
Montessori w domu – Samodzielność w kuchni

W przedszkolu Montessori bardzo ważne jest tzw. „przygotowane otoczenie” – to znaczy otoczenie sprzyjające rozwojowi dziecka: intelektualnemu, fizycznemu i emocjonalnemu.

Przygotowane otoczenie wspiera dążenie dziecka do samodzielności. Jako rodzice również możemy zadbać o to, by nasz dom był „przygotowanym otoczeniem” dla naszych dzieci.

Zacznijmy od kuchni. Jak sprawić, by już trzylatek mógł sobie sam przygotować małą przekąskę i nalać sobie coś do picia w ciągu dnia, gdy jest spragniony?



Wygospodarujmy małą przestrzeń w szafce lub szufladę odpowiednio nisko położoną, by nasze dziecko miało do niej swobodny dostęp. Umieśćmy tam sztućce, talerzyk, szklankę, miseczkę – wszystko, co potrzebne dziecku do nakrycia stołu. (Pamiętajmy o odpowiednim rozmiarze). Także ze dwa (lub więcej) łatwo otwieralne pojemniczki na zdrowe przekąski (np. suszone morele, rodzynki, orzechy, migdały, płatki kukurydziane itp.) i miarkę do odmierzania, jeśli porcje w pojemniczkach są zbyt duże na jeden posiłek. Jeśli chcemy, by nasze dziecko mogło zrobić sobie samo kanapkę, połączmy tam też kilka kromek chleba w torebce śniadaniowej lub odpowiednim pojemniczku. I nie zapomnijmy o nożu do smarowania masła. Pomyślmy też o tym, jak sprawić, żeby dziecko miało dostęp do wody lub innego napoju – soku, mleka itp. Może to być odpowiedniej wielkości dzbanek z wodą umieszczony na tacy na niskiej półce bądź stoliku. Jeśli napój musi stać w lodówce, postawmy go na dolnej półce tak, by dziecko mogło do niego dosięgnąć. Tam też możemy trzymać jogurty, ser, wędlinę do kanapek, masło, pojemniczek z umyętymi i pokrojonymi świeżymi bądź gotowanymi warzywami. Tu mała dygresja – jeśli nasze dziecko potrafi już kroić warzywa, np. paprykę na paski, to jej nie krójmy. Jeśli dziecko ma dostęp do zlewu i może samo umyć sobie np. jabłko, to pozwólmy mu na tę czynność nie wyręczając go.

Byłoby wspaniale, gdyby w naszej kuchni bądź jadalni znalazło się miejsce na niski stolik i krzeselko dla dziecka. Jeśli jednak jest inaczej, postarajmy się, by dziecko przy dużym „dorosłym” stole miało odpowiednie krzeselko, na które będzie mogło samodzielnie wchodzić i z niego schodzić.

Teraz zastanówmy się czy w naszej kuchni dziecko ma szansę samo posprzątać po posiłku. Czy ma dostęp do ściereczki lub gąbki na wypadek rozlania płynu na stole i na podłodze. Czy wie, gdzie jest szufelka i zmiotka? Czy ma dostęp do zlewu – może przydałby się stopień?



Zachęcajmy dzieci do udziału w przygotowaniach wspólnych posiłków. Przygotujmy dla nich odpowiedniej wielkości fartuszek (zawieszony w dostępnym dla dziecka miejscu) oraz narzędzia kuchenne. Dzieci z radością uczestniczą we wspólnym pieczeniu ciasta, robieniu pizzy, sałatek itp. To nie tylko pomaga im zdobywać nowe umiejętności, ale również buduje silne poczucie bliskości i przynależności do rodziny.

Gdy już przygotujemy odpowiednio kuchnię, pokażmy dziecku jak korzystać z tego, co dla niego przygotowaliśmy. Pamiętajmy, uczmy przez prezentację czynności i przez własny przykład, nie przez poprawianie i upominanie.

Pomóżmy naszym dzieciom zdobyć niezależność.

Zapewnijmy im narzędzia i otoczenie, które promuje samodzielność.

Opracowała: Dominika Wojtyniak