



<p><b>Nutrition Objective</b></p>	<p>Children explore apples, learn that they are a “super” fruit and are encouraged to eat different types of apples.</p>	
<p><b>Materials &amp; Ingredients</b></p>	<p>1 green apple 1 red apple 1 jar unsweetened applesauce</p>	<p>teacher knife &amp; cutting board serving containers paper plates plastic knives</p> 
<p><b>Food Preparation</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wash the apples.</li> <li>• Show the apples whole to children; then cut into age-appropriate pieces (thin slices).</li> <li>• Place in separate serving containers.</li> <li>• Place apple sauce in container with spoon.</li> </ul>	
<p><b>Lesson Introduction</b></p>	<p><i>Read and discuss: Ten Apples Up on Top!</i> by Dr. Suess</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Give opportunity for children to count, name and identify animals, colors, and objects.</li> <li>• Ask children questions about apples. What color are apples? Where do we get apples?</li> </ul> <p>TS GOLD: 8a, 9a, 9b, 9d, 10a, 11a, 12a, 17a, 18a, 37, 38</p> 	
<p><b>Lesson Process</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Children and adults wash their hands.</li> <li>• <i>Introduce and discuss</i> the 2 different apples and applesauce. What is the same about them? What is different? (color, size, texture, etc.) Explain how apples are turned into applesauce.</li> <li>• Tell children apples are “a super fruit”. Eating apples help their bodies grow.</li> <li>• Wash and cut the apples into thin slices for children to cut into smaller pieces.</li> <li>• <i>Demonstrate</i> how to taste the different apples and applesauce. Describe how apples and applesauce taste, one at a time. Include words like smooth, crunchy, sweet, sour.</li> <li>• Children serve themselves and practice using toddler knives to cut their apples slices.</li> <li>• Children taste the apples and applesauce and share words to describe the tastes and texture.</li> </ul> <p>TS GOLD: 1c, 2c, 7a, 8a, 8b, 11a, 37, 38</p>	
<p><b>Apple Tree Art</b></p>	<p><b>Materials:</b> brown paper, green tissue or construction paper, red paint, or pieces of red felt, pencil</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Trace child’s hand and forearm on brown paper to form the trunk and branches of a tree.</li> <li>• Children tear and crumple small pieces of green paper (leaves) and glue to the branches.</li> <li>• Add red paint or felt pieces for the apples.</li> </ul> <p>TS GOLD: 7a, 7b, 8a, 8b, 11a, 11d, 33, 37</p>	
<p><b>Music and Movement</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Find song #2 “Shake, Mix, Pound, Roll” on the Happy and Healthy CD.</li> <li>• This song has children use their hands as they pretend to cook something.</li> <li>• The speed increases, challenging children to change hand movements quickly.</li> <li>• Start the music and join the children by modeling the different moves.</li> </ul> <p>TSGOLD: 2c, 7a, 8b, 11a, 11e, 12a, 35, 37</p>	
<p><b>School to Home</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Do you use a platform to communicate with families?</i> If so, share pictures of their children cutting and tasting apples. Encourage families to talk about apples with their children.</li> </ul>	

<b>Objetivo de nutrición</b>	Los niños exploran las manzanas, aprenden que son una “súper” fruta y se les anima a comer diferentes tipos de manzanas.	
<b>Materiales e ingredientes</b>	1 manzana verde 1 manzana roja 1 frasco de puré de manzana sin azúcar	cuchillo de adulto cuchillos de plástico recipientes para servir tabla para cortar
<b>Preparación de comida</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lave las manzanas.</li> <li>• Muestre las manzanas enteras a los niños; luego cortar en trozos apropiados para la edad (rodajas finas).</li> <li>• Coloque en recipientes separados para servir.</li> <li>• Coloque el pure de manzana en un recipiente con cuchara.</li> </ul>	
<b>Introducción de la lección</b>	<p><u>Lean y Discutan</u> el libro de Dr. Seuss: “<i>Ten Apples Up On Top</i>”.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• De a los niños oportunidad de contar, nombrar e identificar animales, colores, y objetos.</li> <li>• Haga preguntas sobre manzanas. ¿Qué color son las manzanas? ¿Dónde crecen?</li> </ul> <p>TS GOLD: 8a, 9a, 9b, 9d, 10a, 11a, 12a, 17a, 18a, 37, 38</p>	
<b>Proceso de la lección</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Niños y adultos se lavan las manos.</li> <li>• <u>Presente y discuta</u> las 2 diferentes manzanas y el puré de manzana. ¿Qué es igual? ¿Qué es diferente? (color, tamaño, textura, etc.) Simplemente describa a los niños que la manzana entera se convierte en puré de manzana.</li> <li>• Dígalas a los niños que las manzanas son “súper frutas”. Comerlas nos ayuda a crecer.</li> <li>• Lave y corte las manzanas para que los niños las corten en trozos más pequeños.</li> <li>• <u>Demuestre</u> cómo probar cada manzana y el puré de manzana. Pruebe una a la vez, y hable sobre cómo le sabe a usted, como se sienten, como son mismo y/o diferente.</li> <li>• Los niños se sirven solos y usan cuchillos para niños para cortar las manzanas en trozos más pequeños.</li> <li>• Los niños prueban las manzanas y el puré de manzana. Usan palabras de vocabulario simple.</li> </ul> <p>TS GOLD: 1c, 2c, 7a, 8a, 8b, 11a, 37, 38</p>	
<b>Arte del manzano</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Materiales: bolsas de papel o papel de construcción color marron, papel de seda o papel de construcción verde, pintura roja o trozos de fieltro, lápiz/tijeras.</li> <li>• Comience por trazar la mano y antebrazo del niño. Recórtelos; estas piezas se convierten en los troncos y ramas de los árboles.</li> <li>• En seguida los niños rasgan y arrugan pequeños trozos de papel verde para formar las hojas en el árbol y pegar las piezas verdes a las ramas.</li> <li>• Luego, usen la pintura roja o piezas de fieltro para crear las manzanas.</li> </ul> <p>TS GOLD: 7a, 7b, 8a, 8b, 11a, 11d, 33, 37</p>	
<b>Música y movimiento</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Encuentre la canción #2 "Shake, Mix, Pound, Roll" en el CD Feliz y Saludable.</li> <li>• Esta canción hace que los niños usen sus manos para realizar diferentes movimientos mientras pretenden cocinar algo.</li> <li>• La velocidad aumenta a medida que la canción avanza desafiando a los niños a cambiar los movimientos de las manos rápidamente.</li> <li>• Iniciar la música y unirse a los niños modelando los diferentes movimientos.</li> </ul> <p>TS GOLD: 2c, 7a, 8b, 11a, 11e, 12a, 35, 37</p>	
<b>De la escuela a la casa</b>	<p>¿Utiliza una plataforma para comunicarte con las familias? Si es así, comparta fotos a las familias de sus hijos cortando y probando manzanas. Anime a las familias a hablar sobre las manzanas con sus hijos.</p>	

