

Niños En La Cocina ¿Por qué hacerlo?

Cocinar con niños pequeños requiere tiempo y mucha paciencia, pero aún sus niños aprenderán mucho si los deja ayudar en la cocina. (Solamente haga usted esto cuando tenga suficiente tiempo, no cuando este apresurada a tener la comida hecha. ¡Esta actividad debe de ser divertida para todos!) Actividades en la cocina se pueden hacer con niños de edades de 2 años para arriba.

¿Por qué debe cocinar con sus niños? Porque ellos aprenderán lo siguiente:

- 1. Conceptos de matemáticas básicas:** Pregúntale a su niño, "¿Qué debemos hacer primero, segundo, al último?" para enseñarle habilidades de secuencia. Compare cantidades y hable de más o menos cuando está midiendo los ingredientes. Niños de edades preescolares pueden ayudar a medir y aprender la diferencia entre media taza y taza entera.
- 2. Como seguir instrucciones:** Enseñe a su niño que está siguiendo las instrucciones para que salga bien la receta.
- 3. Causa y efecto:** Su niño aprenderá lo que sucede cuando se mezcla ingredientes secos con ingredientes mojados. También aprenderá como los ingredientes cambian cuando se calientan, y lo que pasa cuando se enfrien. Su niño también aumentará su comprensión de conceptos como caliente y frio, mojado y seco, y duro y blando.
- 4. Vocabulario:** Cocinar incluye palabras como mezclar, masa, batir, y hornear que pueden ser palabras nuevas para su niño.
- 5. Cooperación:** Cocinar con un grupo pequeño de niños los enseña a tomar su turno y a ayudar todos con la limpieza.