'elles acompanya sempre els mateixos infants en els diferents processos, sigui a taula o a la falda. Cal vetllar també per un cert ritme grupal i alhora ser flexibles en els agrupaments, sense que això vulgui dir que tots fan el mateix en el mateix moment. S'ha de respectar l'apetència, els gustos cap a les textures, les quantitats... Escoltar també les manifestacions dels infants i respectar quan no en vol més o no li agrada.

És necessari crear un clima tranquil i relaxat per gaudir de l'àpat, evitant les esperes innecessàries: menjar en espais confortables i coneguts, utilitzar un mobiliari ergonòmic i material adient a les característiques i processos d'autonomia de tots els infants del grup, i evitar el soroll excessiu i les presses durant el procés. Els espais d'alimentació proporcionen també espais de relació amb la persona adulta referent i amb altres infants, que faciliten vincles en un espai de benestar físic. Les relacions socials s'enforteixen i es generen moments de respecte, de conversa, de complicitat...

Tenint en compte això, es planifica un procés d'alimentació de la falda a la taula amb aquests criteris:

- Respectar i acollir el punt de partida de cadascun dels infants, fent una transició còmoda de l'àmbit familiar a l'escola.
- Respectar les necessitats de descans dels infants d'aquesta edat (migdiades de mig matí).
- Organitzar el procés relacionat amb l'alimentació de manera estable: regularitat en les diverses seqüències i situacions que es repeteixen cada dia, de manera que els infants les tinguin clares, ja que els dona seguretat i ofereix oportunitats per anar assolint autonomia.
- Reduir el temps d'espera llarg entre plat i plat.
- Planificar com s'organitzarà l'estona dels àpats amb infants que mengen a la falda i altres que mengen en una taula baixeta.
- Fomentar una actitud positiva cap al menjar i promoure la col·laboració i la participació dels infants en el procés.
- Establir uns canals de comunicació amb les famílies per compartir els processos i reptes dels seus fills i filles.

L'**avaluació** de la situació d'aprenentatge es basa en l'**observació dels processos dels infants**, d'alguns dels criteris que defineixen la proposta i de la **documentació pedagògica**. Cal anar documentant els canvis que es produeixen: posició del cos, interès per l'aliment, gaudi en l'estona de l'alimentació, reconeixement de les seves necessitats, ús dels diferents estris, identificació dels aliments, preferència de la temperatura de l'àpat...

PROPOSTES D'APRENTATGE I D'AVALUACIÓ

Proposta	Descripció de la proposta d'aprenentatge i d'avaluació
<p>Compartim el que aprenem</p> <p><i>Joc, exploració, manipulació, descoberta...</i></p> <p><i>Què en sabem?</i></p>	<p>L'infant i el moment de menjar</p> <p>Cada infant del grup parteix d'un punt de partida diferent. L'infant, durant tot el curs, però especialment durant el procés de familiarització, es dona a conèixer: mostra les seves necessitats, manifesta les seves preferències i expressa el seu tarannà.</p> <p>L'equip educatiu que acompanya aquest moment està atent, receptiu i disponible i, d'acord amb la informació que ha recollit de les entrevistes i de l'observació sistemàtica de cada infant, planifica, organitza i modifica aquest moment social en funció de la individualitat de cada nen i nena.</p> <p>L'infant i el grup durant els àpats</p> <p>Tot i el fet que cada infant requereix un tracte personalitzat i individualitzat, és cert que el moment dels àpats és de naturalesa social. En un mateix espai i temps tot el grup conviu fent una mateixa activitat: menjar. Potser no alhora, potser no de la mateixa manera, però sí sota un mateix sostre.</p> <p>Aquesta realitat implica establir accions que es repeteixen cada dia en l'abans, el durant i el després: rentar les mans, agafar el pitet, preparar-se per dinar, etc. L'infant és cada vegada més protagonista d'aquest procés. A mesura que el va coneixent, el pot anticipar i pot participar-hi de manera més activa i autònoma amb el pas dels dies.</p> <p>Els infants participaran en aquest procés en funció del seu ritme d'alimentació i del seu punt de partida d'origen:</p> <ul style="list-style-type: none">• Infants a la falda• Infants en petit grup <p>Amb el pas dels dies, cal fixar els criteris de valoració per anar fent la transició de la individualitat al petit grup perquè, en la mesura de les possibilitats de cadascú, tots els infants avancin cap a l'autonomia durant l'estona dels àpats.</p>

Proposta	Descripció de la proposta d'aprenentatge i d'avaluació
	<p>Les transicions</p> <p>L'infant, en funció de la seva autonomia i el seu ritme d'alimentació, acabarà l'estona de l'àpat abans o després. L'equip educatiu ha de preveure, anticipar i organitzar què pot fer durant les transicions i les estones d'espera (inclús per als infants que no dinen a l'escola bressol).</p> <p>L'infant, gràcies a la seqüència d'accions que es repeteixen durant l'estona dels àpats, coneix les seves opcions i se li ofereix l'oportunitat de decidir què vol fer durant les transicions:</p> <ul style="list-style-type: none">• Propostes de joc• Espai de relaxació <p>Perquè l'infant pugui triar si vol jugar una estona mentre s'espera, l'equip educatiu ha de preveure un espai de joc adequat amb unes propostes pensades perquè aquells infants que ja han acabat puguin jugar i posar en marxa la seva capacitat de descoberta, observació, experimentació o manipulació.</p> <p>També cal tenir en compte la necessitat del descans dels infants d'1-2 anys i oferir-los la possibilitat de gaudir d'un racó de calma, o espai de relaxació, perquè puguin anar relaxant-se, reduint estímuls i abaixant pulsacions.</p>
<p>Aprenem.</p> <p><i>Mentre aprenem, anem fent conscients els infants que estem aprenent.</i></p>	<p>Seure a la falda</p> <p>L'infant, quan és a la falda, esdevé un subjecte actiu, participatiu i protagonista del moment. En aquesta posició l'infant adopta una bona postura i busca la comoditat. També indica a la persona adulta que l'acompanya si vol agafar el plat, el got o la segona cullera per iniciar-se a fer-la servir. En tot moment l'infant es comunica amb l'adult i mostra quin és el seu ritme de menjar i la quantitat de gana que té.</p> <p>Paral·lelament, el vincle entre l'infant i la persona adulta va enfortint-se amb el pas dels dies i es va creant una confiança mútua.</p>

Proposta	Descripció de la proposta d'aprenentatge i d'avaluació
	<p>Seure a taula</p> <p>De manera progressiva, l'infant mostra cada vegada més interès per menjar tot sol. Quan l'equip educatiu valora que l'infant se sent preparat per separar-se físicament, el convida a passar de la falda a la taula.</p> <p>Quan és a taula, l'infant maneja els diferents estris (coberts, plat o bol, got, tovalló, pitet...) de manera cada vegada més precisa i segura. També seu i s'aixeca de la <i>cadireta tres posicions</i> de manera autònoma. Durant l'àpat, l'infant comparteix taula amb l'educadora i dos infants més, com a màxim. En aquest espai té l'oportunitat de desenvolupar les seves habilitats socials i relacionals, així com les seves preferències i gustos pels diferents aliments del menú.</p>
<p>Apliquem el que hem après.</p> <p><i>Què hem après? Per a què ens serveix o ens pot servir el que hem après? Per què és útil el que aprenem?</i></p>	<p>Bon profit!</p> <p>L'infant que ha tingut l'oportunitat de fer un procés adequat a les seves característiques vitals (primer a la falda i després a taula, per exemple) comença a prendre consciència del que implica l'alimentació.</p> <p>En primer lloc, cada vegada que viu l'estona dels àpats pot reconèixer la seva necessitat fisiològica ("tinc gana") i apreciar el valor de l'aliment com a font de salut. En segon lloc, pot gaudir del procés de ser cada cop més autònom a l'hora de menjar, i finalment, pot reforçar el vincle que es genera amb les persones adultes de referència i els altres infants.</p> <p>En conjunt, l'infant rep una atenció individualitzada en un entorn col·lectiu, és acompanyat amb cura en un procés d'autonomia complex i té l'oportunitat de jugar de manera autònoma i en grup petit mentre els seus companys i companyes mengen.</p> <p>Fites que l'infant va assolint al llarg del curs:</p> <ul style="list-style-type: none">• L'aliment com a necessitat fisiològica<ul style="list-style-type: none">○ Conèixer el seu cos i les seves necessitats fisiològiques.○ Reconèixer les sensacions del seu cos per saber com satisfer-les (sensació de gana).○ Estimar la quantitat real d'aliment que necessita per sentir-se satisfet.

Proposta	Descripció de la proposta d'aprenentatge i d'avaluació
	<ul style="list-style-type: none">• Relació amb l'aliment<ul style="list-style-type: none">○ Reconèixer els diferents aliments que se li ofereixen.○ Estar motivat per tastar nous aliments i noves textures.○ Gaudir de l'estona de l'alimentació, separant-lo del gust per l'aliment i relacionant-lo amb el vincle que ha generat amb l'estona dels àpats.• Procés d'autonomia<ul style="list-style-type: none">○ Utilitzar els estris: cullera, got, pitet, plat o bol, tovalló...○ Col·laborar o participar en la ingesta d'aliments.○ Entaular-se i aixecar-se autònomament.○ Rentar-se i eixugar-se les mans i la cara, netejar-se mentre menja o demanar estar net, que l'aliment que ingereix no caigui.• El cos i el seu moviment<ul style="list-style-type: none">○ Adequar el seu moviment amb la ingesta de l'aliment seient a la falda o a la cadira.○ Coordinar l'ull i la mà en l'ús dels estris.

MESURES I SUPORTS UNIVERSALS⁷

- Metodologies que possibiliten les formes flexibles de planificació.
- Agrupament flexible dels infants.
- Acompanyament compartit a l'estona dels àpats.
- Ús d'un llenguatge ric, incliusiu i adequat a l'edat dels infants.
- Gestió flexible del temps, els espais i els materials.
- Adaptació del material i dels espais a les característiques físiques i de coordinació oculomanual dels infants.
- Adaptació del mobiliari a les necessitats posturals dels infants.
- Respecte als diferents ritmes i moments evolutius dels infants.
- Ajuda i suport en cas de demanda o necessitat (explícita o implícita).
- Participació de les famílies.

MESURES I SUPORTS ADDITIONALS⁸ O INTENSIVUS⁹

Quines mesures o suports addicionals o intensius es proposen per a cadascun dels alumnes següents:

Alumne/a	Mesura i suport addicional o intensiu

⁷ Les mesures i els suports universals són els que s'adrecen a tot l'alumnat. Han de permetre flexibilitzar el context d'aprenentatge, proporcionar als alumnes i als docents estratègies per minimitzar les barreres d'accés a l'aprenentatge i a la participació que es troben a l'entorn, i garantir la convivència i el compromís de tota la comunitat educativa.

⁸ Les mesures i els suports addicionals s'adrecen a alguns alumnes. Permeten ajustar la resposta educativa de forma flexible, preventiva i temporal, focalitzant la intervenció educativa en aquells aspectes del procés d'aprenentatge que poden comprometre l'avenç personal i escolar.

⁹ Les mesures i els suports intensius són específics per als i les alumnes amb necessitats educatives especials, estan adaptats a la seva singularitat i permeten ajustar la resposta educativa de forma extensa, amb una freqüència regular i, normalment, sense límit temporal.

BIBLIOGRAFIA RECOMANADA

- Agència de Salut Pública de Catalunya. "Acompanyar els àpats dels infants", 2016.
- Agència de Salut Pública de Catalunya. "Alimentació saludable en la primera infància", 2022.
- CANALS, R. i PICH, J. "El desenvolupament del gust, dels 0 als 6 anys". Revista *Infància*. Barcelona, 1998.
- CARTRÓ, C. "Els àpats". Revista *Guix d'Infantil*. Barcelona, 2010.
- DAVID, M. i APPELL G. *Lóczy, una insólita atención personal*. Ed. Octaedro. Col. "Temas de Infancia". Barcelona, 2010.
- EBM Bellmunt i EBM Sant Genís. "Escola 0-3. Una mirada a l'estona dels àpats". Associació de Mestres Rosa Sensat. Barcelona, 2019.
- GONZÁLEZ, C. *Mi niño no me come*. Ed. Temas de Hoy. Madrid, 2010.
- JOVÉ, R. *La crianza feliz*. Ed. La Esfera de los Libros. Madrid, 2011.
- MAJOROS, M; TARDOS, A; FALK, J. "Consells sobre el menjar". Revista *Infància*. Barcelona, 2001.
- MAJOROS, M; TARDOS, A; FALK, J. *Menjar*. Ed. Octaedro. Col. "Padres". Barcelona, 2002.
- PAÑELLA, N. i GUTIÉRREZ, C. "L'alimentació en el primer any de vida". Revista *Infància*. Barcelona, 2009.
- RITSCHER, P. "Menjar al detall". Revista *Infància*. Barcelona, 2010.
- TARDOS, A; DEHELAN, E i SZEREDI, L. "Formació dels hàbits dels infants per mitjà de l'actitud dels educadors". Revista *Infància*. Barcelona, 1986.
- VILARÓ, A. "Escola 0-3. Una mirada a l'estona de dinar". Associació de Mestres Rosa Sensat. Barcelona, 2021.