

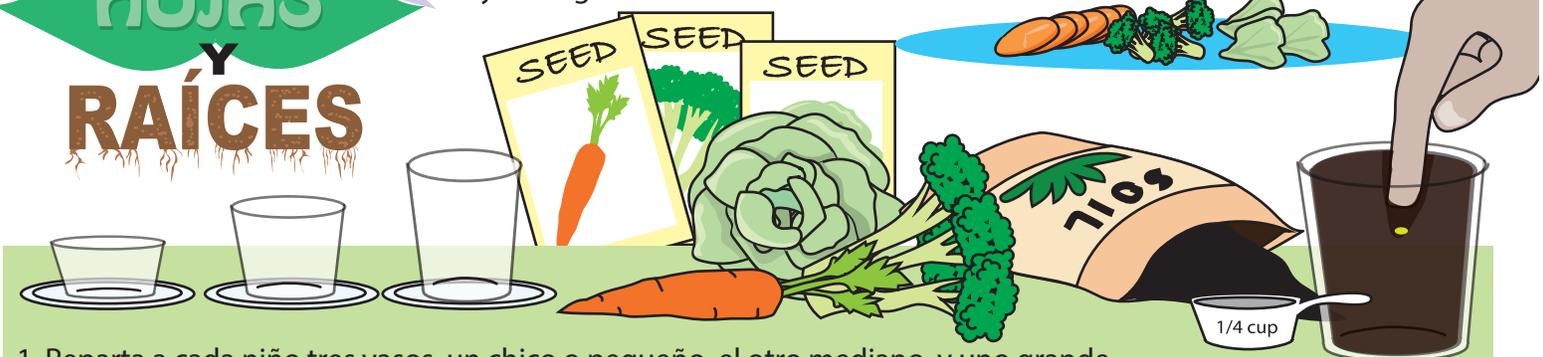
Actividades prácticas de Nutrición, Ciencia, Tecnología, Ingeniería y Matemáticas para las edades de 4 a 8 años



Necesitará:

Un vaso chico o de 6 onzas, un vaso de mediano o 8 onzas y un vaso grande de 12 onzas para cada niño. También necesitará, tierra, una taza medidora (tamaño ¼ de taza), una zanahoria con tallo y hojas, un tallo de brócoli, una lechuga entera, semillas de zanahoria, semillas de brócoli, semillas de lechuga, agua, y un plato pequeño para cada vaso

Bocadillos para degustar: zanahoria, brócoli y lechuga cortada en trozos.



1. Reparta a cada niño tres vasos, un chico o pequeño, el otro mediano, y uno grande.
2. Haga que los niños llenen sus vasos de tierra usando la taza medidora.
3. Haga circular la zanahoria, brocoli y lechuga. Compárelas y hablen de cómo se cultivan.
- 4 Pregúntele a los niños sobre sus hipótesis- ¿Cuál de los 3 vasos será el mejor envase para el cultivo de cada verdura?
5. Pida a cada niño que hunda su dedo, hasta el primer nudillo, en cada vaso, de esta forma creando un hueco para la semillas.
6. Pida a cada niño que añada 2 semillas por vaso y los cubra con tierra.
7. Riegue los vasos y póngalos sobre platos en frente de una ventana que le dé el sol.

- ¿Que verduras has comido hoy?
- ¿Qué necesitas tú para crecer saludable? Que necesitan las verduras?
- ¿De qué tamaño, color y forma son las zanahorias, lechuga y brócoli?
- ¿Cómo puedes diferenciar entre una flor, hoja o raíz?
- ¿Que pasaria si plantas una zanahoria en un recipiente poco profundo?
- ¿Cual parte de la planta comes cuando comes brócoli?



DESCUBRE

Las verduras crecen de todo tamaño y forma. La zanahoria (raíz) crece bajo la tierra en un recipiente profundo. La lechuga (hojas) y brócoli (flores y tallos) crecen sobre la tierra y necesitan un recipiente poco profundo. Las personas se sienten mejor y son más saludables cuando comen una variedad colorida de alimentos integrales, cercanas a su origen y mínimamente procesadas, como las verduras.



(con la melodía de "Twinkle, Twinkle Little Star")

Zanahorias, lechuga y brócoli,
Las verduras son buenas para mi.
En mi refrigerio o mi almuerzo
Yo como verduras sin esfuerzo
Zanahorias, lechuga y brócoli,
Las verduras son buenas para mi

Simule las distintas formas de cada verdura durante la canción.
Letra en español de Laura Kainsinger.

LEE

Tops and Bottoms por Janet Stevens.
Harcourt Brace, 1995.
The Carrot Seed por Ruth Krauss.
Harper & Row, 1945.