

ГОТОВИМ ВМЕСТІЄ С ДІТЬМИ
/консультація для батьків/



Не в каждом доме бывает, что малыш встал утром с постели, умылся и объявил: «Сегодня я для всех приготовлю завтрак!» Взрослым почему – то кажется, что готовить пищу – это их привилегия, а детям вовсе не под силу сделать бутерброды или салат. Но так ли это?

На самом деле малыши обожают что-нибудь готовить – резать, натирать и смешивать. Современные электрические плиты позволяют маленьким даже варить простейшие блюда: макароны, яйца, сосиски, компот. Стоит один – два раза показать ребенку, как это правильно делается, и он сможет сам себе элементарно готовить пищу. Это важно, так как позволяет малышу сделать еще один шаг к независимости от взрослого, шаг к собственной самостоятельности.

К сожалению, сколько бы педагоги ни уговаривали родителей предоставить их малышу возможность самостоятельно готовить и специально посвятить этому несколько домашних уроков, родители с трудом идут на это. У них вечно нет времени и не хватает должного терпения. Но если набраться того и другого, то вот как можно преподносить детям первые уроки кулинарного искусства.



КАК ДЕЛАЮТ БУТЕРБРОДЫ

Материал. Деревянная доска для нарезки хлеба. Деревянная доска для нарезки сыра и колбасы. Доска для нарезки овощей. Кулинарный мешок для выдавливания масляной смеси или масла. Нож для резки хлеба. Нож для резки овощей. Блюдо для укладывания бутербродов. Фартук. Головной убор. Салфетка для вытирания рук. Принадлежности для уборки стола.

Продукты. Батон, 300 г колбасы, 300 г сыра, 100 г масла. Немного зелени. Огурец, помидор или красный болгарский перец для украшения бутербродов.

Презентация. Ребенок надевает фартук и моет руки. Это же делает и взрослый. Вместе они ставят на рабочий стол все необходимое: материалы и продукты. Взрослый показывает ребенку, как нарезают хлеб, держа нож в правой руке лезвием вниз и другой рукой придерживая батон. После двух – трех кусочков нож передается ребенку, и он работает самостоятельно.

Когда хлеб нарезан, ребенок и взрослый переходят к другой доске, на которой режут колбасу и сыр. Затем взрослый берет кулинарный мешок, наполняет его размягченным маслом и показывает ребенку, как выдавливают масло на хлеб красивым узором. Следом за этим они вместе укладывают на хлеб с маслом кусочки колбасы или сыра и украшают бутерброды ломтиками огурца, перца и зеленью, которую предварительно мелко нарезают. Бутерброды раскладываются на блюде. Ребенок ставит блюдо на обеденный стол.

КАК МОЮТ ЯБЛОКИ

Материал. Клеенчатый фартук; тарелка для невымытых фруктов, в ней 4-5 яблок средней величины; пластмассовый кувшин, 2 пластмассовых тазика – один для мытья, другой для ополаскивания фруктов; круглая щеточка для мытья фруктов на блюде; глубокая тарелка для вымытых мокрых фруктов; полотенце для вытирания фруктов; блюдо для чистых вытертых фруктов; тряпочка для вытирания со стола; возможно – полотенце для рук, пластмассовое ведро, щетка для чистки ведра, тряпка для пола. Весь комплект должен быть одного цвета.

Цели. *Прямая.* Ребенок учится мыть фрукты.

Косвенная. Анализ сложных движений, запоминание последовательности действий, контроль и координация движений, развитие самостоятельности, тренировка пальцев и запястья.

Презентация.

1. Материалы располагают на столе слева направо в следующем порядке: свернутый клеенчатый фартук, глубокая тарелка с невымытыми яблоками, тазик для мытья фруктов, в нем – кувшин, повернутый ручкой к переднему краю стола, щеточка для мытья фруктов на блюде, тазик для ополаскивания фруктов, тарелка для вымытых мокрых фруктов, полотенце для вытирания фруктов, блюдо для чистых вытертых фруктов, тряпочка для вытирания стола, над ним – полотенце для рук. Под столом ставится ведро со щеткой для его чистки. На его краю вешают тряпку для пола.
2. Взрослый: «Красивые яблоки? Тебе хотелось бы такие съесть? Но они грязные. Их надо сначала вымыть! Я покажу тебе, как это делают, а затем попробуешь ты».

3. Взрослый надевает фартук и закатывает рукава. Он берет кувшин, приносит в нем прохладную воду из – под крана и наливает ее в тазик. Потом предлагает ребенку опустить руку в воду и говорит: «Вода прохладная».
4. Взрослый берет яблоко и кладет его в таз для мытья фруктов. Обеими руками он поливает яблоко водой и трет его пальцами, предварительно смывая грязь.
- 5.левой рукой взрослый придерживает яблоко, а правой берет щеточку для мытья фруктов. Круговыми движениями щеточки он трет яблоко, смывая с него грязь.левой рукой он поворачивает яблоко так, чтобы его можно было тщательно помыть со всех сторон.
6. Взрослый аккуратно стряхивает капли воды со щетки и кладет ее обратно на блюдо. Он вынимает яблоко из воды, ждет, пока с него стекут капли, и кладет в тазик для ополаскивания. Он говорит: «Мы помыли яблоко, теперь ополаскиваем его».
7. Обеими руками взрослый поливает яблоко чистой водой, ополаскивая его. Затем вынимает яблоко из воды, ждет, пока с него стекут капли, и кладет его в тарелку для мокрых фруктов.
8. Взрослый берет полотенце для вытирания фруктов правой рукой, а левой – яблоко; кладет яблоко на полотенце и тщательно вытирает его полотенцем.
9. По окончании работы взрослый показывает ребенку яблоко и говорит: «Яблоко чистое и сухое». Он кладет яблоко на блюдо для сухих вымытых фруктов.
10. Взрослый предлагает ребенку самостоятельно вымыть и вытереть другое яблоко.
11. Работа завершается процессом уборки.



КАК ДЕЛАЮТ САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ И ФРУКТОВ

Материал. Большая деревянная доска для нарезки овощей и фруктов. Нож для чистки кожуры. Нож для резки овощей и фруктов. Терка с различными лезвиями. Миска для натертого салата. Миска для мытья овощей и фруктов. Полотенце. Салфетка. Ведро для отходов.

Продукты. 3-4 морковки. Небольшой кочан капусты. 3-4 средних по величине яблока. Горсть изюма. Заправочная смесь в бутылке. Зелень для украшения салата.

Презентация. Ребенок и взрослый надевают фартуки и моют руки. Они приносят на рабочий стол все необходимые для приготовления салата материалы. Прежде всего фрукты и овощи моются в миске и укладываются на салфетку.

Затем взрослый показывает ребенку, как с помощью специального ножа чистят шкурку у яблока. Ребенок повторяет движения взрослого и чистит яблоко самостоятельно. Ему показывают, как можно нарезать яблоко, и он делает это. Все нарезанное складывается в миску для салата, а шкурки и отходы (сердцевина яблока) в ведро для отходов.

Ребенок и взрослый приступают к резке капусты. Сначала взрослый показывает, как это делается, а потом ребенок режет капусту самостоятельно. Верхние листья капусты выбрасываются в ведро.

Затем приступаем к обработке моркови. Взрослый показывает, как с помощью специального ножа уже вымытую морковку очищают от кожуры. Ребенок пробует делать это самостоятельно. Потом морковку натирают на крупной терке и на терке поменьше, чтобы малыш мог сравнить величину морковной стружки. Натертая морковь, так же как и остальные фрукты – овощи, складывается в миску для салата.

Вместе с ребенком теперь можно вымыть изюм в 2-3 водах и, перемешивая готовый салат, добавить в него заправку. Можно немного подсластить и подсолить его. Уже готовый салат украшается зеленью и ставится на обеденный стол.

