

# 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 zaprocentuje w nauce pisania.