

## الأدوات المطلوبة

- سيخ كباب، شفاطات
- سكين
- مقشرة خضروات
- مجموعة من الفاكهة، على سبيل المثال الموز، والتفاح المقشر، والبرتقال، وعلبة من الأناناس والعنب

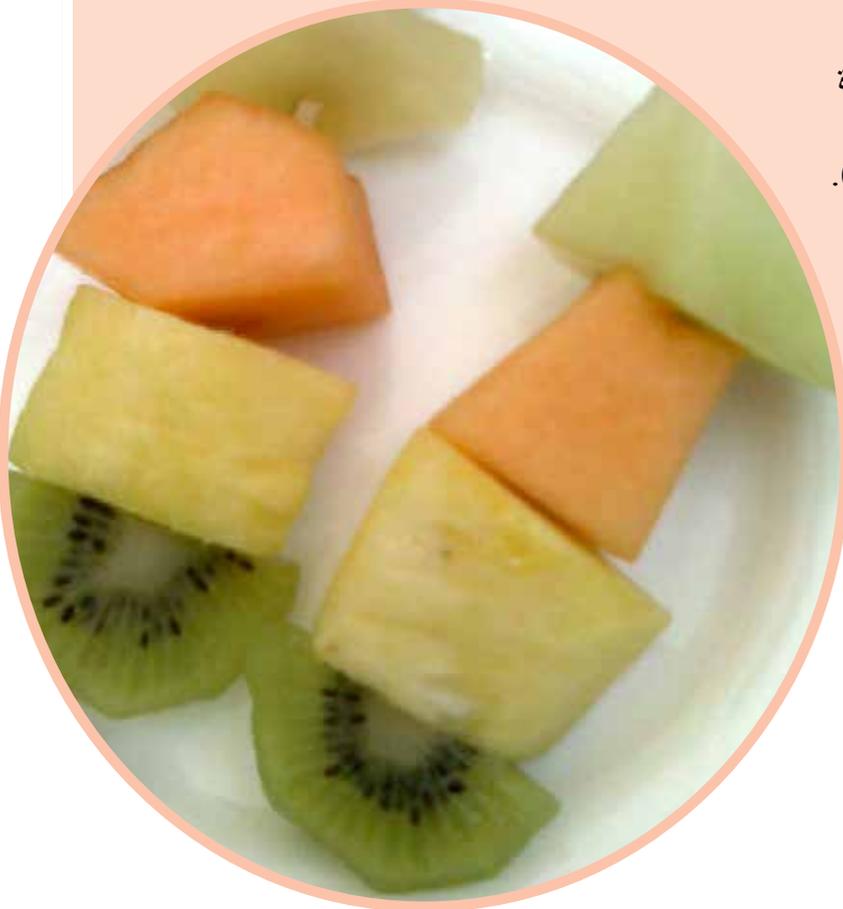
## الإرشادات

اغسلي الفاكهة، ثم قومي بتقشيرها.

قومي بتقطيع الفاكهة إلى قطع صغيرة (ولكن لا تكون صغيرة للغاية بحيث تصبح فُتاتًا بمجرد وضعها في السيخ).

قومي بعمل فتحة في الفاكهة باستخدام السيخ.

وضّحي لطفلك كيف يضع الفاكهة على الشفاطة.



## الاحتياطات

قد يختنق الأطفال من الطعام إذا لم يتم تقطيعه إلى قطع صغيرة.

كوني حذرة مما إذا كان الطفل يعاني من حساسية ضد أي نوع من الطعام.

راقبي هذا النشاط بعناية شديدة، وقومي بتخزين الأدوات بأمان بعد الاستخدام.

## التغييرات

يمكنك إضافة مكعبات الجبنة أو صنع كباب سلطة باستخدام الخيار، والفلفل، والجزر.

يمكنك عمل منحدر لكباب السلطة، باستخدام الزبادي قليل الدسم أو زيت وخل السلطة.

يمكنك استخدام الشفطات المنتئية، والتي تمنع سقوط الفاكهة!

## الفوائد



- الحركة البدنية، تطوير التعاون بين اليد والعين واليد والقدم. تعلم مهارات الحركة الدقيقة.
- إضفاء لون من المرح عند تناول الطعام، لتشجيع الطفل على تذوق نكهات وأطعمة جديدة.