



Консультация для родителей.

ГОТОВИМ ДОМА ВМЕСТЕ!

Автор составитель
воспитатель I категории
Демьянова Надежда Анатольевна



«Стоит тебе только
сказать:

— Раз, два, три,
Горшочек, вари!

и он начнет варить вкусную, сладкую кашу.

А скажешь ему:

— Раз, два, три, Больше не вари!
и он перестанет варить».



Всем бы нам хотелось иметь такой горшочек дома. Это отрывок из знаменитой сказки братьев Гримм – «Горшочек каши», любимая детьми и взрослыми. Он варил кашу и прекращал это делать после волшебных слов. Но у нас с вами дома есть маленькие помощники и предлагаю, вам приготовить еду вместе с детьми.

Даже дошкольник может подружиться с рецептами простых блюд и приготовить легкую еду. Было бы желание у вас и ваших детей. Ведь готовка — это творчество, а не скука и она может быть интересной и радостной, которая разовьет не только мелкую моторику, но и воображение, и фантазию, расширит словарный запас, и научит взаимопомощи и работе в команде. А также, это удивительно легкий способ обучения ребенка устному счету и логике (считает количество яиц, ложек сахара, капель лимонного сока, щепоток соли, учиться осознавать время). Кроме того, повышается аппетит привередливых "нехочух", ведь приготовленное собственными руками куда как вкуснее.



Перед тем, как начать готовить – объясните ребенку правила поведения на кухне и правила поведения с приборами. Следите за их соблюдением. Кухня – не место для беготни и баловства, так как здесь много опасных и острых предметов. Купите или сшейте для маленького повара персональный фартук и шапочку.

Приятного вам аппетита и новых рецептов!



С 2-3 лет: моем, сортируем, замешиваем

Прекрасный возраст приобщать ребенка к готовке. Мы можем предложить ему приготовить салат: выбрать овощи, помыть, перемешать салат.



С 4 лет: режем, собираем, придумываем



Пора прививать ребенку навык резать ножом. Дети могут пользоваться ножами безопасно для пальчиков! Самое главное, чтобы ножи были: а) Легкие б) Не слишком острые, со специальной пилочкой в) Удобные для детской ручки. Так у нас дома появился детский безопасный нож Montessori. Фрутоножик или просто Фруножик, Можем предложить приготовить:



Бутерброд - отрезать масло и намазать на булку.



Бургеры - Смазывать булочку и котлету соусом, разложить овощи.



Пиццу - Доверьте ребенку раскатывать тесто и смазывать его томатным соусом.

Резать салат. Столовый нож-пилочка великолепно справится с огурцами.



Чистить морковь. Овощечистки безопасны, учить ими пользоваться можно с 4-5 лет. Начните с моркови, огурца так как их удобнее держать.



Рекомендуемая литература:

1. Книги серии «Дети готовят сами» издательства «Феникс» 2021г.
 - «Школа хрумства и вкусности». Автор Жильцова М.Г.
 - Кондитерский букварь. Автор Иванова Юлия А.
 - "Полезные рецепты вредных вкусностей" Автор: Шатулина Анжелика
2. Книга: «Готовят дети» Серия: «Всё для дома» Издательство: «Дом» (1997)