

## Консультация для родителей

### «Готовим и играем с детьми на кухне»



Подготовила: Красильникова Н.А., воспитатель 1к.к.

Вот уж самое НЕ место для игры, так это кухня, можете сказать вы. А мы с вами, конечно, не согласимся. Где мамы проводят так много времени после рабочего дня? Конечно, на кухне – приготовить ужин и обед на завтра, накормить всю семью по очереди (к сожалению, в современной семье редко все собираются за столом в будние дни), перемыть и прибрать, а потом совершенно усталой добраться до дивана и телевизора. А ребенок? Будет ли он ждать, когда у мамы появится второе дыхание, когда она соберется с силами и мыслями и будет готова поиграть, почитать, помечтать? А может, не надо разделять эти процессы во времени и пространстве?

А что, если «играть» с ребенком на кухне? Попробовать вовлечь его в процесс приготовления пищи? «Какая польза от этого?» - спросите вы. Давайте разберемся, стоит ли готовить вместе с детьми. Ответ однозначный – конечно, стоит! На самом деле, причин на то очень много. Во-первых, навык самостоятельной готовки – штука в обычной жизни очень полезная и нужная, чем раньше ребенок освоит это ремесло, тем легче ему будет в будущем.

Во-вторых, во время приготовления пищи, особенно выпечки, у детей развивается мелкая моторика рук. Думаю, многие родители знают, что существует немало детских игр, которые направлены непосредственно на развитие мелкой моторики рук. Если вы будете готовить вместе с детьми, вы избавите себя от необходимости приобретать такие игры в магазине.

В-третьих, это просто очень увлекательно, интересно и весело! Стоит лишь правильно преподнести детский рецепт и любой ребенок, воспримет процесс приготовления пищи, как занимательную игру.

Кстати, утверждение, что процесс приготовления пищи может увлечь только девочек – ошибочное, мальчики тоже с радостью отправятся на кухню для того, чтобы воплотить в жизнь очередной кулинарный шедевр.

## В какие игры можно поиграть с ребенком на кухне?

### «Золушка»

Насыпьте в миску макароны и крупы и предложите ребенку их рассортировать. Посчитайте вместе, сколько разновидностей круп и макарон перемешано в миске. Упражнение хорошо тренирует мелкую моторику.



### «Юный дизайнер»

Предложите ребенку проявить фантазию, украшая ваши блюда. Подготовьте зелень, маслины, ломтики овощей, орехи, варенье и другие «материалы». Из них можно сделать смешные рожицы, цветы, выложить мозаику на приготовленном блюде, и так далее.



«Соломинки»

Возьмите десять пластмассовых соломинок для коктейля, и бросьте на стол. Ребёнок должен осторожно собрать их по одной штучке так, чтобы не сдвинуть лежащие рядом. Посчитайте вместе, сколько соломинок удалось собрать, а сколько осталось?



«Из пустого в порожнее»

Дети любят играть с водой, переливать её из одного сосуда в другой. Если не боитесь луж, дайте своему малышу небьющиеся стаканчики, бутылочки, баночки. Пусть наливает в них воду, сидя на полу над тазиком, или стоя на стуле возле раковины.



Что можно вместе приготовить?



Бутерброды

Это «блюдо» под силу даже малышу 4-5 лет. Конечно, при условии, что мама заранее нарежет все ингредиенты. Процесс приготовления можно превратить в увлекательное соревнование на «самый сказочный бутерброд»



«Канпе»

Схема та же – нарезать продукты и позволить ребенку самостоятельно соорудить кулинарный шедевр для уставшего после работы папы или просто для маленького семейного праздника. Что касается шпажек, можно купить их специально для ребенка веселые и разноцветные.



«Желе»

Больше всего дети любят сладкое и волшебство. Малыши пытаются украсить этот мир и сделать его разнообразным и необычным как для себя, так и для взрослых. Так почему бы не помочь им? С легкостью можно совместить их любимые вещи, сделав красочное, яркое и сладкое чудо.





*Не нужно представлять себе совместную готовку как катастрофу, готовьте как обычно.*

Не следует намеренно усложнять роль ребёнка на кухне. Позвольте ребёнку заниматься тем, что он хочет во время вашей деятельности. Если ребёнок потеряет к этому интерес – не заставляйте его продолжать, но помните, что для него процесс готовки не должен выглядеть чем-то наигранным.

## Волшебный мир экспериментов

Кухня- идеальное место для научной лаборатории. Тут столько можно найти интересных предметов для изучения!

Для детей можно организовать день научных экспериментов с тем, что можно найти на любой кухне. Такие опыты помогут ребенку приоткрыть для себя мир науки и узнать много полезных вещей. Начинайте с самых простых экспериментов, которые помогут взглянуть на обычные вещи под другим углом.

### «Цветные бомбочки из соды»

Что если смешать соду, лимонную кислоту, пищевой краситель, капельку воды, сформировать шарики и бросить в стакан с водой? Будет море удивления и восторга, а так же невероятное чувство волшебства!



### «Как растения пьют воду?»

Возьмите баночки с водой , добавьте в каждую о паре капель пищевого красителя и опустите туда листья пекинской капусты или белые цветы. Постепенно листья будут менять цвет.

При экспериментировании соблюдайте технику безопасности!



**Не забывайте о безопасности!**



На кухне много предметов, которыми ребёнок должен пользоваться с осторожностью. Но это не значит, что нужно с воплями отбирать у малыша вилку, едва он дотронулся до неё. Мама должна научить ребёнка осторожности.

Если вы решили готовить вместе с детьми, продумайте всё заранее. Подберите инструменты и утварь, соответствующие возрасту ребёнка. Объясняйте детям, как обращаться с теми или иными кухонными принадлежностями, не уставайте повторять технику безопасности при работе с плитой, напоминайте, чем опасен горячий чайник.

Но самое главное, не оставляйте детей без присмотра. Ребёнок может проявлять творчество и самостоятельность в кулинарии, но ему всё ещё нужен наставник. Это вы.