

# Alimentos

## Aventuras con la lectura:

*Paquetes de aventuras con la lectura de Reading Rockets*



Funded in part by the  
Park Foundation, Inc.

### Contenido:

- Dos libros — uno de ficción, uno de no ficción o libro de conceptos
- Hoja de información para los padres
- Tres hojas de actividades
- Un separador de libros
- Una encuesta a los padres



# Para maestros y los bibliotecarios

*Utilice este paquete de aventura con la lectura de Reading Rockets para apoyar las actividades de lectura familiar en casa. Hemos elegido títulos de ficción y no ficción sobre los alimentos, apropiados para un nivel de audición de jardín de niños y hemos creado actividades para hacer divertida la práctica y el aprendizaje. ¡Envíe a casa con sus estudiantes estos materiales y libros sugeridos y dé inicio a las aventuras con la lectura familiar!*

Al armar esta aventura con la lectura sobre los alimentos le sugerimos que incluya Sopa de Piedras (Stone Soup) por Marcia Brown o John Muth y Where Does Come From? (De dónde viene la comida?) por Shelley Rotner y Gary Goss. En Sopa de Piedras se describe cómo un grupo de viajeros logra hacer que los habitantes de una villa aporten ingredientes para hacer una deliciosa sopa. Where Does Food Come From? explora cómo se hacen algunos alimentos favoritos. Con unas fotografías y texto sencillo se explora de dónde vienen la limonada, las papas fritas, el pan, la mantequilla de cacahuete (maní) y otros alimentos.

La hoja de información para los padres incluye una nota introductoria, además de la posibilidad de personalizar las instrucciones sobre cómo utilizar el paquete y los consejos para compartir los libros de ficción y no ficción con los niños. Las actividades están diseñadas para fomentar más a fondo la exploración y el aprendizaje en casa:

- Actividad de creatividad: un proyecto de arte práctico
- Actividad para la imaginación: fomenta el juego imaginativo, la escritura o el dibujo
- Una actividad real: se centra en experiencias reales para los padres e hijos
- Las listas en el marcador con títulos de ficción y no ficción adicionales

### **Juntándolo todo**

Imprima copias de la hoja de bienvenida, la hoja sobre Cómo proceder, las tres actividades y el marcador/encuesta.

En una bolsa de plástico con cierre de dos galones coloque:

- dos libros: Un día de nieve y un libro de no ficción o de concepto
- la hoja de información para los padres
- tres páginas de la actividad
- el separador de libros
- la encuesta para que padres completen cuando hayan acabado de usar el paquete con su niño

Envíe paquete a la casa con su alumno. Anime a los padres a que guarden la hoja de información para los padres, las actividades y el separador de libros, y a que le devuelvan los libros y la encuesta en la fecha que usted especifique.

Déjele saber a Reading Rockets su opinión sobre los paquetes de actividades en familia enviándonos correo electrónico a nuestro sitio: [www.readingrockets.org/sitecontact](http://www.readingrockets.org/sitecontact). Haga clic en "Reading Adventure Packs (Paquetes de aventuras con la lectura).

# ¡AVENTURAS CON LA LECTURA!

## Bienvenido

Estimado \_\_\_\_\_

El hecho de explorar nuevas ideas y de disfrutar de los libros con usted le envía un mensaje muy poderoso a su niño: La lectura y el aprendizaje son una diversión, y ocurren en todos lados — no solo en la escuela. El presente paquete de actividades de Reading Rockets fue elaborado para ayudarle a usted y a su niño a disfrutar juntos de la lectura y del aprendizaje.

Comience su aventura del aprendizaje leyendo algunos libros con su niño sobre este tema popular. Luego explore el tema con tres actividades. Adjunto encontrará lo que necesitará:

- dos libros a compartir con su niño
- tres actividades relacionadas
- un separador de libros que contiene una lista de otros libros para ampliar la diversión, si usted lo desea
- una breve encuesta para que me diga si usted disfrutó del uso del paquete

Los sencillos pasos presentados en la parte posterior explican cómo utilizar el paquete.

El separador de libros, esta hoja informativa dirigida a los padres y las actividades son para que usted los conserve.

Cuando usted haya acabado de usar los materiales, devuelva por favor los libros y la encuesta rellena a la escuela, mandándolos en la mochila de su niño. Le agradeceremos que por favor devuelva el paquete de las actividades de Reading Rockets para el \_\_\_\_\_.

¡Espero que ustedes disfruten juntos de la lectura y del aprendizaje!

\_\_\_\_\_  
Firma del profesor aquí

*Para enterarse más acerca de libros infantiles, la lectura con su niño y sobre información para ayudar a los niños a volverse lectores con confianza, por favor visite el sitio de [www.ReadingRockets.org](http://www.ReadingRockets.org).*

# Cómo usar el aventuras con la lectura

## Preparación

1. Antes de leerle los libros a su niño, asegúrese primero de leerlos usted. El primer libro es una obra de ficción — un cuento “de fantasía.” El otro libro es un libro de no ficción — informativo y verdadero. La lectura de los libros primero le ofrecerá “el conocimiento desde el interior” acerca de los giros y la trama de la historia, de la información interesante que contiene y de las partes del libro que le parecerán más atractivas a su niño.

2. Después, lea las tres actividades para determinar cuál de ellas le parece que disfrutará más su niño, y para la cuál dispondrá usted del tiempo y los materiales a mano para realizar las actividades de inmediato. Es posible que, después de leer junto con su niño uno de los libros (o ambos), él quiera hacer enseguida una actividad.

## Comience la diversión

3. Cuando usted sepa que dispondrá de por lo menos suficiente tiempo para leer y hablar de uno de los libros, tome a su niño y a un libro, y láncese. Comience con el libro de ficción. Háblele a su niño de la cubierta del libro — ¿puede adivinar de qué se trata? ¿Alguna vez ha leído un libro del mismo escritor o un libro acerca del tema particular del libro?

Léale el libro a su hijo. Si está utilizando el título de ficción, usted estará compartiendo una historia imaginaria. A medida que lee y explora las imágenes, usted debe hacerle notar a su hijo que el autor podría incluir hechos reales en la escritura de ficción. Hable con su hijo sobre cómo se confirma la información sobre hechos en las obras de ficción. Luego, haga la prueba con un libro de no ficción o una de las actividades.

4. Si usted lee un libro que no es de ficción, tome unos minutos para explicarle a su niño la diferencia entre los dos tipos de libros. Un libro que no es de ficción está lleno de datos y hechos del mundo real. La información en los libros que no son de ficción puede dar respuesta a muchas preguntas. No es necesario leer los libros de no ficción completos — si gustan, pueden centrarse en una sección, como la de “rama legislativa del gobierno.”

5. Siéntase en libertad de escoger y elegir las actividades, o cámbielas para satisfacer los intereses de su niño. Lea los libros otra vez durante los siguientes días y haga la prueba con otras actividades diferentes. Lo más importante es: ¡qué se diviertan!

## Cuando terminen...

6. Quédese con el separador de libros, las actividades y esta página. Complete la encuesta y devuélvala junto con los libros a la escuela de su niño. Aproveche al Max el entusiasmo que suscitan los libros, y haga la prueba con el aprendizaje práctico o la diversión con la fantasía. La exploración de nuevas ideas a su lado le permite al niño ver que usted también aprende — y lee — y le brinda experiencias personales para apoyar su creciente conocimiento.

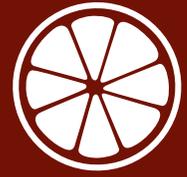
## Consejos para leer junto con los niños los libros de ficción:

- Dedique el tiempo necesario y hable de la historia con su niño. Hágle preguntas.
- Explore las ilustraciones junto con él.
- Lea con expresión. Cambie el tono de su voz o la velocidad de la lectura para producir emoción. ¡Exagere la actuación!
- No necesita leer cada palabra. La meta es mantener a su niño interesado.

## Consejos para leer junto con los niños los libros que no son de ficción:

- Hágase cuestionamientos en voz alta. Conforme va leyendo, o después, hable de los hechos que a usted le parezcan interesantes o sobre las preguntas que tenga.
- Enséñele a su niño a utilizar la página del contenido, los títulos de sección, el índice, el glosario o la lista de palabras para encontrar la respuesta a una pregunta específica.
- No tema saltarse páginas y solo leer aquéllas que le interesen especialmente al niño. Usted no tiene que leer un libro que no es de ficción todo de un jalón o en orden.





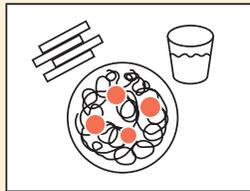
## Hagan un rompecabezas con su comida favorita

*¡Cocinar es como armar un rompecabezas que te comes! Haz tu propio rompecabezas con comida favorita.*

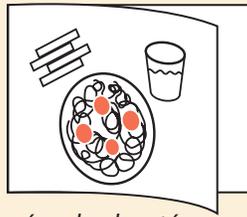
### Materiales necesarios

- papel
- marcadores o lápices de colores
- caja de cereales vacía
- pegamento
- tijeras

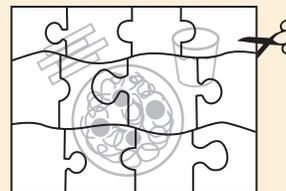
### Instrucciones



*dibuje su comida*



*péguelo al cartón*

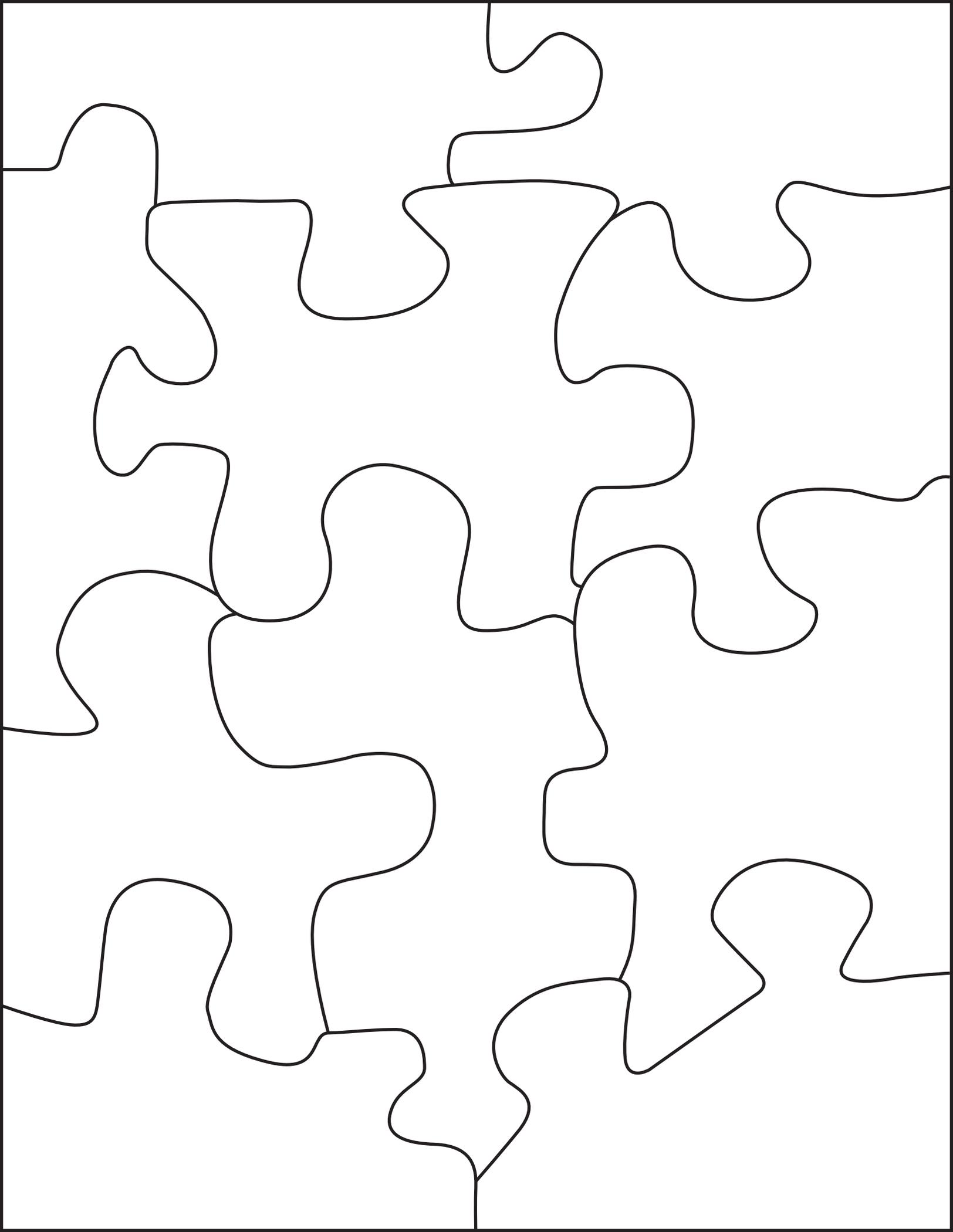


*corte de formas rompecabezas*

1. Haga que su hijo dibuje su comida favorita. (Por ejemplo, spaghetti con salsa y albóndigas, bastones de zanahorias y un vaso de leche.) Explíquelo a su hijo que va recortar la imagen para convertirla en un rompecabezas que él podrá armar.
2. Mientras el niño está dibujando, despegue la caja de cereal vacía para obtener un pedazo de cartón del mismo tamaño que el papel que utiliza su hijo.
3. Cuando su hijo haya terminado de hacer su dibujo, péguelo al cartón.
4. Cuando el pegamento esté completamente seco, corte la imagen en piezas de diferentes formas, para hacer el rompecabezas.
5. Ponga a su hijo a armar el rompecabezas.

**Variación** Exploren los ingredientes alentando a nuestro niño a que haga un dibujo de su platillo favorito (pastel, pizza o helado de chispas de chocolate) poniéndolo en el centro de la página y todos los ingredientes que lleva, en los lados. Haga un rompecabezas con la imagen como se describe anteriormente.

Hable con su niño acerca de cómo los diferentes alimentos o ingredientes se unen como un rompecabezas – para hacer una comida completa.





# ¡Pónganse a cocinar!

*Las experiencias prácticas con la comida y la cocina son divertidas y desarrollan habilidades importantes para la vida.*

Compren juntos los alimentos– escriban su lista de compras juntos y lleve con usted a su hijo a la tienda de abarrotes o a los mercados de los agricultores. Hable sobre los diferentes tipos de alimentos que ven y de dónde vienen.

## ¡Cocinen juntos!

Use Utilice una receta familiar favorita o prueben algo nuevo. O revisen este galardonado sitio web para cocinar con los niños: [www.spatulatta.com](http://www.spatulatta.com)

## Visiten una granja o lechería

A menudo se puede encontrar una granja local o una lechería a una hora de viaje en coche de la casa. Para encontrar una granja cerca de usted, consulte este sitio web: [www.localharvest.org/csa](http://www.localharvest.org/csa). Si no tiene ninguna granja cerca, busquen jardines comunitarios y vean a la gente cultivar sus propias frutas y verduras.

## Observe un brote

Coloque un frijol en una bolsa de plástico con cierre con una pequeña toalla de papel húmeda. Selle la bolsa y péguela con cinta adhesiva a una ventana soleada. En pocos días al grano le brotarán hojas y una raíz. Usted podrá ver todo el proceso a través de la bolsa.

## ¡Cultiven algo bueno para comer!

Planten tomates, fresas o menta en una maseta y cultívenlos en su ventana o en el porche. Ponga a su hijo a que le ayude a cuidar las plantas y observen cómo crecen y cambian. Cuando maduren los tomates o fresas, recójalas y ¡a disfrutar! Puede utilizar menta u otras hojas de hierbas de poco en poco, y así la planta seguirá creciendo.

## Vean un programa de cocina de PBS

Usted y su niño pueden aprender cosas de nuevos alimentos y estilos de cocinar viendo los programas y luego probar hacer las recetas de la página Web de PBS: [www.pbs.org/home/home\\_cooking.html](http://www.pbs.org/home/home_cooking.html)  
Learn all about eating healthy foods. Check out the revised food pyramid from the U.S. Department of Agriculture: [www.mypyramid.gov/KIDS](http://www.mypyramid.gov/KIDS)



# ¡Ser chef o granjero!

*¡Anime al niño a explorar el mundo de la comida por medio de la fantasía!*

## **Abre tu propio restaurante**

HaDele a su hijo un bloc de papel, un lápiz y un delantal y ¡haga su pedido!

- Utilice equipo de cocina de juguete o pequeñas ollas, cucharas y tazones irrompibles de su propia cocina, para que su hijo monte su restaurante imaginario.
- La comida elaborada puede ser imaginaria, o pueden usar comida de juguete o de plastilina para modelar los alimentos en el plato.
- Los menús pueden ser escritos en papel o en una pizarra, o que solo se los diga su “camarero”.
- Pregúntele a su cocinero o camarero sobre los ingredientes de su comida, cómo son las cosas picantes o si los artículos son hechos en casa.
- ¡No se olviden de guardar espacio para el postre!

## **Pasen algún tiempo en la granja**

Vayan directamente a la fuente de los alimentos favoritos de su hijo. ¿Le encanta el queso? Imaginen que tienen una lechería. ¿Le enloquecen las zanahorias? Hagan de cuenta que tienen un huerto.

- Utilizar una caja vacía grande, cesta de la ropa sucia o vagón para hacer el tractor.
- Busquen en el arcón de vestidos sombrero grande o unos guantes para proteger a sus agricultores del sol y de las plantas espinosas. Las botas son siempre también parte de la diversión.
- Utilice alimentos de juguete o recorten frutas, verduras o huevos de papel para la cosecha y venta en el mercado. Lo animales de peluche pueden poner huevos o leche.
- Anime a su granjero a que reflexione – y haga– todas las cosas que necesita hacer para mantener sus cultivos o animales sanos y en crecimiento. Alimentar, regar, desherbar, cosechar u ordeñar, transportar y vender son todas las partes del proceso. Hable con su niño sobre cómo los diferentes alimentos o ingredientes provienen de diferentes lugares, pero terminan en nuestros platos.

## ALIMENTOS



### Títulos recomendados

#### Ficción

*Sopa de piedra (Stone soup)* por Marcia Brown o John Muth

*How to Make an Apple Pie and See the World* por Marjorie Priceman

*Growing Vegetable Soup* por Lois Ehlert

*La gallinita roja (The Little Red Hen)* por Paul Galdone, Jerry Pinkney, o Porron Barton

*Pizza at Sally's* por Monica Wellington

*The Seven Silly Eaters* por Mary Ann Hoberman, ilustrado por Marla Frazee

#### No ficción

*Where Does Food Come From?* por Shelley Rotner y Gary Goss, fotografías de Shelley Rotner

*If It Weren't for Farmers* por Allan Fowler, un Rookie Read-About-Science Reader

*Good Enough to Eat* por Lizzy Rockwell

*Pretend Soup and Other Real Recipes: A Cookbook for Preschoolers & Up* por Mollie Katzen

*Who Eats What? Food Chains and Food Webs* por Patricia Lauber, ilustrado por Holly Keller, Let's-Read-And-Find-Out Science

Reading Adventure Packs  
from Reading Rockets



# PAQUETES DE AVENTURA CON LA LECTURA

## Encuesta a los Padres

**Padres: Recorten el separador de libros para que lo conserve su niño. Regresen el cuestionario a la maestra de su niño, junto con el o los libros.**

Cuéntenos sobre su experiencia con las actividades, ¿cómo le pareciero

- Fáciles y divertidas de hacer
- Las instrucciones eran difíciles de entender
- Mi niño disfrutó las actividades

¿El hecho de hablar de lo que iban leyendo y las actividades ayudaron a su niño a aprender?  
(en una escala de 1 a 5)

1                      2                      3                      4                      5  
\_\_\_\_\_

(no aprendió mucho)

(aprendió mucho)

¿Le gustaría probar con su niño otra actividad de "leer y aprender juntos"?

- sí
- no

¿En qué clase de cosas se interesó su niño?

---

---

Su nombre (y el nombre de su hijo)

---