
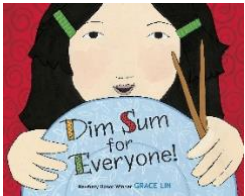

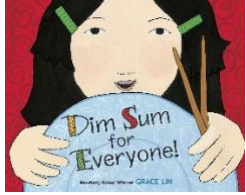


<p>Nutrition Objective</p>	<p>Children explore mandarin oranges and cucumbers while practicing a family-style meal.</p>	
<p>Materials & Ingredients</p>	<p>canned mandarin oranges cucumber</p>	<p>teacher knife and cutting board serving containers paper plates toddler knives</p> 
<p>Food Preparation</p>	<ul style="list-style-type: none"> Wash and peel cucumber. Cut it into small pieces appropriate for toddlers and place into a serving container. Drain mandarin oranges and place into a serving container. 	
<p>Lesson Introduction</p>	<ul style="list-style-type: none"> <u>Read and Discuss:</u> <i>Dim Sum for Everyone</i> by Grace Lin. Point out the pictures to children and indicate how families eat together. <ul style="list-style-type: none"> Bring attention to how each person has a different favorite food. Ask children about their favorite foods. Use pictures to help define vocabulary such as <i>favorite</i>, <i>little</i> (point out that everything involving <i>Dim Sum</i> is little), <i>dishes</i>. <p>TSGOLD: 8a, 9a, 9b, 9d, 10a, 11a, 12a, 17a, 18a, 37, 38</p>	
<p>Lesson Process</p>	<ul style="list-style-type: none"> Everyone washes their hands. <u>Introduce and discuss</u> the ingredients for today's recipe. Show the children the cucumber and ask if they remember trying it before. Open the mandarin oranges and explain that same as pumpkins, mandarin oranges grow from a seed, but also come in a can. Tell children that mandarin oranges are fruits and cucumbers are vegetables. Fruits and vegetables help their bodies grow. <u>Demonstrate</u> how to cut a mandarin orange section. Serve cucumber and mandarins. Allow children to try cutting their own with the toddler safe knives. Eat together and give children time to taste and comment on the flavors and textures, using vocabulary such as <i>crunchy</i>, <i>juicy</i>, <i>sweet</i>. <p>TSGOLD: 1c, 2c, 7a, 8a, 8b, 11a, 37, 38</p>	
<p>Family Meal Lesson Extension</p>	<p><u>Materials:</u> photos of families enjoying their favorite meals (from the children or from magazines, etc.).</p> <ul style="list-style-type: none"> Ask families to bring a photo of their family enjoying their favorite family meal. Show the family photos and give children the opportunity to recognize their own families. Ask questions about the photos. <p>TSGOLD: 9, 10a, 11a, 12</p>	
<p>Ball Toss Physical Activity</p>	<p><u>Materials:</u> various balls and bins or containers large enough to hold balls.</p> <ul style="list-style-type: none"> Place a few large containers in a row. Children stand a few inches away from the containers, both feet facing forward. Give hand over hand instruction to teach children how to complete an underhand toss. Practice aiming and tossing balls into the containers. If children have difficulty with this activity: <ul style="list-style-type: none"> Child stands a little closer to the container. Model an underhand toss into one of the containers. Repeat hand over hand instruction. <p>TSGOLD: 2c, 4, 5, 6, 8a, 8b, 11a</p>	
<p>School to Home</p>	<p><u>Do you use a platform to communicate with families?</u> If so, share pictures of their children cutting and tasting cucumbers and mandarin oranges.</p>	

Objetivo de nutrición	Los niños exploran las mandarinas y los pepinos mientras practican comidas estilo familiar.	
Materiales e ingredientes	mandarinas enlatadas cuchillo de adulto y tabla para cortar pepino recipientes para servir platos de papel/cartón cuchillos de niños pequeños	
Preparación de comida	<ul style="list-style-type: none"> • Lave y pele el pepino. Córtele en piezas de tamaño adecuado para niños pequeños y póngalo en los recipientes para servir. • Escorra las mandarinas y póngalas en un recipiente para servir. 	
Introducción a la lección	<ul style="list-style-type: none"> • <u>Lean y discutan:</u> <i>Dim Sum for Everyone</i>, por Grace Lin. • Señale las imágenes a los niños e indique cómo las familias comen juntas. <ul style="list-style-type: none"> ○ Muéstrelas cómo cada persona tiene una comida favorita diferente. ○ Pregúnteles a los niños cuáles son comidas favoritas. • Señale y defina vocabulario como <i>favorito</i>, <i>poco</i> (señale que todo lo que involucra <i>Dim Sum</i> es pequeño), <i>platos</i>. • TS GOLD: 8a, 9a, 9b, 9d, 10a, 11a, 12a, 17a, 18a, 37, 38 	
Proceso de la lección	<ul style="list-style-type: none"> • Todos se lavan las manos. • <u>Presente y hable</u> de los ingredientes de la receta de hoy. Muestre a los niños el pepino y pregúnteles si recuerdan haberlo probado antes; • Abra las mandarinas y explique que al igual que las calabazas, las mandarinas crecen de una semilla, pero también pueden venir en una lata. • Dígalas a los niños que las mandarinas son una fruta, y los pepinos son un vegetal. Las frutas y vegetales ayudan a sus cuerpos a crecer. • <u>Demuestre</u> como cortar los gajos de mandarinas. • Sirva los pepinos y mandarinas. Permita que los niños intenten cortar los suyos con los cuchillos especiales para ellos. • Coman juntos y desles tiempo a los niños para probar y comentar los sabores y texturas, usando vocabulario como <i>crujiente</i>, <i>jugoso</i>, <i>dulce</i>. <p>TSGOLD: 1c, 2c, 7a, 8a, 8b, 11a, 37, 38</p>	
Extensión de la lección	<p><u>Materiales:</u> Fotografías de familias disfrutando de su comida favorita (de los niños, o de revistas, etc.).</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pida a las familias que traigan una fotografía donde están juntos disfrutando su comida favorita. • Muestre a los niños las fotografías, y déles la oportunidad de reconocer a los miembros de su familia. Haga preguntas sobre las fotografías. <p>TSGOLD: 9, 10a, 11a, 12</p>	
Actividad física (lanzamiento de pelota)	<p><u>Materiales:</u> Varias pelotas, recipientes lo suficientemente grandes para guardar pelotas.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ponga recipientes grandes en una línea. • Los niños se paran a unos centímetros de distancia de los recipientes, con ambos pies dirigidos hacia adelante. • Dé instrucciones paso a paso para enseñar a los niños cómo hacer un lanzamiento por debajo de la mano. Practiquen apuntar y lanzar pelotas en los recipientes. • Si los niños tienen dificultades con esta actividad: <ul style="list-style-type: none"> ○ El(la) niño(a) se acerca al recipiente un poco más. ○ Modele un lanzamiento por debajo de la mano hacia el recipiente. ○ Repita las instrucciones paso a paso. <p>TSGOLD: 2c, 4, 5, 6, 8a, 8b, 11a</p>	
De la escuela a la casa	<p><u>¿Utiliza una plataforma para comunicarse con las familias?</u> Si es así, comparta fotografías con las familias de sus niños cortando y probando las mandarinas y pepinos.</p>	