

Консультация для родителей

«Готовим вместе с ребенком 2-3 лет»



Уважаемые родители!

Оказывается, привлекать ребенка к совместному приготовлению пищи очень полезно еще с ранних лет! Это не только воспитает в нем любовь и умение готовить, но и поможет сформировать правильные черты характера.

Готовить всей семьей — очень весело и интересно! Такое занятие может скрасить приторное времяпровождение мамы у плиты, особенно в условиях самоизоляции в настоящее время. А если совместная готовка еще и поможет в воспитании малыша, так вообще — сказка!

Приготовление пищи — прекрасная возможность привлечь ребенка к труду! Малыш участвует в процессе, а затем видит результат своей работы. Невольно ребенок начнет понимать, что у каждой работы есть свои этапы и конечный результат. Ребенок учиться уважать труд и быть трудолюбивым. Благодаря приготовлению пищи в форме игры, кроха сможет осознать, что всегда, прежде чем что-то получить, нужно потратить время и силы. Ребенок будет знать, что блюдо, которое получается в итоге, состоит из многих продуктов. В детском рационе могут появиться новые вкусы и блюда. Если ребенок отказывается есть какие-то продукты, можно вовлечь его в процесс приготовления, в котором эти компоненты будут присутствовать. Когда кроха почувствует себя полноценным участником этого занятия, он как экспериментатор будет пробовать и присматриваться к новым продуктам питания.

Во время совместного приготовления пищи с ребенком, вы обязательно делаете это весело: шутите, смеетесь, пробуете новые вкусы. При этом каждый из вас вносит свою лепту в общее дело. Развивается любознательность и фантазия малыша. Составьте с ребенком список всех нужных вам продуктов. С детьми до 4 лет можно

клеить картинки продуктов, предварительно вырезав их, как альтернативу обычному списку. Перед началом готовки выложите все ингредиенты на стол и коротко расскажите о них малышу. Например, где берутся яйца, как делают мед. Если ингредиентов много, расскажите за раз только о нескольких, самых интересных для крохи. Давайте малышу трогать, нюхать и пробовать все продукты, это будет развивать сенсорную чувствительность. Оговорите с ребенком его долю участия. Например: «Я сейчас буду резать огурцы, а ты, пожалуйста, пока порви ручками листья салата». Также: Прежде, чем попросить ребенка что-то сделать, показывайте ему, как нужно. И лучше — несколько раз! Объективно учитывайте возраст крохи и то, будет ли ему под силу ваше задание. Начиная с 3 лет, ребенок может перемешивать смесь в миске, разминать ингредиенты в посуде, наливать жидкость из открытой вами бутылки, порезать мягкие продукты специальным детским ножом.

Готовить вместе с ребенком – интересный вид досуга. Привлекайте детей к приготовлению любимых блюд, чтобы с пользой провести время в семейном кругу. Совместная готовка пищи благоприятно влияет на всестороннее развитие ребенка.

Создайте свою традицию – делаем вместе! В процессе и после не забывайте хвалить малыша за новые умения, открытия и желание помочь, но самое главное правило – не принуждайте, не критикуйте, не высказывайтесь слишком резко! И у вас всё получится!

Спасибо за внимание!

Подробнее ознакомится с данным материалом, вы можете в следующих источниках:

1. Туане Ванесса, «Учимся готовить по методике Монтессори», «Эксмо», 2019
2. Голубев А. «Чудим-едим», изд-во «Речь», 2015
3. <https://www.7ya.ru/article/Chto-mozhno-prigotovit-vmeste-s-rebenkom-2017/>

Консультацию подготовила:
Воспитатель
ГБДОУ детский сад № 52
Беккер Наталья Алексеевна