



De la granja a la mesa



La leche de producción local está disponible los 365 días del año.

Estimado educador,

Enseñar a los estudiantes de dónde proviene su comida es un paso fundamental en el desarrollo de hábitos alimenticios saludables. Dairy Farmers of Wisconsin y los galardonados especialistas en currículos de Young Minds Inspired se complacen en brindarle estos materiales didácticos gratuitos, basados en estándares educativos, que involucrarán a sus estudiantes en la exploración de las conexiones entre la buena nutrición y el papel que desempeñan los granjeros locales en el suministro de nuestros alimentos y en ayudar a proteger nuestro medio ambiente.


Esperamos que comparta este programa con otros maestros de su escuela y con su director de nutrición escolar también. Aunque los materiales tienen derechos de autor, puede hacer tantas copias como sea necesario para fines educativos. Por favor, comente en línea en ymiclassroom.com/feedback-WisconsinDairy para dar su opinión. Dependemos de sus comentarios para continuar brindando programas educativos gratuitos que marquen una diferencia real en la vida de los estudiantes.

Atentamente,

Equipo de jóvenes y escuelas en Dairy Farmers of Wisconsin

Dr. Dominic Kinsley,
Editor jefe
Young Minds Inspired
(mentes jóvenes inspiradas)



 Si usted tiene preguntas, comuníquese con nosotros de manera gratuita al 1-800-859-8005 o por correo electrónico a feedback@ymiclassroom.com.

Público objetivo

Estudiantes de escuela primaria en los grados 2-4 y sus familias

Objetivos del programa

- Educar a los estudiantes sobre la agricultura local y su importancia para su comunidad
- Enseñar a los estudiantes sobre los muchos beneficios de consumir productos lácteos y otros alimentos producidos localmente
- Reforzar las pautas de nutrición de MyPlate de USDA para una alimentación saludable
- Inspirar a los estudiantes a cultivar sus propios alimentos en un jardín escolar o familiar

Componentes del programa

- Esta guía de una página para maestros
- Tres hojas de actividades reproducibles para los estudiantes
- Formulario de comentarios en línea en ymiclassroom.com/feedback-WisconsinDairy

Cómo utilizar este programa

Fotocopie la guía del maestro y las hojas de actividades. Presente el programa haciendo que los estudiantes vean la visita virtual de la granja lechera de Dairy Farmers of Wisconsin en www.wisconsinmilk.org/Youth-and-Schools/Dairy-Education/Farm-to-Table-Lesson-Registration/Farm-to-Table-Lesson/Farm-Tour. Planee que los estudiantes completen la actividad 2 por la tarde, después del almuerzo. Envíe cada hoja de actividades a casa para que los estudiantes las compartan con sus padres. Por favor, visite ymiclassroom.com/WisconsinDairy para revisar la alineación del programa con los estándares comunes de educación.

Actividad 1 De la granja a la mesa—Un viaje local

Haga que los estudiantes completen el cuestionario de forma independiente o en grupos.

Respuestas: 1-D; 2-C; 3-D; 4-C; 5-H; 6-todas menos la B.

Luego, haga que los estudiantes completen las letras para completar el párrafo. **Respuestas:** animales, medio ambiente, reciclaje, máquina, desecho, electricidad, fertilizar, frutas, verduras, granos, saludable, almuerzos.

Como extensión, pida a los estudiantes que ilustren su elección de una de las afirmaciones sobre el consumo de alimentos cultivados localmente, y luego combinen sus bosquejos para crear carteles para exhibir en el aula, el pasillo o la cafetería.

Actividad 2

Mi Escuela, mi comida

Revise el ícono de MyPlate con los estudiantes. Recuérdeles que aunque muchas de sus comidas a menudo incluyen alimentos procesados, las plantas y los animales siguen siendo la fuente original y dependemos de ellos y de los granjeros que los cuidan, para obtener todos nuestros alimentos.

Si es necesario, ayude a los estudiantes a identificar las fuentes de sus alimentos con sugerencias como: ¿De dónde vendría el pavo, el queso, el pan y la lechuga si hubiera comido un sándwich de pavo? (**Respuestas:** una granja de pavos, una granja lechera, una granja de trigo y una granja agrícola.) Envíe la hoja de actividades a casa para que los estudiantes las compartan con sus padres.

Actividad 3

¡Cosecha en casa!

Ayude a los estudiantes, si es necesario, a descifrar las palabras y use la tabla para registrar la producción. **Respuestas:** zanahorias-10 libras.; patatas-20 libras.; repollo-20 libras.; pepinos-10 libras.; tomates-25 libras.; pimientos-15 libras. Producción total-100 lbs.

Haga que los estudiantes compartan sus ideas sobre cómo las conexiones en *¡poder de plantación!* destacan el beneficio ambiental de la jardinería. Desafíelos a pensar en más beneficios.

Respuestas: 1-C; 2-D; 3-A; 4-E; 5-B.

Después de que los estudiantes hayan usado la parte posterior de su papel para registrar los elementos necesarios para planificar un jardín (herramientas, almacenamiento de herramientas, tierra, envases o espacio para plantar, semillas y/o plántulas, una fuente de agua, riego, regaderas, etc.) y bosquejen sus ideas, es posible que desee ampliar esta actividad iniciando un jardín en su escuela. (vea www.kidsgardening.org para ideas).

Recursos



Sitio del programa

- Young Minds Inspired, www.ymiclassroom.com/WisconsinDairy

Lácteos

- Dairy Farmers of Wisconsin, www.wisconsinmilk.org/Youth-and-Schools/Dairy-Education
- Undeniably Dairy, www.usdairy.com

MyPlate

- MyPlate, de USDA www.myplate.gov

De la granja a la escuela

- De la granja a la escuela nacional, www.farmtoschool.org
- Programa de subsidios de la granja a la escuela, <https://www.fns.usda.gov/cfs/farm-school-grant-program>

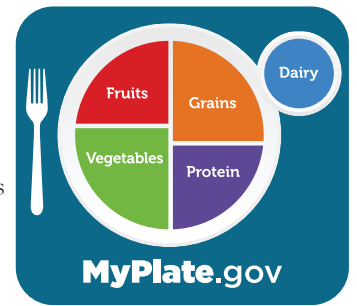
Agricultura local

- Agricultura de Wisconsin en el aula, www.wisagclassroom.org/
- La organización nacional de agricultura en el aula, www.agclassroom.org

Jardinería escolar

- Proyecto de patio escolar comestible, www.edibleschoolyard.org
- Jardinería para niños, www.kidsgardening.org
- LifeLab, www.lifelab.org

Mi Escuela, mi Comida



La guía MyPlate le ayuda a recordar incluir alimentos de los cinco grupos alimenticios en sus comidas todos los días. Estos grupos alimenticios son los componentes básicos de una dieta saludable.

¿Qué comió hoy en el almuerzo escolar? Mencione cada elemento debajo de su grupo alimenticio. Mencione los elementos que combinan grupos alimenticios (como la pizza) en todos los grupos alimenticios que correspondan.

| Frutas | Verduras | Granos | Proteína | Lácteos |
|--------|----------|--------|----------|---------|
| | | | | |

Ahora elija dos de los artículos de su almuerzo. Escriba la fuente de cada uno después de la flecha (por ejemplo, un cartón de leche proviene de las vacas lecheras). ¡Recuerde, la comida no se cultiva en la tienda!

1. _____ →
 2. _____ →

¡Padres! Si su hijo participa en el programa de comidas escolar, es muy probable que su almuerzo provenga de una fuente de alimentos local. Muchos programas de comidas escolares en nuestra región utilizan productos lácteos de granjas locales que son miembros de Dairy Farmers of Wisconsin. Los alimentos producidos localmente llegan a su mesa con su máximo sabor y valor nutricional. Comer localmente también impulsa económicamente a su comunidad, al apoyar las conexiones agrícolas entre granjeros, empresas y consumidores como usted.

Coma localmente sirviendo esta sabrosa pizza con una ensalada fresca con verduras y vegetales de su granja cercana o de su jardín escolar o familiar, junto con leche de su granja lechera local.

Consejos Para comprar local



- La mayoría de los productos incluyen la información "cultivado en", directamente en el producto o en su empaque. O pregunte su vendedor qué alimentos y productos lácteos provienen de fuentes locales.
- Compre todo en granjas locales, desde productos lácteos hasta verduras y para experimentar visitas a granjas.
- Busque la insignia de Proudly Wisconsin Cheese (queso orgullosamente de Wisconsin) en los quesos y la insignia de Proudly Wisconsin Dairy (lácteos orgullosamente de Wisconsin) en otros productos lácteos.
- Averigüe si hay un programa de agricultura apoyada por la comunidad (CSA, por sus siglas en inglés) para su área en www.csacoalition.org/. El programa CSA le suministra cajas de frutas y verduras frescas de la granja, semanal o mensualmente.

Deliciosa Pizza a la Jardinera

Tiempo de cocción: 30 minutos. Porciones 4 (de 2 rebanadas cada una). ¡Experimente agregando ajo, un vinagre aromatizado combinado con el aceite y otras verduras de elección de su cosecha!

Ingredientes

- 1 masa refrigerada para pizza enlatada de 10 onzas
- Spray para cocinar
- 2 cdtas. de aceite de oliva, divididas
- 3 tomates pequeños, en rodajas finas
- 1 pimiento mediano, en rodajas finas
- 1 taza (4 oz.) de queso mozzarella de Wisconsin rallado
- 2 Cda. de queso parmesano de Wisconsin
- ½ taza de albahaca, finamente picada, sal y pimienta al gusto



Preparación

1. Precaliente el horno a 400°.
2. Cubre un molde para pizza con spray para cocinar. Desenrolle la masa en la forma de sartén. Hornee a 400° durante 8 minutos. Pincele con 1 cda. de aceite
3. Añada rodajas de tomate y

pimiento sobre la corteza, dejando ½ pulgada alrededor de todos los bordes. Mezcle los quesos y añada por encima uniformemente. Hornee a 400° durante 12 minutos. La masa está lista cuando el queso se derrite y la corteza está dorada.

4. Esparza de manera uniforme albahaca picada, sal y pimienta sobre pizza. Añada en hilo el aceite restante, uniformemente sobre la superficie. Decore con hojas enteras de albahaca si lo desea. ¡Córtela en 8 rebanadas y disfrute!



La leche de producción local está disponible los 365 días del año.



Actividad 3

ORIGINAL PARA REPRODUCCIÓN

¡Cosecha en casa!



Plantar un jardín es una forma divertida de descubrir de primera mano cómo llegan los alimentos de la granja a su mesa. Esta actividad le ayudará a comenzar y a descubrir algunas de las cosas buenas que hacen los jardines.

¡Plantando filas!

Todos los granjeros y jardineros necesitan saber cuánta comida podrían cosechar. Use la tabla a continuación para calcular cuánto de cada cultivo podría cultivar en este jardín, con filas de 10 pies de largo. Escriba las cantidades en la columna "Mi producción". ¡Pero primero, tendrá que descifrar los nombres de los cultivos!

| Cultivo | Longitud de la fila | Producción |
|------------|---------------------|--------------------|
| Col | 10 pies X | 2 libras por pie |
| Zanahorias | 10 pies X | 1 libras por pie |
| Pepinos | 10 pies X | 1 libras por pie |
| Pimientos | 10 pies X | 1.5 libras por pie |
| Papas | 10 pies X | 2 libras por pie |
| Tomates | 10 pies X | 2.5 libras por pie |

Cultivo

Producción

oiasnzahar: _____

aspap: _____

lco: _____

oisnpe: _____

sttmaoe: _____

ietsnomip: _____

Producción total de la cosecha: _____

¡Poder de plantación!

Los granjeros y jardineros ayudan al medio ambiente de muchas maneras, tanto en las grandes ciudades como en las pequeñas comunidades. Forme parejas con estos datos sobre el jardín con su impacto en el medio ambiente escribiendo la letra correcta en el espacio:

Datos sobre el jardín

- Los jardines atraen abejas y mariposas.
- Los jardines absorben el agua de lluvia.
- Los jardines usan estiércol y compost como fertilizante.
- Los jardines hacen uso de lotes baldíos.
- Las plantas de jardín absorben dióxido de carbono y producen oxígeno.

Impacto en el medio ambiente

- Recicla los desechos que irían a un vertedero.
- Ayuda a reducir los gases de efecto invernadero.
- Aumenta los polinizadores necesarios para producir frutas y verduras.
- Ayuda a proteger lagos y ríos de la escorrentía.
- Crea espacios urbanos verdes.



¡Tiempo de planificación!

Ahora use la parte posterior de este documento para organizar ideas para plantar su propio jardín. Haga una lista de las cosas que necesitará (herramientas, semillas, nombres de cultivos, etc.), luego dibuje el jardín de sus sueños ¡y muestre lo que va a plantar y dónde!



Consejos de jardinería

- No necesita un gran pedazo de tierra para comenzar un jardín. De hecho—es mejor comenzar con algo pequeño, por ejemplo, con algunas verduras que crezcan en macetas.
- Cultive los alimentos que le gusta comer, pero primero averigüe qué crecerá bien en su región. Las frutas y verduras tienen temporadas de crecimiento específicas que determinan cuándo deben plantarse.
- ¡Sea creativo! Plante un huerto de pizzas con verduras que pueda usar como aderezos para pizza. O plante un jardín de barra de ensaladas donde pueda elegir lo que quiera para una ensalada fresca.



La leche de producción local está disponible los 365 días del año.



© 2021 YMI, Inc.



De la granja a la mesa

Un programa de nutrición para los grados 2-4

Las actividades de este programa cumplen con los siguientes estándares comunes de educación

Actividad 1

De la granja a la mesa— Un viaje local

Segundo Grado

• CCSS.ELA-LECTURA Y ESCRITURA.RF.2.4A:

Leer el texto del nivel de grado con propósito y comprensión.

• CCSS.ELA-LECTURA Y ESCRITURA.RF.2.4.C:

Usar el contexto para confirmar o autocorregir el reconocimiento y la comprensión de las palabras, releyendo según sea necesario.



Tercer Grado

• CCSS.ELA-LECTURA Y ESCRITURA.RF.3.3: Conocer y aplicar las habilidades de fonética y análisis de palabras al nivel del grado para decodificar palabras.

• CCSS.ELA-LECTURA Y ESCRITURA.RF.3.4: Leer con suficiente precisión y fluidez para apoyar la comprensión.

• CCSS.ELA-LECTURA Y ESCRITURA.RI.3.1: Hacer y responder preguntas para demostrar la comprensión de un texto, refiriéndose explícitamente al texto como base para las respuestas.

• CCSS.ELA-LECTURA Y ESCRITURA.RI.3.4: Determinar el significado de palabras y frases académicas generales y específicas de dominio, en un texto relevante para un *tema o área de una materia de tercer grado*.

Cuarto Grado

• CCSS.ELA-LECTURA Y ESCRITURA.RF.4.3: Conocer y aplicar las habilidades de fonética y análisis de palabras al nivel del grado para decodificar palabras.

• CCSS.ELA-LECTURA Y ESCRITURA.RF.4.4: Leer con suficiente precisión y fluidez para apoyar la comprensión.

Actividad 2

Mi Escuela, mi comida

Segundo Grado

• CCSS.ELA-LECTURA Y ESCRITURA.RI.2.7: Explicar cómo imágenes específicas (por ejemplo, un diagrama que muestre cómo funciona una máquina) contribuyen y aclaran un texto.

• CCSS.ELA-LECTURA Y ESCRITURA.W. 2.7: Participar en proyectos compartidos de investigación y redacción (por ejemplo, leer varios libros sobre un solo tema para producir un informe; registrar observaciones científicas).

Tercer Grado

• CCSS.ELA-LECTURA Y ESCRITURA.RI.3.7: Utilizar la información obtenida de ilustraciones (por ejemplo, mapas, fotografías) y las palabras de un texto para demostrar la comprensión del texto (por ejemplo, dónde, cuándo, por qué y cómo ocurren los eventos clave).

• CCSS.ELA-LECTURA Y ESCRITURA.W. 3. 8: Recordar información de experiencias o recopilar información de fuentes impresas y digitales; tome notas breves sobre las fuentes y clasificar la evidencia en las categorías proporcionadas.

Cuarto Grado

• CCSS.ELA-LECTURA Y ESCRITURA.RI.4.7: Interpretar la información presentada, visual, oralmente o cuantitativamente (por ejemplo, en cuadros, gráficos, diagramas, líneas de tiempo, animaciones o elementos interactivos en páginas web) y explicar cómo la información contribuye a la comprensión del texto en el que esta aparece.

• CCSS.ELA-ALFABETIZACIÓN.W. 4.8: Recordar información relevante de experiencias o recopilar información relevante de fuentes impresas y digitales; tomar notas, clasificar la información, y proporcionar una lista de fuentes.



© 2021 YMI, Inc.

Actividad 3

¡Cosecha en casa!

Segundo Grado

- **CCSS.ELA-LECTURA Y ESCRITURA.RF.2.3:** Conocer y aplicar las habilidades de fonética y análisis de palabras al nivel del grado para decodificar palabras.
- **CCSS.ELA-LECTURA Y ESCRITURA.W. 2.7:** Participar en proyectos compartidos de investigación y redacción (por ejemplo, leer varios libros sobre un solo tema para producir un informe; registrar observaciones científicas).
- **CCSS.ELA-LECTURA Y ESCRITURA.RI.2.3:** Describir la conexión entre una serie de eventos históricos, ideas o conceptos científicos, o pasos en procedimientos técnicos, dentro de un texto.
- **CCSS.MATEMÁTICAS.CONTENIDO.2.NBT.B. 5:** Sumar y restar con fluidez dentro del rango de 100, usando estrategias basadas en el valor posicional, las propiedades de las operaciones y/o la relación entre la suma y la resta.



Tercer Grado

- **CCSS.ELA-LECTURA RF.3.3:**

Conocer y aplicar las habilidades de fonética y análisis de palabras al nivel del grado para decodificar palabras.

- **CCSS.ELA-LECTURA Y ESCRITURA.W. 3.7:**

Realizar proyectos de investigación cortos que generen conocimiento sobre un tema.

- **CCSS.ELA-LECTURA Y ESCRITURA. RI.3.3:**

Describir la conexión entre una serie de eventos históricos, ideas o conceptos científicos, o pasos en procedimientos técnicos, dentro de un texto, utilizando un lenguaje relacionado con el tiempo, la secuencia y la causa/efecto.



Cuarto Grado

- **CCSS.ELA-LECTURA Y ESCRITURA.RF.4.3:** Conocer y aplicar las habilidades de fonética y análisis de palabras al nivel del grado para decodificar palabras.

- **CCSS.ELA-LECTURA Y ESCRITURA.W. 4.7:** Realizar proyectos de investigación cortos que generen conocimiento a través de la investigación de diferentes aspectos de un tema.

- **CCSS.ELA-LECTURA Y ESCRITURA.RI.4.3:** Explicar eventos, procedimientos, ideas o conceptos en un texto histórico, científico o técnico, incluido lo que sucedió y por qué, según la información específica del texto.

- **CCSS.MATEMÁTICAS.CONTENIDO.4.NBT.B. 4:** Sumar y restar números enteros de varios dígitos con fluidez, utilizando el algoritmo estándar.