



Z domu nie wyjdziemy - razem gotujemy.

Zachęcając dzieci do pozostania w domu i wychodząc naprzeciw potrzebom rodziców, którzy chcą wypełnić im czas, proponuję zabawy – tym razem w kuchni.

Nie od dziś wiadomo, że wspólne działania zbliżają ludzi. Tak również może być ze wspólnym gotowaniem czy przygotowaniem potraw.

Oczywiście królestwo (najczęściej) mamy jest jak *terra incognita*. Jest więc okazja, by uczyć dzieci nowych pojęć (np. gryczana, majeranek). Tu również możemy wprowadzać klasyfikację obiektów (mąka ziemniaczana, pszenna, kasza gryczana, jęczmienna, manna itd.), formowanie kategorii (płynne, sypkie itp.).

Tylko niewielka część dzieci nie lubi wyrabiania ciasta, dotykania różnych faktur. Jednak nawet dzieci z zaburzeniami integracji sensorycznej mogą stopniowo nabrać upodobania w tej kwestii. Możemy więc zaproponować dzieciom wyrabianie przeciśniętych przez praskę ziemniaków. W tym wypadku temperatura (ciepłe ziemniaki) dodatkowo stymuluje dotyk, gdyż ważnym elementem zabawy w kuchni jest możliwość dotykania rozmaitych tekstur o różnej temperaturze.

Prace w kuchni mogą stać się też okazją do wyrabiania prawidłowego chwytu pęsetowego. Sytuacja gdy dziecko układa, przekłada drobne elementy sprzyja trzymaniu ich między opuszkami paliczków dalszych kciuka i palca II. Doskonalenie tej umiejętności przyda się na pewno w szkole i ułatwi pisanie.

Nie ma przygotowania jedzenia bez wysiłku! Czasem potrzeba uciskania, ugniatania, uderzania pięścią, rolowania itp. czynności. To świetne ćwiczenie ręki choć w niezmiernie ciekawszej formie.

Kuchnia to również miejsce, gdzie możemy się uczyć matematyki, nawet jeśli to będzie liczenie do trzech czy wprowadzenie pojęcia *pół*, *połowa*. Starszym dzieciom proponujemy zaznajomienie się z wagą, jednostki miary produktów sypkich czy płynów (jednostki masy i objętości). Przy okazji świetna zabawa w przesypywanie, przelewanie, dosypywanie i dolewanie do określonej miary.

Wartością dodaną takiej zabawy jest możliwość smakowania (stymulacja zmysłu smaku) i waczenia (stymulacja zmysłu powonienia). To również okazja, by poćwiczyć narządy mowy (oblizywanie, połykanie, mlaskanie itp..) Spożywanie przygotowanych w ten sposób potraw jest również wspaniałą nagrodą (nawet niejadki mogą nabrać się na taki fortel).

To tylko przykłady korzyści płynących z zabawy w kuchni oraz jej różnorodności.

W kolejnym artykule kilka inspirujących propozycji.

Barbara Cyl
neurologopeda

Obrazek pochodzi ze strony:

<http://kathytemean.wordpress.com/2014/06/28/illustrator-saturday-craig-cameron/>