

# 子どものお菓子作りは 英才教育にも勝る？！



お菓子作りと子どもの学習能力を調査する実験がケンブリッジ大学であったそうです。

6歳児の子どもを対象に週に2回お菓子作りをするチームとドリルやクイズ、パズルなどをするチームに分かれて過ごしたところ、10歳になった時の「集中力」「計画性」「物語創作力（作文など）」がお菓子作りをしていた子の方が**約2倍**も高かったという結果が出たそうです。

また、3歳児の一般的な集中力は30秒～1分でしたがお菓子作りをしている時は約2分集中することが分かったそうです。

## お菓子作りのメリット

### 【集中力 UP】

- 手先を使った作業をすると、脳の前頭葉が活発的に働き行動の開始や抑制などをすることが出来るようになる。
- 前頭葉が活発になると生活をする上で必要な情報の処理、計画をしての処理、判断をすることが出来るようになる。

### 【計画性 UP】

- お菓子作りでは焼くための余熱、ケーキを膨らますための泡立てなどの計画的に工程を進めるため、計画性が身に着く。

### 【物語創作力 UP】

- 出来上りを想像しながら手作業をする。→手作業が集中力も UP させる。
- 成功 or 失敗を想像しながら作る。

## 子どもと作るポイント♪

- 子どもとコミュニケーションしながら子が自分で出来るものを選ぶ
- 簡単な「粉を入れる」「牛乳を入れる」などの単純作業の物を選ぶ

子どもとキッチンに立つことは少しためらってしまうことも多いと思いますが、簡単なものから挑戦してみてもいいかもしれません。

また、園のクッキングでも一緒に計画をしたり計量カップや測りを使って材料の量を感じたりすることも取り入れていきたいと思いました。

(ひな子)

Let's try!!



園のおやつで人気のマシュマロおこしの  
作り方動画です♪  
子どもと一緒に作ってみてはいかがでしょうか♪