

Drodzy Rodzice!

Jak zapewne Państwo wiedzą, w placówkach montessoriańskich duży nacisk kładzie się na samodzielność dzieci, która wspierana jest zarówno podczas pracy z materiałem, ale także w każdym innym momencie pobytu dziecka w żłobku, przedszkolu czy szkole. Normalnym jest, że dzieci uczą się samodzielnie nakładać sobie posiłki, sprzątać po nich, a często także przyrządzać. I w tym momencie chciałabym się zatrzymać. Czy oznacza to, że dzieci same gotują? Oczywiście nie mówię tutaj o wykwintnych codziennych obiadach. Mowa za to o prostych przepisach, które przystosowane będą do wieku i możliwości dzieci i tak będziemy mogli z kilkulatkami wspólnie przyszykować prosty koktajl, udekorować kanapkę gotowymi już składnikami, a nawet coś upiec, jeśli dobrze się do tego przygotowujemy.

Rodzice często zapominają o tym, by włączyć dziecko do przyrządzania posiłków, mówiąc, że sami zrobią to szybciej, dokładniej i bez tak dużego bałaganu dookoła. Zabierają tym samym dzieciom możliwość rozwoju. Wystarczy dziecku raz na jakiś czas pozwolić sobie pomóc. Dzieci nie tylko dobrze się przy tym bawią, wzmacniają poczucie własnej wartości, ale przede wszystkim kształtują prawidłowe wzorce i uczą się obowiązków, co zostanie z nimi na zawsze.

Jak przygotować otoczenie, by zachęcić dziecko do wspólnego gotowania? O ile to możliwe, blat lub miejsce, przy którym będą Państwo przygotowywać posiłki powinny być na wysokości dziecka. Dla młodszych dzieci polecam tzw. "kitchen helper", czyli specjalny podest. Dziecko powinno wiedzieć, gdzie znajdują się talerze, kubki, sztućce, deski do krojenia itp. Idealnie jest, jeśli w domu wydzielona jest osobna szafka dla dziecka z takimi rzeczami. Z młodszymi dziećmi to rodzice będą oddzielać ile czego należy wlać czy wrzucić, a dziecko może przelewać, przesypywać czy mieszać. Natomiast starsze dzieci chętnie pomogą w odmierzaniu czy innych bardziej precyzyjnych czynnościach.

Polecam serdecznie Państwu wykonać proste instrukcje graficzne, które pozwolą dziecku na samodzielne odczytywanie przepisu.

W Internecie znajdą Państwo mnóstwo ciekawych przepisów na dania, które dzieci będą mogły przygotować samodzielnie lub z niewielką pomocą dorosłych, do czego dziś zachęcam.