



Ready To Learn

Iowa Public Television 

El triángulo del aprendizaje

Atraje la atención de los niños en el tema – actividades relacionadas con este en cualquier orden y en cualquier momento. Señalar las conexiones entre el segmento que ellos VEN, el libro que LEEN, y la actividad que HACEN. La repetición y variedad de los medios utilizados reforzarán el concepto y habilidades con los niños.

Comida

Mayo 2007

Una buena nutrición y una dieta balanceada ayudarán a los niños a crecer saludables. Usted puede ayudar haciendo que sea fácil para los niños escoger un bocadillo saludable. Tenga disponible, frutas, vegetales y otros bocadillos saludables listos para comer. Tenga una canasta especial llena de bocadillos saludables de donde puedan escoger. Otros buenos bocadillos incluyen yogurt, crema de cacahuete, apio, leche o galletas de trigo entero y queso. Ayude a los niños a aprender a tomar buenas decisiones al elegir comida saludable limitando la comida rápida, bebidas azucaradas, papitas y dulces. Como proveedora de cuidado usted es un ejemplo muy importante para los niños. Si los niños la ven disfrutando de bocadillos saludables y actividad física, ellos tenderán a querer hacer lo mismo ahora y por el resto de su vida.

VEA

Berenstain Bears/Los Osos Berenstain – Mucha comida chatarra #106b

- Lunes 28 de Mayo, 2007 al medio día.

Papa y los cachorros deciden entrenar juntos para la Carrera de Campo Anual de Osos, pero se dan cuenta de que su nivel de en su participación no ha mejorado como debería. El Dr. Grizzly les informa que el ejercicio es importante, pero también una dieta saludable. Cuando Papa y los cachorros hacen a un lado la comida chatarra y comen comidas más nutritivas, su nivel de energía les da la fuerza que necesitan para correr una larga carrera.

Arthur – Binky se vuelve loco #910a

- Martes 29 de mayo, 2007 a las 6:30 a.m. y 4:30 p.m.
- Cuando Binky descubre que es alérgico a los cacahuates, tiene demasiadas preguntas: ¿Se verá obligado a vivir sin poder comer comida China? ¿Podrá seguir comiendo con sus amigos? Y lo más importante ¿Se calmará su mamá? Binky aprende que la mejor manera de no volverse loco es el estar bien informado, y entender su alergia. **Después de la historia**, Kellie y Kristen, quienes son alérgicos a las nueces, dan un paseo en su tienda de dulces casera y demuestran que los chocolates sin nueces pueden ser deliciosos.

Tema:

Comida

Qué quiero que
El niño aprenda:

LEA

- *Bread, Bread, Bread* por Ann Morris
- *Eat!* por Roberta Grobel Intrater (Disponible en Español.)
- *The Very Hungry Caterpillar* by Eric Carle (Available in Spanish.)
- *If You Give a Mouse a Cookie* por Laura Joffe Numeroff (Disponible en Español.)
- *Pancakes for Breakfast* por Tomie de Paola (Wordless book.)
- *Pizza Party* por Grace Maccarone (Disponible en Español.)

HAGA

- ¿Comida saludable contra comida chatarra? Encuentre fotos de comida saludable y no saludable de revistas, propaganda, periódico, etc. En una hoja de papel escriba “Comida Saludable” y dibuje una luz de semáforo verde. En otro papel escriba “Comida Chatarra” y dibuje una luz de semáforo amarilla.
- Saludable: Señale la luz verde y pregunte: *¿Qué significa la luz verde?* (Avanzar.) Los niños deben sentirse libres de avanzar y comer gran cantidad de comidas saludables. Ayude a los niños a elegir y pegar dos o tres fotos de comida saludable en el papel.
- Chatarra: Señale la luz amarilla y pregunte: *¿Qué significa la luz amarilla?* (controlarse y prepararse a detenerse.) Explique que solo debemos comer comida chatarra de vez en cuando. Ayude a los niños a seleccionar y pegar dos o tres fotos de comida chatarra (ejemplo, dulces, papitas, refrescos) en el papel.
- Siga separando fotos de comida mientras conversa acerca de hábitos saludables en las comidas. Haga preguntas como: *¿Qué clase de alimentos debemos comer?* *¿Cómo podemos mantener fuerte nuestro cuerpo?*
- Jueguen a la tiendita y hable de las diferentes comidas que vende o compra. “Este es un pan. Lo voy a poner en nuestra canasta. ¿Quién come pan? ¿Qué puedes hacer con pan?” “Estas son zanahorias. ¿A quién le gusta comer zanahorias?” Las zanahorias son una fruta o vegetal?”
- Haga un libro del alfabeto con comidas saludables. Motive a los niños a pensar en comidas saludables que comiencen con diferentes letras. Coloque una letra y comida en cada página. Por ejemplo, A para apio. B para broccoli. C para calabaza. Cuando su libro del alfabeto este terminado. Diviértanse leyéndolo juntos.

Idea del Mes

Planee lo que su niño vera en la TV: En lugar de cambiar de canales, utilice una guía de programación y las clasificaciones de los programas para que lo ayuden a usted y su niño a elegir los programas. Encienda la TV para ver el programa seleccionado y apáguela cuando este se termine.