
Move Hopi, Come Bon



Topico 6: **Famia Pan y Aros ta Saludabel**

Topico 6:

Famia Pan y Aros ta Saludabel

META:

E muchanan por:

1. bisa pakico alimento di grano, bonchi y batata ta saludabel.
2. menciona cuanto porcion di alimento di grano, bonchi y batata por uza pa dia.
3. menciona number di diferente alimento di grano, bonchi y batata.

Actividad	Titulo	Meta	Pagina
Combersacion 1	Famia Pan y Aros, Ta Saludabel!	1	2
Combersacion 2	Famia Pan y Aros	3	3
Rima 1	Cuminda pa Energia	1	4
Rima 2	Pa Un Bon Alimentacion!	2	5
Cantica 1	Pa Nos Tur Crece Bon	1	6
Cantica 2	1, 2, 3 Hap	3	7
Storia 1	Resumen Storia E Galiña Balente	3	8 + 9
Storia 2	Resumen Storia Un Mal Soño	3	10 + 11
Matematica 1	Cua Forma E Tin?	1	12
Matematica 2	Con Hopi E Ta?	1	13
Movecion	Ban Supermercado!	3	14
Obra di man 1	Un Cadena Bunita	3	15
Obra di man 2	Florero pa Mama	3	16
Plachi pa kleur	Mami ta Haci Compras	3	17
Blach'i tarea 1	Cua Ta Pas Cu Otro?	1	18
Blach'i tarea 2	Kico Ta Porcion?	2	19

Combersacion 1: Famia Pan y Aros, Ta Saludabel!

- ❖ **Meta:** E muchanan por bisa pakico alimento di grano, bonchi y batata ta saludabel.
- ❖ **Material:** E carchinan di alimento di grano, bonchi y batata for di e cahita: “Move Hopi, Come Bon”, poster “Guia pa un Bida Saludabel”.
- ❖ **Instruccion:** E maestro ta duna e muchanan instruccion pa haci diferente movecion, p.e. cana, core, bula etc.

Ta sigui cu e siguiente combersacion.

Pregunta:

- Con bo ta sinti bo curpa, despues di e movecionnan? (curason ta bati duro, cansa, soda etc.).
- Dicon e curpa por haci hopi movecion?
E muchanan ta wak e carchinan di alimento, e “Guia pa un Bida Saludabel” y ta bisa kico nan ta mira.
Un mucha ta busca riba e “Guia pa un Bida Saludabel” e alimentonan cu el a mira riba e carchinan.
E maestro ta splica e muchanan cu tur alimento den e hoki di pan y aros ta famia y dicon nan ta saludabel.

Pregunta:

- Kico e alimentonan cu ta famia di pan y aros ta duna e curpa?
- Den kico e alimentonan, cu ta famia di pan y aros ta yuda e curpa?
- Cuanto alimento por come di e famia di pan y aros?
Ta duna turno pa scoje un carchi y bisa pakico e alimentonan cu ta famia di pan y aros ta saludabel.

Na final ta hunga e wega di e cantica: 1-2-3 lanta un bes.

Cantica: “1-2-3 Lanta Un Bes”

1,2,3 lant'un bes
Drey bo rond y sak cabes
Sinta bek
Rek bo nek
Crusa man
Y dal dos rek
Shiki shiki shiki shik sha sha
Shik sha sha } 2x
Shik sha sha
Y dal dos klap den man

Alimento di grano, bonchi y batata ta saludabel pa:

- e curpa haya energia.
- e tripa funciona bon.
- e sanger haya hero.
- yuda den crecemento.
- yuda ora tin herida, pa e cera lihe.

Combersacion 2: Famia Pan y Aros

❖ **Meta:** E muchanan por bisa number di diferente alimento di grano, bonchi y batata.

❖ **Material:**

1 bleki di quacker oats	1 kipashi di pan bruin
1 kipashi di pan blanco	1 paki di spaghetti
1 batata	1 paki chikito di cornflakes
1 sacco di aros	1 sacco di bonchi

poster “Guia pa un Bida Saludabel”.

❖ **Instruccion:** Ta pone e alimentonan y e “Guia pa un Bida Saludabel” meymey den kring. E muchanan ta bisa loke nan ta mira.

Un mucha ta mostra den cua grupo, riba e “Guia pa un Bida Saludabel”, e alimentonan cu tin meymey den kring ta.

Ta bisa number di e alimentonan den e grupo di pan/cereal y aros.

Ta duna un mucha turno pa bisa con por come e alimentonan aki.

E maestro ta splica cu e grupo yama pan/cereal y aros y cu tur alimento den e grupo ta famia di pan y aros.

Ta sigui cu un combersacion.

Pregunta:

- menciona otro sorto di pan (pan ‘i hamburger, pan ‘i hotdog, pandushi, pan’i mashin, dal bay, dinner roll).
- Con nos por come batata? (hasa, herbi, horna).
- Kico por traha cu aros? (aros moro, aros bruha, pap’i aros, aros cu berdura).
- Ki otro sorto di pasta bo conoce.
- Tin mas sorto di cornflakes.
- Con ta come cornflakes?
- ki sorto di bonchi mas tin?
- Con por come bonchi?

E muchanan ta bisa number di e alimentonan cu ta famia di pan y aros.

Alimento di grano, bonchi y batata ta:

- | | |
|-------------------------------|-------------------------------------|
| - pan (tur sorto) | - aros |
| - pandushi | - batata |
| - buscuchi soda | - batata dushi, yuca of yams |
| - johny cake | - panbati |
| - arepa | - banana |
| - papa (brinta, quacker etc.) | - bonchi (tur sorto) |
| - cereal sin hopi sucu p.e | - funchi |
| cornflakes, rice krispies | - pasta (macaroni, spaghetti, etc.) |

Rima 1:

Cuminda pa Energia

- ❖ **Meta:** E muchanan por bisa pakico alimento di grano, bonchi y batata ta saludabel.
- ❖ **Material:** Ilustracion di e rima: “Cuminda pa Energia”.
- ❖ **Instruccion:** E muchanan ta bisa number di e alimentonan cu nan ta mira riba e ilustracion y despues ta scucha e rima.
- Ta sigui cu un combersacion.
- Pregunta:
➤ Cua alimento nan a menciona den e rima?
➤ Kico mester haci tur dia?
E maestro ta ripiti e rima.
- Pregunta:
➤ Kico un cuminda ta duna hende?
E maestro ta splica pakico e alimentonan riba e ilustracion di e rima ta saludabel.
- Pregunta:
➤ Kico e alimentonan ta duna e curpa?
➤ Con e alimentonan ta yuda e curpa?
- Hunto ta bisa e rima.

Rima: “Cuminda pa Energia”

Corda come tur dia!
Cuminda, pa duna energia.
Cornflakes of papa
cu lechi di baca.
Pan bruin cu beleg
sin mucho vet.
Spaghetti cu carni
traha style di bami.
Un poco salada
di bonchi y batata.
Tin dia un pida funchi
pa mi cu Tunchi.

Alimento di grano, bonchi y batata ta saludabel pa:

- yuda e curpa haya energia.
- yuda e tripa funciona bon.
- yuda e sanger haya hero.
- yuda den crecemento.
- yuda ora cu tin herida, pa e cera lihe.

Rima 2:

Pa Un Bon Alimentacion!

- ❖ **Meta:** E muchanan por menciona cuanto porcion di alimento di grano, bonchi y batata por uza pa dia.
- ❖ **Material:** Poster “Guia pa un Bida Saludabel” Tambu of tamborin.
- ❖ **Instruccion:** E maestro tin un paki cornflakes den su man e ta haci algun pregunta y ta bisa e muchanan pa scucha e rima.

Pregunta:

- Kico bo a tende cu ta come mainta?
- Kico bo a tende cu ta come merdia of atardi?

E maestro ta ripiti e rima.

E muchanan ta bisa kico nan ta mira riba e “Guia pa un Bida Saludabel” y den cua colo di grupo e alimentonan cu a scucha den e rima ta. E maestro ta splica cu tur alimento den e grupo ey ta famia di pan y aros.

Ta bisa e rima, mientras ta muestra e cantidad di alimento cu bo por come pa dia cu ta famia di pan y aros.

Rima: “Pa Un Bon Alimentacion”

Pa un curpa yen di energia.
Corda come bon tur dia.
Mainta cornflakes, papa of pan.
Ma awor cua di nan?
Merdia of atardi, funchi of aros.
Pero, no haci co'i golos.
Pa un bon alimentacion.
corda come segun porcion.

Un Porcion di alimento di grano, bonchi y batata ta:

- | | |
|------------------------------------|--|
| - 1 snechi di pan | - ½ copi di aros |
| - ½ hamburger of hotdogroll | - ½ copi di funchi |
| - ½ snechi di pandushi | - ½ copi di aros moro |
| - 1 dinnerroll of mini pandushi | - 1 pida panbati |
| - 1 copi di cereal cla pa come | - ½ - 1 copi di macaroni of otro pasta |
| - 1 copi papa cushina | - 1 batata mediano |
| - 3 pida crackers of buscuchi soda | - ½ copi batata machica |
| | - 2 pida batata dushi, yuca of yams |
| | - ¼ pida banana herbi of hasa |
| | - ½ copi di bonchi |

- Ta come sigur 5 porcion pa dia. Si ta haci mas movecion, ta come 6 pa dia.

Cantica 1:

Pa Nos Tur Crece Bon

- ❖ **Meta:** E muchanan por bisa pakico alimento di grano, bonchi y batata ta saludabel.
- ❖ **Material:**
 - Un tas pa haci compras cu diferente alimento:
 - pan, aros, batata, bonchi, pasta papa
 - Un pechi pa e cliente.
- ❖ **Instruccion:** Un mucha ta saca e alimentonan for di e tas y e otro muchanan ta bisa kico nan ta. E maestro ta canta e cantica.

Ta sigui cu un combersacion.

Pregunta:

- Cua alimento a menciona den e cantica?
- Pakico a cumpra e alimentonan ey?
Ta ripiti e cantica.
E maestro ta splica pakico e alimentonan ta saludabel.

Pregunta:

- Kico e alimentonan ta duna e curpa?
- Den kico e alimentonan ta yuda e curpa?

Un mucha ta hunga e rol di Monchi (bendedo) y un otro mucha ta e cliente (e cliente ta bisti e pechi). Mientras cu e muchanan ta hunga e rol di Monchi y e cliente, ta canta e cantica.

Cantica: “Pa Nos Tur Crece Bon”

Pan, aros, batata y bonchi
Pasta, papa, hopi bon.
Nos a cumpra cerca Monchi.
Pa nos tur por crece bon.
Pan, aros, batata y bonchi
Pa nos tur por crece bon!

Melodia: Boer wat zeg je van mijn kippen.

Alimento di grano, bonchi y batata ta saludabel pa:

- yuda e curpa haya energia.
- yuda e tripa funciona bon.
- yuda e sanger haya hero.
- yuda den crecemento.
- yuda ora cu tin herida, pa e cera lihe.

Cantica 2: 1, 2, 3 Hap

- ❖ **Meta:** E muchanan por bisa number di diferente alimento di grano, bonchi y batata.
- ❖ **Material:** 1 comchi cu aros blanco herbi (moli y friu).
lechi likido friu
sucu
un paki di rasenchi
cane (cinnamon)
cups y cuchara chikito
e carchinan di alimento di grano, bonchi y batata for di e cahita:
“Move Hopi, Come Bon”
- ❖ **Instruccion:** E alimentonan, e carchinan y e “Guia pa un Bida Saludabel” ta meymey den kring. E muchanan ta bisa number di e alimentonan cu e maestro a trece, despues ta busca e alimentonan riba e “Guia pa un Bida Saludabel”
- E maestro ta describi e “Guia pa un Bida Saludabel”, e ta bisa number di e alimentonan den e hoki di pan y aros y ta splica cu tur alimento cu a trata ta famia di pan y aros. Ta ripiti e cantica.
- Pregunta:
- Kico boso a tende den e cantica?
 - Bisa number di e alimentonan cu a menciona den e cantica.
 - Cua alimento ta famia di pan y aros?
Ta canta e cantica.
- Cu ayudo di e maestro e muchanan ta mescla e ingredientenan pa traha pap'i aros. Ta canta e cantica y ta parti e pap'i aros pa tur mucha haya un tiki.

Cantica: “1, 2, 3 Hap”

1 – 2 – 3 – hap,
come bon, come bon.
1 – 2 – 3 – hap,
tur dia come bon.
Pan cu ham y pan cu jam
pap'i aros, aros bruha.
1 – 2 – 3 – hap,
pa nos crece bon.

Melodia: 1 – 2 – 3 – 4, hoedje van.

Alimento di grano, bonchi y batata ta:

- | | |
|---|-------------------------------------|
| - pan (tur sorto) | - aros |
| - pandushi | - batata |
| - buscuchi soda | - batata dushi, yuca of yams |
| - johny cake | - panbati |
| - arepa | - banana |
| - papa (brinta, quacker etc.) | - bonchi (tur sorto) |
| - cereal sin hopi sucu p.e
cornflakes, rice krispies | - funchi |
| | - pasta (macaroni, spaghetti, etc.) |

Storia 1:

E Galiña Balente

- ❖ **Meta:** E muchanan por menciona number diferente alimento di grano, bonchi y batata.
- ❖ **Material:** Buki: Mijn leuke sprookjes boek (90-447-0323-4).
Autor: Richard Scarry
- ❖ **Instruccion:** E maestro ta mostra un plachi for di e buki y e muchanan ta conta e storia

E maestro ta conta e storia.
Ta compara nan storia cu esun di e maestro

Na final di e storia ta contesta pregunta

Pregunta:

- Kico a pasa den e storia?
- Pakico e galiña yama, Galiña Balente?
- Kico e galiña balente a planta?
- Kico el a traha cu e maishi?
- Ki otro alimento por traha cu maishi?
- Cua otro alimento e galiña balente ta piki pa come?

Resumen di storia: "E Galiña Balente"

Un porco, un pato, un pushi y un galiña tawata biba hunto den un cas chikito masha bunita. E porco, e pato y e pushi floho no tawata yuda cu nada. E pober galiña so mester haci cas limpi y trabou pafo di cas. Tur dia e galiña ta rondia cuminda cu ta bon pa yud'e crece. E ta cana pik p'aki – p'aya. E ta pik su alimentonan pa e come, p.e.: aros, bonchi kibra, garnach'i pan y resto di cornflakes. Riba un dia e galiña a haya algun pipita di maishi tira abou. El a dicidi di planta nan. E otro bestianan no kier a yud'e ni cu plantamento, ni cu cortamento, ni cu mulamento di maishi y tampoco cu trahamento di pan. Ora el a yama e bestianan pa bin come e pan cu ta cla, e ora si nan a bin na careda. E galiña a bisa nan cu nan no a yuda, p'esey nan no ta haya.

Alimento di grano, bonchi y batata ta:

- | | |
|-------------------------------|-------------------------------------|
| - pan (tur sorto) | - aros |
| - pandushi | - batata |
| - buscuchi soda | - batata dushi, yuca of yams |
| - johny cake | - panbati |
| - arepa | - banana |
| - papa (brinta, quacker etc.) | - bonchi (tur sorto) |
| - cereal sin hopi sucu p.e | - funchi |
| cornflakes, rice krispies | - pasta (macaroni, spaghetti, etc.) |

E Galiña Balente

Un biahá tawatin un porco, un pato, un pushi y un galiña colo bruin. Tur e bestianan aki tawata biba hunto den un cas chikito masha bunita. Y kico nan tawata haci henter dia? E porco tawata gusta lora den lodo, e pato tawata landa den un plas di awa, e pushi tawata gusta drumi den solo. Y ... e galiña colo bruin? Su so mester a tene e cas limpi.

Riba un dia, ora e galiña tawata cana ta pik aki, pik aya, el a haya un pipita di maishi tira abou.

“Hey!, ken kier planta e pipita di maishi aki?”, el a puntra e otro bestianan.

“Ami no!”, e porco a contesta for di e plas di lodo.

“Ami no!”, e pato a contesta for di e plas di awa.

“Ami no!”, e pushi a contesta for di caminda cu e tawata drumi den solo.

“Ok, ta bon, mi mes ta bay plant’e”, e galiña colo bruin a contesta. Y el a bay planta e pipita di maishi. E pipita di maishi a crece bira un mata di maishi grandi, te cu el a saca un tapushi di maishi colo geel masha bunita mes.

E galiña colo bruin a bay cerca e otro bestianan y el a puntra nan: “Ken kier corta e maishi?”.

“Ami no!”, e porco, e pato y e pushi drumi den solo a contesta.

“Ta bon, mi mes ta hacie!”, e galiña colo bruin a bisa.

Y el a corta e maishi. Ora el a caba, el a puntra e otro bestianan: “Ken ta mula e maishi pa mi?”.

“Ami no!”, e porco, e pato y e pushi drumi den solo a contesta.

“Ta bon, mi mes ta mul’e”, e galiña colo bruin a contesta. Y el a mula e maishi. Ora el a keda cla, el a bin bek cu un saco chikito yen di hariña.

“Ken kier traha pan cu e hariña aki?”, el a puntra.

“Ami no!”, e porco, e pato y e pushi drumi den solo a contesta.

“Ta bon, mi mes ta traha pan!”, e galiña colo bruin a contesta.

Y el a traha pan. Ora e pan a keda cla, e galiña colo bruin a sac’e for di forno. Un bunita y pan colo bruin. E holo dushi di pan a plama te unda e porco, e pushi y e pato tawata.

“Ken kier un pida pan?”, e galiña colo bruin a puntra.

“Ami!”, e porco a grita y el a bula lanta for di e plas di lodo.

“Ami!”, e pushi a grita y el a bula lanta for di unda e tawata drumi den solo.

“Ami!”, e pato a grita y el a landa bin na canto di e plas di awa.

“Cu gana boso lo keda!”, e galiña colo bruin a contesta.

“Ta ami a haya e pipita di maishi, ta ami a plant’e, ta ami a cort’e y mul’e y ami a traha e pan aki!”.

“Y awo ta ami mes lo come,” y e galiña balente a saboria su pan!.

Traduci pa: E. de Cuba-van der Weide.

For di: Sprookjes voor kinderen.

L. Smulders-Cantecleer.

Storia 2:

Un Mal Soño

- ❖ **Meta:** E muchanan ta menciona sa number di diferente alimento di grano, bonchi y batata.
- ❖ **Material:** 1 ilustracion di e storia: “Un Mal Soño”.
E carchinan di e alimentonan di grano, bonchi y batata for di e cahita: “Move Hopi, Come Bon”.
- ❖ **Instruccion:** E muchanan ta wak e plachinan y ta bisa number di e alimentonan cu tin riba e plachi.

E maestro ta conta e storia.

Na final ta contesta pregunta.

Pregunta:
 - Kico a pasa den e storia?
 - Cua ta e alimentonan mas gusta den e storia

Resumen: “Un Mal Soño”

Jonchi Bonchi, Letti Spaghetti, Mosa Aros, Yeya Cereal, e ruman nan Pan y Buchi Batata ta biba hunto, ta biba contento den e cash' i cushina di Madu. Un dia Jonchi Bonchi ta lanta cu mal beis y no kier keda den e cashi ey mas. E ta bay busca otro famia. Jonchi Bonchi ta paketa su maleta, pero prome cu e bay e ta pasa camber di cada un y bisa nan ayo, sin lanta nan. E ta cana basta rato y ta tende un zonido su tras. Jonchi Bonchi ta bira wak, pero e no ta mira nada.
Di dos biaha cu e ta tende e zonido, tampoco e no ta mira nada. Pero di tres biaha Jonchi Bonchi ta wak Compa Bichi, bon hambra, den su cara. Jonchi Bonchi ta pensa mesora cu Compa Bichi ta bay come y e ta core bay. Compa Bichi ta core ful speed su tras.
Jonchi Bonchi bon cansa ta tropica y e ta sinti Compa Bichi su djentenan ta hinc'e. Jonchi Bonchi ta sapatia y grita su famia un pa un, pa bin yud'e. Ora Jonchi Bonchi tende e stemnan leu aya cu ta bis'e p'e lanta, e ta haya sa cu ta soña e ta soña! Contento Jonchi Bonchi ta brasa Mosa Aros, Letti Spaghetti, Yeya Cereal, e rumannan Pan y Buchi Batata. Jonchi Bonchi ta bisa nan cu e ta contento di ta nan famia y cu nunca mas e lo pensa pa laga nan! Jonchi Bonchi su famia ta keda wak e straño. “Ta ki mal soño el a haya?”

Alimento di grano, bonchi y batata ta:

- | | |
|-------------------------------|-------------------------------------|
| - pan (tur sorto) | - aros |
| - pandushi | - batata |
| - buscuchi soda | - batata dushi, yuca of yams |
| - johny cake | - panbati |
| - arepa | - banana |
| - papa (brinta, quacker etc.) | - bonchi (tur sorto) |
| - cereal sin hopi sucu p.e | - funchi |
| cornflakes, rice krispies | - pasta (macaroni, spaghetti, etc.) |

Un mal sueño

Jonchi Bonchi, Letti Spaghetti, Mosa Aros, Yeya Cereal, e rumannan Pan y Buchi Batata, tur ta biba manera un familia den cashi cushina di Madu. Pero mescos cu den tur familia, un dia, Shon Bonchi a lanta cu mal beis. El a bisa: “Mi no kier biba den e cashi aki mas! Tur dia mi tin cu papia, comparti y biba cu e mesun familia aki. Mi no ta ni sigur cu nan ta mi familia! Mi ta bay sali for di e cashi aki, busca otro familia pa mi biba cu ne.” E dia siguiente, manera el a bisa el a haci. Mainta trempan, ora tur e alimentonan ta drumi ainda, Jonchi Bonchi ta paketa su maleta, p’e bay busca un otro familia p’e biba cerca dje. El a dicidi cu prome cu e bay, e kier a wak nan pa ultimo biaha. Cu hopi cuidou e ta habri porta di camber di Mosa Aros, drumi den su japon color ros. Pocopoco Jonchi Bonchi ta bisa: “Ayo, Mosa Aros.” Jonchi Bonchi ta habri e porta di camber di Letti Spaghetti, nechi bisti den su pidjama cora yena cu confetti y pocopoco e ta bis’e: “Ayo Letti Spaghetti.” Despues el a habri porta di camber di Yeya Cereal, drumi manera un reina real y e ta bis’e: “Ayo, Yeya Cereal.” Mas pocopoco ainda, e ta habri e porta di camber di Buchi Batata. Buchi Batata manera un bon tata, ainda na sueño ta bisa: “Jonchi Bonchi ta soña bo ta soña? Bay sosega!”

Ultimo e ta habri porta di camber di pan blanco y pan bruin, drumi dushi asina banda di otro, dos ruman cu nunca sa pleita, cua di nan ta mas saludabel cu otro. Jonchi Bonchi ta bisa: “Ayo, mi rumannan pan.” Jonchi Bonchi ta habri porta di e cashi “Ayooooo!”, e ta bisa. Y e ta cana bay! Jonchi Bonchi ta cana, cana y cana. Den esey e ta sinti y tende algo su tras. Sshhh, sshhh! Jonchi Bonchi ta bira wak, pero ... nada. E ta sigui cana. Ata e mesun zonido atrobe! Sshhh, sshhh! E ta bolbe bira wak. Nada! Di tres biaha cu e ta tende e zonido, e ta drey wak! Ken boso ta kere Jonchi Bonchi ta wak?

Compa Bichi, cu su wowonan hancho habri, e ta wak pober Jonchi Bonchi den su cara! Compa Bichi ta habri su boca y Jonchi Bonchi ta mira un rij di djente skerpi. Jonchi Bonchi ta bisa mesora “E bichi aki kier come mi! E sa cu mi ta saludabel y cu mi barica ta yen di fibra, algo tipico di mi familia. Miho mi core limpi bay, pa mi no yora malay.” Jonchi Bonchi ta core bay, pero e bichi, cu normalmente ta pocopoco, di hambra cu e ta, e ta ranca un careda tras di Jonchi Bonchi. Ta manera gasolin di avion Compa Bichi a pone den su motor! Ta blo: Sssshhhhhh!, Sssshhhhhh!, so bo ta tende, asina duro Compa Bichi ta lastra tras di Jonchi Bonchi. Ora cu Jonchi Bonchi a ripara cu Compa Bichi ta cerca di gar’e, di miedo e ta pone mas speed! Pero di cansancio, ata! el a tropica, Compa Bichi sin perde tempo ta bula riba dje. Shon Bonchi ta sinti e djentenan skerpi ta hinc’e y el a grita: “Mosa Aros, Letti Spaghetti, Yeya Cereal, Buchi Batata, mi rumannan Pan, boso bin yuda mi!” Mas hinca skerpi Jonchi Bonchi ta sinti! Jonchi Bonchi ta sapatia cu man y pia. E ta sclama: “Mi rumannan, unda boso ta? Bin yuda mi, bin yuda mi, e bichi hambra aki ta bora mi!” Leu aya e ta tende un stem. “Jonchi Bonchi!, Lanta, lanta! Ta soña, bo ta soña! No preocupa!” Cu wowo hancho habri y tur spanta, Jonchi Bonchi ta bula lanta. E ta wak rond y e ta mira su familia: Mosa Aros, Letti Spaghetti, Yeya Cereal, Buchi Batata y e rumannan Pan. Jonchi Bonchi ta hala un rosea grandi di alivio, e ta brasa nan y e ta bisa: “Mi ta contento di ta pertenece na e familia aki! Mi no ta pensa di laga boso nunca, nunca mas!” Su familia no ta comprende kico a pas’e, nan ta keda wak e straño! “Ta ki mal sueño Jonchi Bonchi a haya?”

Autor: Ludmina Koolman

Matemática 1: Cua Forma E Tin?

- ❖ **Meta:** E muchanan por bisa pakico alimento di grano, bonchi y batata ta saludabel.
- ❖ **Material:** Poster “Guia pa un Bida Saludabel”
1 dou cu forma geometrico
1 set di logiblokken
1 blachi A4 cu plachi
- ❖ **Instruccion:** E muchanan ta bisa number di e alimentonan den e grupo di pan/cereal y aros.
E maestro ta bisa e muchanan cu tur alimento den e grupo ta famia di pan y aros y ta splica pakico e alimentonan aki ta saludabel.
E maestro ta muestra un forma geometrico for di e baki di logiblokken y ta duna turno pa busca un obheto den klas cu e mesun forma.
E muchanan ta bisa number di e forma geometrico y ta bisa cua alimento riba e poster tin e mesun forma. Ta sigui cu e wega.
- Sugerencia pa wega:
- Wega 1: Ta duna turno pa tira dou y wak cua forma geometrico ta sali. Ta bisa number di e forma geometrico y e otro muchanan ta yuda si ta necesario. E mucha ta busca riba e poster, un alimento cu tin e mesun forma cu a sali riba e dou. Ta duna mas turno te ora cu trata tur forma geometrico.
- Wega 2: Ta bruha e logiblokken, un mucha ta bisa number di un forma geometrico y un otro mucha ta busca e forma den e logiblokken.
- E muchanan ta bisa number di un alimento saludabel for di e poster y ta bisa pakico e ta saludabel.

Tip: Hinca e wega aki den huki di matematica.

Alimento di grano, bonchi y batata ta saludabel pa:

- yuda e curpa haya energia.
- yuda e tripa funciona bon.
- yuda e sanger haya hero.
- yuda den crecemento.
- yuda ora cu tin herida, pa e cera lihe.

Matemática 2: Con Hopi E Ta?

- ❖ **Meta:** E muchanan por bisa pakico alimento di grano, bonchi y batata ta saludabel.
- ❖ **Material:**
- Set di beker di plastic di 3 diferente tamaño (pa cada grupo)
 - bonchi cora, bonchi erwt
 - macaroni elleboog
 - aros
 - maishi
 - poster “Guia pa un Bida Saludabel”.
- ❖ **Instruccion:** E maestro a pone tur e articulonnan riba mesa meymey den kring. E muchanan ta reacciona riba loke nan ta mira.
- E muchanan ta describi e “Guia pa un Bida Saludabel” y ta bisa den cua colo di grupo e alimentonan ta pertenece. E maestro ta informa e muchanan cu tur alimento den e grupo ta famia di pan y aros. Ta splica pakico alimento cu ta famia di pan y aros ta saludabel.
- Pregunta:
- Pakico alimento cu ta famia di pan y aros ta saludabel?
Ta duna turno pa scoge un alimento cu tin riba mesa y yena e beker grandi cu esaki.
- Pregunta:
- Cua beker ta yen?
 - Cua beker ta bashi?
E mucha na turno ta basha e mesun alimento den e beker chikito.
- Pregunta:
- Cua beker tin mas hopi alimento y cua beker tin menos y dicon?
 - Cua beker ta bashi?
 - Cua di e bekernan por uza pa yena e beker mediano?
Un mucha ta scoge entre e dos bekernan 1 beker pa yena e beker mediano. E mucha ta splica pakico a scoge e beker ey.
- Wega:
- Ta forma grupo, cada grupo ta scoge un alimento y un set di beker. Den grupo ta bay experimenta cu volumen. Door di yena diferente tamaño di beker e muchanan ta experencia kico ta volumen. E conceptonan cu ta bin dilanti ta: Yen, bashi, mas hopi, mas hopi cu, menos cu, etc.
- Na final ta bin hunto y ta intercambia experencia.

Alimento di grano, bonchi y batata ta saludabel pa:

- yuda e curpa haya energia.
- yuda e tripa funciona bon.
- yuda e sanger haya hero.
- yuda den crecemento.
- yuda ora cu tin herida, pa e cera lihe.

Movecion

Ban Supermercado!

❖ **Meta:** E muchanan por bisa number di diferente alimento di grano, bonchi y batata.

❖ **Material:** Tamborin.

❖ **Instruccion:** Ta hunga cu ta bay cumpra alimento di grano, bonchi y batata.
Ta check den cashi di cushina kico falta pa traha un lista di compras.
Falta pan, aros, bonchi, batata y cornflakes.
Kico mas falta? Spaghetti, papa y buscuchi.
Kico tin skirbi riba e lista?

Storia cu movecion: (ta move riba ritmo di e tamborin)

E supermercado no ta keda leu, ta cana pa yega.

- Movecion: Cana
Ban huppel pa nos yega mas lihe.
- Movecion: Huppel
Awa ta yobe, core y bula over di e plasnan di awa.
- Movecion: Core y bula
A yega supermercado. Ta coy un garoshi y push'e.
- Movecion: Cana cu nan brasanan gerek
Ora tende stop ta dobla brasa y trek e garoshi pa e para.
- Movecion: Dobla brasa y rek brasa
Ta wak e lista bon. Kico mester cumpra? E muchanan ta contesta.
Prome ta coy batata, e saco ta pisa, sak door di rudia pa hisa e saco miho.
- Movecion: Sak door di rudia
Ban hisa e saco riba schouder
- Movecion: Dobla e elleboog y e mannan ta mishi cu e schouder/ banda robes y banda drechi
Awor ta coy e saco di aros. Ata e saco a kibra. Ban gatia piki e pipitanan di aros.
- Movecion: gatia
E cornflakes nan ta poni riba e reki mas halto. Ban rek pa coy un paki.
- Movecion: rek bo curpa
Supermercado ta bay cera. Ban core coy pan.
- Movecion: core
Ta hiba e garoshi y para den rij na cahera pa conta tur loke a cumpra.
- Movecion: cana (y forma rij)

Ta sinta abou den un kring.

Pregunta:

- Kico a cumpra na supermercado?
- Con a sinti despues di a haci wega di movecion?

Alimento di grano, bonchi y batata ta:

- | | |
|-------------------------------|-------------------------------------|
| - pan (tur sorto) | - aros |
| - pandushi | - batata |
| - buscuchi soda | - batata dushi, yuca of yams |
| - johny cake | - panbati |
| - arepa | - banana |
| - papa (brinta, quacker etc.) | - bonchi (tur sorto) |
| - cereal sin hopi sucu p.e | - funchi |
| cornflakes, rice krispies | - pasta (macaroni, spaghetti, etc.) |

Obra di man 1: Un cadena bunita

- ❖ **Meta:** E muchanan por bisa number di diferente alimento di grano, bonchi y batata.
- ❖ **Material:** 3 sorto di pasta (elleboog, penne y pasta volkoren)
1 bol di hilo
Stift di colo
1 cadena traha di pasta
poster “Guia pa un Bida Saludabel”
- ❖ **Instruccion:** E maestro tin e cadena di pasta bisti. E muchanan ta wak e cadena, nan ta bisa di kico e ta traha y ta bisa number di otro alimento cu tambe por traha cadena cu nan.
- E muchanan ta bisa kico nan ta wak riba e “Guia pa un Bida Saludabel” y ta bisa den cua grupo tin pasta. E muchanan ta menciona e alimentonan cu tin den e grupo y e maestro ta informa e muchanan cu tur alimento den e grupo ta famia di pan y aros.
- E muchanan ta traha un cadena di pasta. Ta scoge e pasta cu nan gusta pa traha e cadena. Ta uza stift pa dorna e cadena.

Un Porcion di alimento di grano, bonchi y batata ta:

- | | |
|------------------------------------|--|
| - 1 snechi di pan | - ½ copi di aros |
| - ½ hamburger of hotdogroll | - ½ copi di funchi |
| - ½ snechi di pandushi | - ½ copi di aros moro |
| - 1 dinnerroll of mini pandushi | - 1 pida panbati |
| - 1 copi di cereal cla pa come | - ½ - 1 copi di macaroni of otro pasta |
| - 1 copi papa cushina | - 1 batata mediano |
| - 3 pida crackers of buscuchi soda | - ½ copi batata machica |
| | - 2 pida batata dushi, yuca of yams |
| | - ¼ pida banana herbi of hasa |
| | - ½ copi di bonchi |

- Ta come sigur 5 porcion pa dia. Si ta haci mas movecion, ta come 6 pa dia.

Obra di man 2: Florero pa Mama

- ❖ **Meta:** E muchanan por bisa number di diferente alimento di grano, bonchi y batata.
- ❖ **Material:** 1 boter bashi (plastic)
diferente bonchi: bonchi cora, bonchi erwt, bonchi wowo preto, etc
Lijm collal
1 florero di bonchi cu e maestro a traha como ehempel
Poster “Guia pa un Bida Saludabel”.
- ❖ **Instruccion:** E muchanan ta wak e florero y ta conta algo di dje. E maestro ta splica con ta traha e florero.
E muchanan ta bisa kico nan ta wak riba e “Guia pa un Bida Saludabel” y ta bisa den cua grupo tin bonchi. E muchanan ta bisa e nombrenan di e alimentonan den e grupo di pan/cereal y aros y e maestro ta informa nan cu tur alimento den e grupo ey ta famia.
- Pregunta:
- Ken sa number di otro sorto di pan? (pan ‘i hamburger, pan ‘i hotdog, pandushi, pan’i mashin, dal bay, dinner roll).
 - Kico mas nos por traha cu aros? (aros moro, aros bruha, pap’i aros).
 - Bo sa number di otro sorto di pasta?
 - Cuanto sorto di cornflakes bo conoce?
 - Bisa number di otro sorto di bonchi.
- E muchanan ta traha un florero. E diseño ta liber.

Alimento di grano, bonchi y batata ta:

- | | |
|-------------------------------|-------------------------------------|
| - pan (tur sorto) | - aros |
| - pandushi | - batata |
| - buscuchi soda | - batata dushi, yuca of yams |
| - johny cake | - panbati |
| - arepa | - banana |
| - papa (brinta, quacker etc.) | - bonchi (tur sorto) |
| - cereal sin hopi sucu p.e | - funchi |
| cornflakes, rice krispies | - pasta (macaroni, spaghetti, etc.) |

Plachi pa kleur: Mami Ta Haci Compras

- ❖ **Meta:** E muchanan por bisa number di diferente alimento di grano, bonchi y batata.
- ❖ **Material:** Un plachi pa kleur: “Mami ta haci Compras”
Kleurpotlood
Poster “Guia pa un Bida Saludabel”
- ❖ **Instruccion:** E muchanan ta describi e “Guia pa un Bida Saludabel” y ta bisa den cua colo di grupo e alimentonan riba nan plachi pa kleur ta.
E muchanan ta bisa number di e alimentonan cu tin den e grupo pan/cereal y aros y e maestro ta splica cu tur alimento den e grupo ta famia.

E muchanan ta kleur e plachi.

Un Porcion di alimento di grano, bonchi y batata ta:

- 1 snechi di pan
- 1/2 hamburger of hotdogroll
- 1/2 snechi di pandushi
- 1 dinnerroll of mini pandushi
- 1 copi di cereal cla pa come
- 1 copi papa cushina
- 3 pida crackers of buscuchi soda
- 1/2 copi di aros
- 1/2 copi di funchi
- 1/2 copi di aros moro
- 1 pida panbati
- 1/2 - 1 copi di macaroni of otro pasta
- 1 batata mediano
- 1/2 copi batata machica
- 2 pida batata dushi, yuca of yams
- 1/4 pida banana herbi of hasa
- 1/2 copi di bonchi

- Ta come sigur 5 porcion pa dia. Si ta haci mas movecion, ta come 6 pa dia.

Blachi di tarea 1: Cua Ta Pas Cu Otro?

- ❖ **Meta:** E muchanan por bisa pakico alimento di grano, bonchi y batata ta saludabel.
- ❖ **Material:** Blach'i tarea: "Cua ta pas cu otro"
1 potlood
poster "Guia di Alimentacion y Movecion".
- ❖ **Instruccion:** E muchanan ta bisa kico nan ta mira riba e "Guia pa un Bida Saludabel".
- E maestro ta trata e alimentonan den e grupo pan/cereal y aros.
Ta splica pakico e alimentonan ta saludabel, y ta bisa e muchanan cu tur alimento den e grupo ey ta famia.
- Pregunta:
➤ Pakico e alimentonan cu ta famia di pan y aros ta saludabel?
- Tarea:
Hala un liña y conecta locual ta pas cu otro.

Alimento di grano, bonchi y batata ta saludabel pa:

- yuda e curpa haya energia.
- yuda e tripa funciona bon.
- yuda e sanger haya hero.
- yuda den crecemento.
- yuda ora cu tin herida, pa e cera lihe.

Blachi di tarea 2: Kico Ta Porcion?

❖ **Meta:** E muchanan por bisa cuanto porcion di alimento di grano, bonchi y batata por uza pa dia.

❖ **Material:** Blach'i tarea: "Kico ta porcion"
Potlood
Poster "Guia pa un Bida Saludabel".

❖ **Instruccion:** E muchanan ta combersa di loke nan ta mira riba e blach'i tarea y riba e "Guia pa un Bida Saludabel".

Un mucha ta muestra riba e "Guia pa un Bida Saludabel", den cua grupo e alimentonan di e blach'i tarea ta. E maestro ta bisa cu tur alimento den e grupo ey ta famia di pan y aros y ta splica cuanto porcion (5 - 6) por come pa dia di e alimentonan cu ta famia di pan y aros.

Tarea:

Kleur e cantidad di porcion di e alimentonan di e famia di pan y aros cu por come pa dia.

Un Porcion di alimento di grano, bonchi y batata ta:

- | | |
|------------------------------------|--|
| - 1 snechi di pan | - ½ copi di aros |
| - ½ hamburger of hotdogroll | - ½ copi di funchi |
| - ½ snechi di pandushi | - ½ copi di aros moro |
| - 1 dinnerroll of mini pandushi | - 1 pida panbati |
| - 1 copi di cereal cla pa come | - ½ - 1 copi di macaroni of otro pasta |
| - 1 copi papa cushina | - 1 batata mediano |
| - 3 pida crackers of buscuchi soda | - ½ copi batata machica |
| | - 2 pida batata dushi, yuca of yams |
| | - ¼ pida banana herbi of hasa |
| | - ½ copi di bonchi |

- Ta come sigur 5 porcion pa dia. Si ta haci mas movecion, ta come 6 pa dia.