

KIDS *in the* KITCHEN

Having children help in the kitchen with small jobs provides hands-on experiences that develop fine motor skills, eye hand coordination and early concepts of math and science.



SKILLS FOR SCHOOL

- THINKING
- SORTING
- SPEAKING
- LISTENING
- FOCUSING
- COOPERATION

Activity

Find an old container such as a recycled plastic bottle or milk carton. Poke at least one hole in the bottom for drainage.

INFANTS: The best way to involve infants in cooking is to bring them into the kitchen while you cook to observe. Involve them by providing wooden spoons, whisks or non-breakable bowls to bang around and describe what you are doing by talking to them. Engage the senses by letting them smell and touch the ingredients as you cook.

TODDLERS: Children at 2-years old can help wipe tables, rinse vegetables or fruits, tear greens into pieces, put things in the trash and hand items to the adult to put away.

PRESCHOOLERS: At this age children can talk about cooking, squeeze lemons or oranges, cut soft foods with a plastic knife, add ingredients, stir the mixture and set the table.

SCHOOL-AGE: Older children have learned to read recipes aloud or might have even created their own recipe to try in the kitchen. They can grease a baking pan, scoop batter into muffin tins, make their own sandwich or snack.

Book suggestions

[What Can I Taste?](#) by Annie Kubler

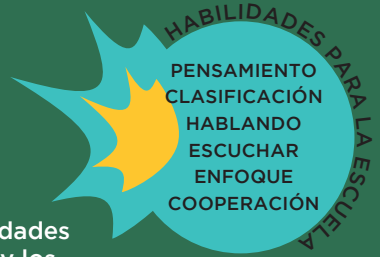
[Llama Llama Yum Yum Yum!](#) by Anna Dewdney

[Eating the Alphabet](#) by Lois Ehlert

[Little Chef](#) by Matt Shine & Elisabeth Weinberg

NIÑOS EN LA COCINA

Experiencias prácticas que desarrollan habilidades motoras finas, coordinación entre las manos y los primeros conceptos de matemáticas y ciencias.



Actividad

BEBÉS: la mejor manera de involucrar a los bebés en la cocina es llevarlos a la cocina mientras cocina para observar. Involúcrelos proporcionándoles cucharas de madera, batidores o tazones no rompibles para golpear y describir lo que está haciendo hablando con ellos. Involucra los sentidos dejándolos oler y tocar los ingredientes mientras cocina.

NIÑOS PEQUEÑOS: los niños de 2 años pueden ayudar a limpiar las mesas, enjuagar vegetales o frutas, romper las verduras en pedazos, poner las cosas en la basura y entregar los artículos al adulto para que los guarde.

PREESCOLAR: a esta edad, los niños pueden hablar sobre cocinar, exprimir limones o naranjas, cortar alimentos blandos con un cuchillo de plástico, agregar ingredientes, remover la mezcla y poner la mesa.

EDAD ESCOLAR: los niños mayores han aprendido a leer recetas en voz alta o incluso podrían haber creado su propia receta para probar en la cocina. Pueden engrasar un molde para hornear, colocar la masa en moldes para muffins, hacer su propio sándwich o merienda.

Sugerencias de libros

¿Qué puedo probar? por Annie Kubler

Llama Llama Yum Yum Yum! por Anna Dewdney

Comiendo el alfabeto de Lois Ehlert

Little Chef por Matt Shine y Elisabeth Weinberg