

Whole Foods Market Formación Académica

Supermercados nos proveen con opciones de comida para estar saludables. En la exposición Whole Foods Market, los niños pueden explorar los primeros conceptos matemáticos identificando los atributos de los alimentos, clasificándolos en grupos y contando cuántos artículos tienen en su carrito. Las habilidades lingüísticas pueden desarrollarse a partir de la descripción de sus "compras", así como el juego de roles de varios trabajos y tareas en un supermercado.



Desarrollo de Lenguaje – Explorar nuestro ambiente temático brinda oportunidades para aprender vocabulario nuevo, hacer preguntas, buscar información y participar en conversaciones sobre lo que observan mientras se relacionan con otros invitados.



Habilidades Motoras – Los niños practican agarrar y sostener una variedad de formas y tamaños de alimentos y envases. También practican maniobras y un carrito alrededor del supermercado.



Desarrollo Emocional y Social – Los niños practican las relaciones sociales, las habilidades sociales y la autorregulación mientras participan en experiencias dramáticas de juego con otros. Los niños también tienen la oportunidad de desarrollar autoconfianza seleccionando a sí mismos qué papel emular.

Tratar en Casa:

*Pasaje de National Association for the Education of Young Children (NAEYC) Blog: **Let's Eat (Well)!***

Hablar con su hijo sobre una nutrición saludable. Tener una actitud saludable hacia la comida no sucede de la noche a la mañana. Esto es lo que puede hacer para ayudar:

- Presentar a su hijo a una variedad de alimentos.
- Discutir de dónde vienen los diversos alimentos. Ir al supermercado juntos. Visitar granjas, mercados de granjeros y huertos, si es posible, para hablar directamente con agricultores.
- Cocinar Juntos! Su hijo puede revolver, agregar ingredientes y especias, enrollar masa. Introducir alimentos nuevos o "fuera de lo normal" lentamente y de diferentes maneras (por ejemplo, las cebollas crudas en una ensalada no saben a cebollas caramelizadas en un taco).
- Mostrar flexibilidad. Modelar, probar cosas nuevas y abstenerse de actuar negativamente hacia los alimentos que no prefiere.

[The Healthy Children website from the American Academy of Pediatrics](#) ofrece consejos de expertos médicos sobre nutrición.

El sitio web Healthy Children de la Academia Estadounidense de Pediatría