

# نشاط رقم 1

**العنوان:** " ماذا سنأكل اليوم؟"

## الهدف:

- أن يتعرّف الطفل كيفية طهو الطعام.
- أن يكتسب مفردات جديدة من أسماء المواد الغذائية.
- أن يشارك الطفل في تحضير وجبة غذائية.

**محور النشاط:** السلامة الشخصية

## أنشطة وحوار حول النص:

- لماذا تجتمع العائلة أيام العطل؟
- ما هي الأنشطة المفضلة التي يمكن أن تقوم بها العائلة، عندما تجتمع يوم العطلة؟
- البحث عن المكونات التي ذكرت في القصة، وتحديد أي منها يؤكل مطبوخاً، وأي منها يؤكل نيئاً.
- لماذا لا يؤكل الدجاج نيئاً؟ لماذا لا تؤكل البطاطا نيئة؟
- هل تحضرون مع عائلاتكم وحيات مثل رائد؟ تحدّثوا عنها؟

**نشاط ممتد:** ندخل مع الطفل المطبخ، ونريه طرق الطهو، فنعمل معه على وضع الماء في القدر، وسلق الأرز، وشيّ الدجاج. نذهب مع الطفل إلى السوق ليختار خضروات طبق السلطة.

يغطي هذا النشاط:

- القدرات والمهارات العقلية
- والمعرفية التالية: المعرفة، التطبيق، الفهم.
- القدرات والمهارات الانفعالية
- والقيمة التالية: التقبّل، الإستجابة .



من مجلة "توتة توتة" العدد 119

## ماذا سنأكل اليوم؟

نص: نصال جوني رسوم: أسامة مرمر

اليوم هو عطلة، والعائلة ستجتمع حول مائدة الغداء. دخل رائد مع أمه المطبخ لتحضير الطعام. سألتها، ماذا سنأكل اليوم؟

أجابته الأم: أنا أذكر المكونات، وطريقة التحضير، وأنت... هيا احزري ما هي أطباقنا لليوم!

- سنأكل الدجاج، البطاطا، والأرز، والسلطة. بعضه سيكون مشويا وبعضه مقليا، صنف منه سيكون مسلوفاً وما بقي نيئا. تعجب رائد وقال: وهل سنأكل الدجاج نيئا أو نقلي الأرز أو نشوي البطاطا ونسلق السلطة؟ سيكون طعاماً غريباً في هذه الحال.

ضحكت الأم وأجابته: وهل هذا مغفول؟ حاول مرة أخرى!

- آه! عرفت! نأكل الدجاج مسلوفاً، والأرز نيئا، والبطاطا مقلياً، والسلطة مشوية.. صح؟ هزت الأم برأسها وقالت: وهل يؤكل الأرز نيئا والسلطة مشوية؟ فكر أكثر. فكر رائد قليلاً، ثم ابتسم وقال لأمه: الآن عرفت ما هي وجبتنا اليوم. - سنشوي الدجاج، ونقلي البطاطا، ونسلق الأرز ونقدم السلطة نيئة طازجة! عانقت الأم ابنها، وقالت: أحسنت.. والآن ساعدني في ترتيب المائدة.

