نشير أو نحكي أو نرسم ⋆ البالغ يكتب عند الحاجة

حُلْوٌ أَمْ حَامِض؟

أُخَمِّنُ هَلِ الطَّعَامُ حُلْوٌ أَمْ حَامِض، ثُمَّ أَتَذَوَّقُ وَأَعْرِف.

الْعَسَلُ حُلْو، وَاللَّيْمُونُ حَامِض. اِصْنَعْ وَجْهًا لِكُلِّ وَاحِد

عَسَل

لَيْمُون

أَرْبَعَةُ أَطْعِمَة. خَمِّنْ أَوَّلًا، ثُمَّ ذُقْ قِطْعَةً صَغِيرَة

طَعَامٌ تَأْكُلُهُ مِنْ قَبْلُ فَقَط. عَلَامَةٌ قَبْلَ التَّذَوُّق، وَعَلَامَةٌ بَعْدَه.

	أَظُنُّهُ حُلْوًا	أَظُنُّهُ حَامِضًا	ذُقْتُ: حُلْو	ذُقْتُ: حَامِض
تُفَّاحَة	☐	☐	☐	☐
يُوسُفِيّ	☐	☐	☐	☐
مَوْزَة	☐	☐	☐	☐
طَمَاطِم	☐	☐	☐	☐

لحظات صغيرة نتعلّم فيها معًا

حُلْوٌ أَمْ حَامِض؟

قبل أن تبدأ

شريحة من أربعة أطعمة يأكلها الطفل من قبل: تفّاحة ويوسفيّ وموزة وطماطم مثلًا. أنت من يختار الأطعمة، والحساسيّة معرفتك أنت.

وقت مرن

ابدأ بخمس دقائق. أكمل ما دام الطفل مرتاحًا، وتوقف عند التعب أو الضيق. لا يلزم إنهاء الصفحة.

ثلاث لحظات، بلا امتحان

1. **«الْعَسَلُ حُلْو، وَاللَّيْمُونُ حَامِض. أَرِنِي وَجْهَ الْحَامِض!»**

   اصنعا الوجهين معًا قبل أيّ تذوّق. الكلمتان تدخلان بالوجه قبل اللسان.

2. **«قَبْلَ أَنْ تَذُوق: حُلْوٌ أَمْ حَامِض؟ ضَعْ عَلَامَتَك.»**

   علامة التخمين قبل كلّ طعام، ثمّ قطعة صغيرة، ثمّ علامة النتيجة. لا تقل رأيك أنت.

3. **«أَيُّهَا فَاجَأَك؟»**

   الطماطم غالبًا هي المفاجأة. إن قال إنّها حلوة فهي حلوة؛ لسانه هو الحكم.

إذا احتاج مساعدة

طعامان فقط: حلو واضح وحامض واضح.

إذا أراد المزيد

عند الوجبة القادمة، اسألا عن طعام واحد في الطبق: حلو أم حامض أم شيء آخر؟

ما يستحق أن تلاحظه

هل غيّر رأيه بعد التذوّق أم تمسّك بتخمينه؟ كلاهما طبيعيّ. دوّن الطعام الذي اختلفتما فيه.

دوّن ما جرّبه اليوم، وحده أو بمساعدتك، وعودا إليه يومًا آخر. لا نحكم على قدرة الطفل من جلسة واحدة.