

Boletín familiar



TEMA DE ESTE MES

En la granja

Este mes, ¡su hijo aprenderá todo sobre la vida en la granja! Conocerá gallinas, cerdos, ovejas, caballos y más. Se divertirán practicando los sonidos que hacen los animales y aprendiendo sobre su alimentación. Explorarán las diferentes labores de los granjeros, como sembrar y cosechar, alimentar y arrear a los animales y conducir un tractor para arar los campos. ¡Incluso plantarán sus propias semillas y las verán crecer! Hablen sobre su proceso creativo cuando traigan a casa una variedad de proyectos de arte de granja. ¡Es un mes lleno de acción, animales, agricultura, comida y diversión que tu hijo recordará!



¡Busque las notas diarias sobre los proyectos de arte de su hijo!

Today I designed a pet cow.

First I got to decide how my cow should look. I chose how to decorate it, using my fingerprints. It was fun to add wiggle eyes! Then I attached two clothespins for legs. When my cow was finished, I pretended to be a cow.



Today I made a pig nose.

I made a wearable pig's nose using yarn and a cup. I colored the pink cup then attached the yarn. When I was done, I pretended I to be a pig and used my "nose" to move objects.



ASK ME: What did you enjoy about this art project? What did you root around for when you pretended to be a pig?

Alimentación saludable

Los niños necesitan experiencias alimentarias positivas para construir una relación saludable con la comida y las elecciones alimentarias. Colabore con su hijo para encontrar una receta saludable y preparen el plato juntos. Recuérdele la importancia de seleccionar alimentos de cada grupo. Reconózcalo durante la comida a medida que observe que su hijo toma decisiones sensatas y saludables.



PRUEBE ESTO:

- Para ayudar a su hijo a aprender a equilibrar sus comidas, dibuje el siguiente diagrama en un plato de papel y practique en casa. Las pautas de alimentación saludables actuales recomiendan la mitad de un plato de frutas y verduras, una cuarta parte de proteínas bajas en grasa y una cuarta parte de cereales integrales.
- Involucre a su hijo en la preparación de los alimentos, como crear juntos una lista de compras y buscar los artículos necesarios en el supermercado.
- Anime a su hijo a que le ayude a preparar y cocinar alimentos, como romper un huevo, medir los ingredientes, extender la masa y mezclar los ingredientes en un bol.
- Cocinar es un buen momento para enseñar sobre seguridad alimentaria. Recuérdele a su hijo que se lave las manos antes y después de preparar la comida, y que lave las verduras y las frutas antes de comerlas.
- Mantenga las conversaciones a la hora de comer ligeras y positivas. Anime a su hijo a hablar sobre su día. Esto ayuda a fomentar una mayor comunicación entre los miembros de la familia.



LECTURAS RECOMENDADAS

AcurruCarse CON UN BUEN LIBRO

El tractor oxidado y confiable
by Joy Cowley

Clic, clac, cuac, cuac
by Doreen Cronin

El estornudo de la pulga
by Lynn Downey

El pato granjero
by Martin Waddell

El paseo de Rosie
by Pat Hutchins

El abecedario de la granja
by Jane Miller



Granjero

(Con la melodía de "The old man")
Para divertirse, pueden cambiar la palabra "hombre" por el nombre de su hijo y otros miembros de la familia.
Después de la canción, comenten qué tipo de animales o vegetales les gustaría cultivar.

**Este anciano tenía una granja.
Criaba ovejas, vacas y cerdos.
Con un tractor enorme
y un gran granero rojo
¿no creen que les
gustaría cultivar?**



Actividades en familia

Alimentación divertida

La próxima vez que haga la lista de la compra, deje que su hijo lo ayude. Use anuncios gratuitos de supermercados locales para recortar los artículos que necesite comprar y haga una lista que su hijo pueda seguir. Después de hacer la lista, cuenten juntos los artículos que un agricultor ayudó a proporcionar. Haga una tarjeta de agradecimiento para los agricultores locales y agradézcale por proveer comida y bebida para que otros disfruten.

