

## Учим детей пользоваться кухонным ножом



1. Подготовьте пространство, так, чтобы ребенку было удобно (учитываем, что высота кухонных столов рассчитана на взрослых, а не на детей).

2. Если ребенок только учится пользоваться ножом, возьмите для тренировки мягкие продукты — очищенный банан, например.

Только когда ребенок будет без проблем нарезать отваренные овощи и мякоть фруктов, переходите к

твердым продуктам (таким как огурец, кабачок).



3. Выбирайте продукты среднего размера (очищенный банан, отваренная морковь), потом переходите к мелким (клубника, виноградины), потом — к крупным (баклажан, кабачок).



5. Начинайте с продуктов простой формы (таких как огурец) и только потом переходите к круглым продуктам (таким как помидор).

6. Не забывайте о безопасности. Научите ребенка, как правильно держать ручку ножа, как правильно передавать нож, куда и как положить нож после использования.



7. Учите ребенка на продуктах, которые он сам потом будет есть, или на таких, которые вы вместе выбрали магазине (или на рынке). Вместе приготовьте вкусное блюдо, например, фруктовый салат с детским йогуртом — так ребенку будет еще

интереснее.

Кстати, один из способов привить ребенку любовь к овощам и фруктам — это вместе выбрать овощи и фрукты, вместе с ребенком их вымыть и вместе нарезать (или приготовить — в зависимости от продукта).

8. Помните о себе. Лучше чем вы, вашего ребенка не знает никто. И если вы нервничаете при мысли, что ребенок будет пользоваться ножом, и чувствуете, что ему рано, то, возможно, вы правы. В любом случае, вы всегда можете начать с пластиковых или детских ножей — решение за вами.



9. Не забывайте хвалить ребенка. Какой бы ни была помощь ребенка, обязательно хвалите его — даже за попытку. Ведь так важно, чтобы помощь на кухне ассоциировалась у вашего помощника с положительными эмоциями.

Рекомендации подготовлены  
Антоновой Людмилой Васильевной  
в рамках реализации  
краткосрочной программы дополнительного образования  
«Творчество. Игра. Развитие. Вместе с мамой»  
МБУ ДО г. Ульяновска «Детско-юношеский центр «Планета»  
реализуемой с применением дистанционного и /или электронного  
обучения

