

~ Minor Tips for Major Skills ~

"Cooking with Family"

Did you know that cooking with your child can help enrich so many areas of your child's life? The time spent together can promote a positive relationship between you and your child and can help create long lasting memories! With a little flexibility and patience, this can be a fun adventure for you and your family!

Age Appropriate Tasks



- Stirring pancake batter
- Tearing lettuce
- Adding ingredients such as sugar, flour, or water
- Assembling a pizza or a burrito
- Rolling out tortillas or cookie dough
- Using a cookie cutter to cut out cookies from dough or mold cookies with hands

**** For safety reasons, you should be in the kitchen with your child at all times, supervising and monitoring progress. Children should not use sharp objects or any other unfitting kitchen tools. ****

This activity can also help build a variety of skills by:

- Introducing new words to your child's vocabulary and promoting literacy
- Helping your child explore with their senses such as hearing the different sounds in the kitchen, different smells, the way different foods feel, look, and taste
- Providing an opportunity for your child to gain a sense of accomplishment
- Offering an opportunity for your child to help clean up after a task
- Exploring different foods from your culture; Or creating an opportunity to explore foods from other cultures

Helpful Hints

- Remember to be flexible and patient, as your child is working at his or her skill level
- Start small and keep it fun! Your child may only want to do this activity for 5 or 10 minutes, and that is ok!
- Give your child tasks that he or she is able to do
- **Safety is the #1 priority! Keep the activity safe by supervising your child at all times.**
- Keep in mind that messes are ok because they can always be cleaned up!
- Most importantly, remember to just have fun and make it an enjoyable experience for everyone involved!

~ Consejos Menores para Habilidades Mayores ~

"Cocinando con Familia"

¿Sabía que cocinar con su hijo puede ayudar a enriquecer muchas áreas de la vida de su hijo? ¡El tiempo que pasen juntos puede promover una relación positiva entre usted y su hijo y puede ayudar a crear recuerdos duraderos! Con un poco de flexibilidad y paciencia, ¡esta puede ser una divertida aventura para usted y su familia!

Tareas Apropriadas para la Edad

- Revolver la masa para panqueques
- Desgarrar lechuga
- Agregar ingredientes como azúcar, harina o agua
- Ensamblar una pizza o un burrito
- Estirar la masa de tortillas o masa para galletas
- Usar un cortador de galletas para cortar las galletas de la masa o moldear las galletas con las manos.



**** Por razones de seguridad, debe estar en la cocina con su hijo en todo momento, supervisando y monitoreando el progreso. Los niños no deben utilizar cosas afiladas ni ningún otro utensilio de cocina inadecuado. ****

Esta actividad también puede ayudar a edificar una variedad de habilidades al:

- Introducir nuevas palabras en el vocabulario de su hijo y promover la alfabetización.
- Ayudar a su hijo a explorar con sus sentidos, como escuchar los diferentes sonidos en la cocina, los diferentes olores, la forma en que se sienten, se ven y saben los diferentes alimentos.
- Brindar una oportunidad para que su hijo obtenga un sentido de logro.
- Ofrecer una oportunidad para que su hijo ayude a limpiar después de una tarea.
- Explorar diferentes alimentos de su cultura; O crear una oportunidad para explorar alimentos de otras culturas.

Consejos Útiles

- Recuerde ser flexible y paciente, ya que su hijo está trabajando a su nivel de habilidad.
- ¡Empiece con algo pequeño y manténgalo divertido! Es posible que su hijo solo quiera hacer esta actividad durante 5 o 10 minutos, ¡y eso está bien!
- Dele a su hijo tareas que pueda hacer.
- **¡La seguridad es la prioridad # 1! Mantenga la actividad segura supervisando a su hijo en todo momento.**
- Tenga en la mente que el desorden está bien porque siempre se puede limpiar.
- ¡Lo más importante es que recuerde divertirse y que sea una experiencia agradable para todos tomando parte!