

Bandera Olímpica en equipo de MiPlato (MyPlate)

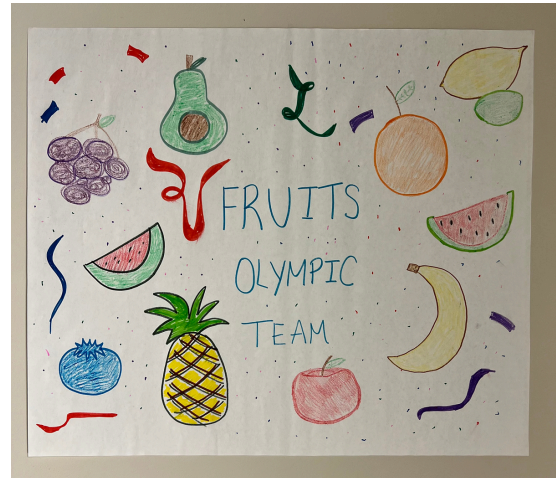
Materiales

- Papel para póster o una nota adhesiva grande

CONSEJO: También puedes pegar cuatro pedazos de papel juntos para hacer un póster grande!

- Crayones y marcadores
- Cinta adhesiva (opcional)

Instrucciones



1. Divida a los estudiantes en cinco equipos del mismo tamaño.
2. Muestra la diagrama de MiPlato (MyPlate) y pregunta estas preguntas para promover la discusión:
 - a. ¿Qué son los 5 grupos de alimentos?
 - b. ¿Cuáles son unos ejemplos de comidas dentro de los 5 grupos de alimentos?
 - c. ¿Por qué son diferente tamaños los distintos grupos de alimentos?
 - d. ¿Cuáles son unos beneficios en usar la diagrama de MiPlato (MyPlate) para tus comidas?
3. Explica que cada equipo creará una bandera Olímpica para su grupo de alimento. El objetivo es crear una bandera divertida y de muchos colores con cuantos comidas como sean posibles en sus grupos de alimentos.
4. Asigna un grupo de alimentos a cada equipo. Provee marcadores o crayones a los equipos.
5. Dale 10-15 minutos para trabajar juntos a diseñar sus banderas.
6. ¡Cuelga las banderas de equipos con la cinta adhesiva en la pared y celebra sus banderas de color!
7. **ACTIVIDAD DE SEGUIMIENTO OPCIONAL:** ¡Anima a los equipos a trabajar juntos en un Dia de Campo Olímpico! Descubre una recopilación de actividades en SummerMeals4NCKids.org

Comparte fotos de tu bandera en equipo con @Ray4NCKids y etiqueta #SummerMeals4NCKids en las redes sociales!

Esta material fue financiado por USDA's Supplemental Nutrition Assistance Program - SNAP.
Esta institución es una empresa no discriminatoria.