



부모님과 함께 하는 요리 부모교육자료

교무실
☎273-0334

우)54838

전주시 덕진구 송천1길 10

FAX) 063-715-3335

요리는 다양한 식재료를 탐색하며 오감과 두뇌발달을 기를 수 있는 활동입니다. 또한 편식하는 아이들에게 다양한 음식에 대해 경험할 수 있도록 합니다. 가정의달 5월에는 가정에서 아이들의 상상력을 키울 수 있는 요리활동을 함께 해보면서 서로 교감하는 시간을 보내면 좋겠습니다.

메뉴를 정해요

메뉴를 선택할 때는 재료 가짓수가 너무 많지 않으며(2~3가지가 적당), 만드는 과정도 복잡하지 않는 것으로 정해서 아이가 쉽고 재미있게 활동할 수 있도록 배려해 주세요.

필요한 재료를 구입해요

메뉴를 결정하면 아이와 함께 필요한 식재료를 메모지에 적어 마트(시장)에 갑니다. 재료를 구입할 때는 세척이나 손질이 되어 있는 것보다 자연그대로의 것을 구입 해주세요. 요리를 하면서 재료의 크기, 모양, 색깔 등이 변해가는 과정을 보는 것도 좋은 교육이 됩니다.

재료를 손질해요

흙이 묻은 야채를 씻고 손질하는 것까지 요리의 모든 과정을 아이와 함께 해주세요. 아이는 재료를 손질하면서 시각, 촉각 등 다양한 감각이 발달합니다.

요리를 해요

부모님은 위험한 상황이 생기지 않도록 지켜보며 아이가 요리에 적극적으로 참여할 수 있도록 적절한 질문을 던져주세요. 잔소리, 참견을 피하고, 부모가 아이의 요리 활동을 대신하지 않도록 주의해주세요.

맛있게 먹어요

아이가 만든 요리를 함께 먹으며 이야기를 나눠보세요. 요리에 이름을 붙이거나 어떤 맛이 나는지 이야기 해보고 완성된 요리사진, 맛있게 먹는 사진을 찍어보는 것도 좋습니다.

활동 평가하기

함께 찍은 사진을 보며 재미있었던 점, 어려웠던 점, 아쉬웠던 점 등에 대해 이야기 나누어 보세요. 부모님과 함께 요리한 경험과 느꼈던 감정 등이 오랫동안 행복한 기억으로 남게 될 것입니다.

2025 5. 2.



전주송천초등학교병설유치원