

Owocowe twarze (Food faces)

play@home
start early and
stay active for life

Materiały (Equipment)

- papierowy lub plastikowy talerz
- kawałki warzyw

Instrukcja (Instructions)

Stwórz twarz z kawałków surowych lub gotowanych warzyw.

Pokrój różne warzywa na małe kawałeczki. Użyj do tego papryki, marchwi, selera, pomidorów, czerwonej kapusty, kukurydzy, grochu, brokułów, ogórków. Postaraj się użyć w zabawie różnych kolorów, aby było to interesujące.

Zachęć dziecko, aby stworzyło warzywną twarz na swoim talerzu.



Zróżnicowanie zabawy (Variations)

Użyj owoców i jogurtu do stworzenia owocowej twarzy.

Użyj bułek i warzyw.

Zrób małe pizze, które upieczesz w piekarniku.

Użyj serków topionych, chleba i krakersów z warzywami do przygotowania obiadu bez gotowania.

Zachowanie bezpieczeństwa (Precautions)

Pamiętaj, że dziecko może się zadławić, jeżeli jedzenie nie jest pokrojone na małe kawałki.

Sprawdź, czy dziecko nie jest nadwrażliwe bądź nie ma alergii na zastosowane produkty.



Zalety zabawy (Benefits)

- Rozwój wyobraźni.
- Próbowanie nowego jedzenia, smaków i faktur.
- Rozpoznawanie jedzenia i kolorów.
- Nauka współpracy z innymi.
- Danie dziecku poczucia satysfakcji poprzez przygotowanie własnego posiłku.
- Rozwój zdolności ruchowej poprzez podnoszenie małych kawałków jedzenia co w przyszłości zapoczątkuje w nauce pisanie.