

Näitä harjoittelen

Uusiin ruokiin tutustumisessa kannattaa käyttää eri aisteja. Mikäli rohkeutta maistamiseen ei vielä ole, on hyödyllistä tutustua harjoiteltavana olevaan ruoka-aineeseen muita aisteja käyttäen. Alla olevaa taulukkoa voi hyödyntää uusien ruokien harjoittelussa. **Kirjatkaa/piirtäkää taulukkoon harjoiteltava ruoka sekä tukkimiehen kirjanpidolla viiva niiden aistien sarakkeeseen, joilla ruokaan tutustuttiin.**

Vinkki! Kasvispeli kotona: Kokoa lautaselle sektoreittain erilaisia kasviksia, marjoja ja hedelmiä esim. 5 kpl. Lapsi heittää noppaa ja liikuttaa pelimerkkiä lautasen ulkopuolella. Kasvis, jonka kohdalle pelimerkki jää, otetaan tutustuttavaksi.

Harjoiteltava ruoka (piirrä tai kirjoita)	 Näkö (Otin lautaselle)	 Tunto (Kokeilin käsin tai kielellä)	 Haju (haistoin)	 Kuulo (kuulostelin suussa, kädessä)	 Maku (maiston)

Sovittu palkinto, kun harjoittelukertoja on kertynyt ____/ruoka