

# D.W. the Picky Eater

When dining out with her family D. W., Arthur's younger sister, usually causes a scene because she does not like spinach and other healthy foods. Like D.W. and Arthur's parents in the book, you naturally worry if your child is eating enough, eating too much, eating the right things and if you are choosing the right foods for your family. Use this funny book and the activity to begin talking to your child about making the right food choices.

### What your child will do

Find pictures of healthy foods in the magazines and put them on D.W.'s plate.

### What you need

- The book - *D.W. the Picky Eater* by Marc Brown
- Paper plates
- Magazines
- Scissors
- Glue

### What you do

1. Read the book.
2. Find pictures of healthy foods in the magazine.
3. Cut the pictures of food out and glue them onto D.W.'s plate.
4. Write the names of the food underneath the pictures.
5. Talk about the food you put on the plate.

### Questions to ask

Why do you think D.W. didn't like spinach? What are the foods that you don't think you like? What are your favorite foods? Tell me about a time you tried a different food and ended up liking it.

### For parents

This activity will give you a chance to talk about foods with your child and what is good for him, in a fun, non-threatening way. Remember to give your child lots of choices when he is first learning to eat. Don't worry if your child does not eat all the things you like or the things that you know to be healthy. Keep offering him a variety of healthy foods. Model healthy eating and he will become a healthy eater!



*Para los niños is generously funded by the  
Institute of Museum and Library Services and  
The Powell Foundation.*

Para  
los niños  
**Mente sana  
en cuerpo sano**

# D. W. la quisquillosa

Cuando sale a cenar con su familia D. W., la hermana menor de Arturo, normalmente causa una escena porque no le gustan las espinacas y otros alimentos saludables. Así como D.W. y los padres de Arturo en el libro, usted naturalmente se preocupa si su niño está comiendo suficiente, comiendo demasiado, comiendo los alimentos saludables y si usted está seleccionando los alimentos correctos para su familia. Use este libro divertido y la actividad para iniciar la conversación con su niño sobre cómo seleccionar correctamente los alimentos.

### Lo que hará su niño

Encontrar dibujos o fotografías de alimentos en las revistas y ponerlas en el plato de D.W.

### Lo que usted necesita

- El libro – *D.W. la quisquillosa por Marc Brown*
- Platos de cartón
- Revistas
- Tijeras
- Pegadura

### Lo que usted hace

1. Leer el libro
2. Encontrar fotografías de alimentos saludables en las revistas.
3. Recortar las fotografías de los alimentos y pegarlos en el plato de D.W.
4. Escribir los nombres de los alimentos debajo de cada fotografía.
5. Conversar sobre los alimentos que ponga en el plato.

### Preguntas

¿Por qué crees que a D.W. no le gustaban las espinacas? ¿Qué alimentos crees tú que no te gustan?  
¿Cuáles son tus alimentos favoritos? Dime sobre una vez que trataste un alimento diferente y terminó gustándote. ¿Cómo sabes que un alimento es saludable?

### Para los padres

Esta actividad le dará una oportunidad para conversar sobre los alimentos con su niño y lo que es bueno para él, de una manera divertida, y no amenazadora. Acuérdesse de darle a su niño suficientes elecciones cuándo esté empezando a aprender a comer. No se preocupe si su niño no se come todas las cosas que a usted le gustan o las cosas que usted sabe que son saludables. Continúe ofreciéndole una variedad de alimentos saludables. ¡Modele el comer saludablemente y él será un comedor saludable!



Para los niños está generosamente financiado por el Institute of Museum and Library Services y The Powell Foundation.

# Ten Black Dots

In the book *Ten Black Dots*, Donald Crews shows how you can make many things with ten black dots. After you read the story with your child, work together and use dots to make up your own story. This will involve talking about what you want to make, planning together and creating the story. Children's thinking and reasoning skills emerge when adults and children work on problems together.

### What your child will do

Create a story using ten dots.

### What you need

- The book - *Ten Black Dots* by Donald Crews
- White construction paper
- Various colors and sizes of dots
- Crayons, markers and pencils

### What you do

1. Talk about your plans for making the picture.
2. Divide up the task by verbalizing who will do what.
3. Make your story.
4. Talk about the story your picture tells.
5. Write your story on a piece of paper.

### Questions to ask

What do you want to make with your dots? What do you want me to do? What will you do? What is the whole story your picture tells?

### For parents

Listen carefully to your child's questions and think of ways that he can discover his own answers. Working together on the dot story will be practice for working in groups and dividing up tasks between the members of the group. The emphasis should be on the process rather than the product. Be sure to write the story down for your child or let your child write his own story. Writing the story will make the connection between the picture story and the written word.



*Para los niños is generously funded by the Institute of Museum and Library Services and The Powell Foundation.*

Para  
los niños  
**Mente sana  
en cuerpo sano**

---

# Diez puntitos negros

En el libro *Diez puntitos negros*, Donald Crews demuestra cómo usted puede hacer muchas cosas con diez puntitos negros. Después de leer la historia con su niño, trabajen juntos y usen puntitos para hacer su propia historia. Esto involucrará conversar sobre lo que quieren hacer, planear juntos y crear la historia. Las destrezas de pensar y razonar de los niños emergen cuando adultos y niños trabajan en los problemas juntos.

### Lo que hará su niño

Crear una historia usando diez puntitos.

### Lo que usted necesita

- El libro – *Diez puntitos negros por Donald Crews*
- Papel cartoncillo blanco.
- Puntitos de varios colores y tamaños.
- Crayones, plumones y lápices.

### Lo que usted hace

1. Conversar sobre sus planes para hacer el cuadro o representación.
2. Dividir la tarea verbalizando lo que hará cada uno.
3. Hacer su historia.
4. Conversar sobre la historia que dice su cuadro o representación.
5. Escribir su historia en una hoja de papel.

### Preguntas

¿Qué quieres hacer con tus puntitos? ¿Qué quieres que yo haga? ¿Qué harás? ¿Cuál es la historia completa que dice tu representación?

### Para los padres

Escuche cuidadosamente las preguntas de su niño y piense en las formas en que él puede descubrir sus propias respuestas. Trabajar junto en la historia de los puntitos será una práctica para trabajar en grupos y dividir las tareas entre los miembros del grupo. El énfasis debe de hacerse en el procedimiento en lugar del producto. Asegúrese de escribir la historia para su niño o permítale a su niño escribir su propia historia. Escribiendo la historia hará la conexión entre la historia representada y la palabra escrita.



Para los niños está generosamente financiado por el Institute of Museum and Library Services y The Powell Foundation.

# Rhythms and Rhymes

Music is a powerful learning tool. It is important for you to incorporate the art of music into your child's life. Reading books and emphasizing the pattern or rhythm helps children experience natural cadences that are everywhere. It is fun for everyone when your child can pick up a noisemaker or musical instrument and read or sing with a "beat", acting out the rhythm.

### What your child will do

Use noisemakers or musical instruments to act out the rhythm of a story.

### What you need

- The book - *Mr. Brown Can Moo! Can You?* by Dr. Seuss
- Noise makers or...
- Make your own noisemakers with paper plates stapled together with Cheerios® inside.
- Stapler
- Markers
- Paper plates
- Cheerios

### What you do

1. Make your own instrument or find an aluminum pie pan, wooden spoons or a jar of beans to use as an instrument.
2. Read one page from the book and use the noise makers to act out the cadence or rhythm of the story.
3. Read the story together using the noise makers to emphasize certain words, rhyming pairs or funny sounds from the book.

### Questions to ask

Which were your favorite words in the story? What did they make you want to do – laugh, cry, dance or jump? Can you clap the rhythm of the story? Can you follow my musical pattern?

### For parents

Your child can learn the words and rhythms to songs. Take turns making "musical patterns" with your child by clapping hands, snapping fingers, slapping thighs, and stomping your feet. The more experiences your child has in hearing the beat of the story, the easier it will be for him to sound out words, read with fluency and understand what he reads.



*Para los niños is generously funded by the  
Institute of Museum and Library Services and  
The Powell Foundation.*

Para  
los niños  
Mente sana

en cuerpo sano

# Ritmos y rimas

La música es un medio poderoso para el aprendizaje. Es importante que usted incorpore el arte de la música en la vida de su niño. Leer libros y enfatizar los patrones o el ritmo ayuda a los niños a experimentar cadencias naturales que se encuentran por todas partes. Es muy divertido para todos cuando su niño puede seleccionar una sonaja o instrumento musical y leer o cantar con un “ritmo”, y actuando este ritmo.

## Lo que hará su niño

Usar sonajas o instrumentos musicales para actuar el ritmo de una historia.

## Lo que usted necesita

- El libro – *La canción del lagarto por George Shannon.*
- Sonajas o Haga sus propias sonajas.

Haga sonajas con platos de cartón engrapados con “Cheerios®” adentro.

- Engrapadora
- Platos de cartón
- Plumones
- Cheerios

## Lo que usted hace

1. Hacer su propio instrumento o busque una base de pastel de aluminio, cucharas de madera o un frasco con frijoles para usarlo como un instrumento.
2. Leer una página del libro y usar las sonajas para actuar la cadencia o ritmo de la historia.
3. Leer la historia juntos usando las sonajas para enfatizar ciertas palabras, pares de ritmos o sonidos divertidos del libro.

## Preguntas

¿Cuáles fueron tus palabras favoritas en la historia? ¿Qué te quisieron hacer—reír, llorar, bailar o brincar? ¿Puedes aplaudir el ritmo de la historia? ¿Puedes seguir mi patrón musical?

## Para los padres

Su niño puede aprender las palabras y los ritmos de canciones. Tomen turnos haciendo “patrones musicales” con su niño. Aplaudan, truenen sus dedos, cacheteen sus muslos, hagan ruido con sus pies. La mayor experiencia que tenga su niño en escuchar el ritmo de la historia, le será más fácil para que él pueda sonar las palabras, leer con fluidez y comprender lo que él lee.



Para los niños está generosamente financiado por el Institute of Museum and Library Services y The Powell Foundation.

# Breakfast Sweets

Cereal boxes are a good source of nutritional information. You and your child will be amazed when you compare the data on the sugar, carbohydrate and fat contents of each cereal. Cereals that are marked healthy are sometimes not healthy at all. Reading and comparing labels on food products will help your child learn to be informed about nutrition and food choices.

### What your child will do

Read and interpret the nutritional data on a cereal box.

### What you need

- Various cereal boxes
- Graph paper
- Pencil and crayons

### What you do

1. Choose 4 cereal boxes.
2. Read the nutrition facts to find the sugar content.
3. Write the name of 4 different cereals at the bottom of the graph paper.
4. Record your findings by coloring the same number of squares on the graph paper per grams of sugar.
5. Examine your findings and compare which cereal has the most sugar and which cereal has the least amount of sugar.
6. Talk about and compare other nutritional data while you are reading the boxes.

### Questions to ask

Which ingredient do you think is the most important to consider when choosing a healthy cereal? Did any of the findings surprise you? What is the highest percent of any ingredient? What does “daily value” mean? Which tells you more, looking at the percent of sugar or the grams of sugar?

### For parents

Make breakfast a time for talking, planning and sharing. Besides the nutritional contents on cereal boxes, the boxes are wonderful opportunities to practice reading. Some cereal boxes have games and puzzles, stories, excerpts from books and healthy foods information.



*Para los niños is generously funded by the  
Institute of Museum and Library Services and  
The Powell Foundation.*

# Desayunos dulces

Las cajas de cereales son un buen recurso de información nutritiva. Usted y su niño se sorprenderán cuando comparen la información sobre el azúcar, carbohidratos, y el contenido de grasa en cada cereal. En algunas ocasiones los cereales que se anuncian como saludables no son saludables en realidad. El leer y comparar etiquetas en los productos alimenticios le ayudará a su niño para aprender a estar informado sobre las selecciones de alimentos y de su nutrición.

## Lo que hará su niño

Leer e interpretar la información nutritiva en las cajas de cereales.

## Lo que usted necesita

- Varias cajas de cereales
- Papel gráfico
- Lápiz
- Crayones

## Lo que usted hace

1. Seleccionar 4 cajas de cereal. Leer los datos nutritivos y encontrar el contenido de azúcar.
2. Escribir el nombre de 4 cereales diferentes abajo del papel gráfico.
3. Anotar sus conclusiones coloreando el mismo número de cuadrados en el papel gráfico por gramos de azúcar en el cereal.
4. Examinar sus conclusiones y comparar cuál cereal contiene más azúcar y cual cereal contiene la menor cantidad de azúcar.
5. Conversar y comparar otra información nutritiva mientras que lea la información en las cajas.

## Preguntas

¿Qué ingrediente crees que es el más importante de considerar cuándo seleccionas un cereal saludable? ¿Te sorprendieron algunas de las cantidades de azúcar contenidas en el cereal? ¿Cuál es el mayor porcentaje de cualquiera de los ingredientes? ¿Qué quiere decir el “valor diario”? ¿Qué te dice más, ver el porcentaje de azúcar o los gramos de azúcar?

## Para los padres

Convierta el tiempo del desayuno en un tiempo para conversar, planear y compartir. Aparte del contenido nutritivo en las cajas de cereales, las cajas presentan oportunidades maravillosas para practicar la lectura. Algunas cajas de cereales tienen juegos y rompecabezas, historias, extractos de libros e información sobre alimentos saludables.



*Para los niños está generosamente financiado por el  
Institute of Museum and Library Services y The  
Powell Foundation.*

# Mixed-Up Animals

In the book, *If I Ran the Zoo*, Dr. Seuss comes up with some very creative animals. Thinking and creating new ideas exercises your brain and builds brain cells. Your child can create some different animals and write a story about them. Be sure he identifies some sounds the animals might make and includes the sounds in his story.

### What your child will do

Make “different” animals using various animal parts.

### What you need

- The book - *If I Ran the Zoo* by Dr. Seuss
- Outline of various animals
- Scissors
- Construction paper
- Pencil
- Markers
- Glue

### What you do

1. Make a “different” animal by cutting the animal patterns apart and combining heads, bodies and tails of different animals.
2. Name your new animal.
3. Tell your story to your parents.
4. Write a story about your animal.
5. Tell your story to your parents.
6. Include some sounds your animal might make.

### Questions to ask

Tell me about your “different” animal. Why did you make this particular animal? What sound does your animal make? What other “different” animals could you have made and written about?

### For parents

Creativity will develop in your child if you give him more open-ended activities that allow him the freedom to produce products that are his own ideas. Creativity involves using your imagination and requires your brain to do more than just recall and repeat information. When you are creative you have to really think, compare and predict what will happen next. Respond to your child’s finished product by saying things like, “Tell me about what you made” or “That looks really interesting, does it have a story to go with it?”



*Para los niños is generously funded by the  
Institute of Museum and Library Services and  
The Powell Foundation.*

Para  
los niños  
**Mente sana  
en cuerpo sano**

---

# Animales revueltos

El pensar y crear nuevas ideas ejercita el cerebro y construye células nuevas en el mismo. Su niño puede crear algunos animales diferentes y escribir una historia sobre estos. Asegúrese de que él identifique algunos sonidos que los animales puedan hacer y de que los incluya en la historia.

### Lo que hará su niño

Hacer animales “diferentes” usando varias partes de otros animales.

### Lo que usted necesita

- El libro – *Cincuenta en la cebra por Nancy María Grande Tabor*
- Delinear varios animales
- Plumones
- Tijeras
- Papel cartoncillo
- Lápiz
- Pegadura

### Lo que usted hace

1. Hacer un animal “diferente” recortando los patrones de varios animales, separarlos y combinar las cabezas, cuerpos y colas de diferentes animales.
2. Nombrar su nuevo animal.
3. Crear una historia sobre su animal.
4. Contarle la historia a sus padres.
5. Incluir algunos sonidos que su animal pueda hacer.

### Preguntas

Plátame sobre tu animal “diferente”. ¿Por qué hiciste este animal en particular? ¿Qué sonidos hace tu animal? ¿Qué otros animales “diferentes” podrías haber hecho y escrito sobre estos?

### Para los padres

La creatividad se desarrollará en su niño si usted le da más actividades abiertas que le permitan la libertad de producir soluciones que sean sus propias ideas en lugar de ideas de otras personas. La creatividad involucra usar su imaginación y requiere que su cerebro vaya más allá y que no únicamente recuerde y repita la información. Cuando usted es creativo tiene que pensar verdaderamente, comparar y predecir lo que sucederá enseguida. Responda al trabajo terminado por su niño diciendo cosas como, “Plátame sobre lo que hiciste” o “¿Esto se ve realmente muy interesante, tiene una historia que vaya con esto?”.



Para los niños está generosamente financiado por el Institute of Museum and Library Services y The Powell Foundation.

# Pizza for Everyone

“How will we divide up the pizza?” is a question that everyone has heard and can relate to. Your child can solve the problem by using a real pizza or making a paper pizza to figure it out.

## What your child will do

Divide a pizza.

## What you need

- The book - *The Doorbell Rang* by Pat Hutchins
- Scissors
- Crayons and markers
- Glue
- Crayons and markers
- Paper plates
- Construction paper
- Colored pasta

## What you do

1. Make a pizza using a paper plate and construction paper or colored pasta.
2. Color the plate red and cut toppings from the construction paper or use colored pasta and glue them on the pizza.
3. Make several pizzas if you are going to share with several people.
4. Decide how many people you need to feed and fold the pizza in half, by fourths or eighths.
5. Cut into equal pieces.
6. Give each person at the table an equal number of pieces.
7. You can use a real pizza if you choose.

## Questions to ask

How many pieces of pizza did everyone get? Were there any pieces left over? What would happen if more people came to the table? Would we all get more pieces of fewer pieces?

## For parents

This activity can be a good way to talk about problem solving with your child. Talk your child through a problem and model good problem solving skills. Thinking and using problem solving skills builds brain cells and challenges the brain to use all the information it has along with new information.



*Para los niños is generously funded by the  
Institute of Museum and Library Services and  
The Powell Foundation.*

Para  
los niños  
**Mente sana  
en cuerpo sano**

# Pizza para todos

¿Cómo dividiremos la pizza?, es una pregunta que todos han escuchado y se pueden relacionar con la misma. Su niño puede resolver el problema usando una pizza real o haciendo una pizza de papel para encontrar la solución.

### Lo que hará su niño

Dividir una pizza.

### Lo que usted necesita

- El libro - *Llaman a la puerta por Pat Hutchins*
- Tijeras
- Platos de cartón
- Crayones y marcadores
- Papel cartoncillo
- Pegadura
- Galletas
- Pasta/tallarines de color

### Lo que usted hace

1. Leer el libro.
2. Hacer una pizza usando un plato de cartón y papel cartoncillo.
3. Colorear el plato de rojo y recortar las partes de la pizza del papel cartoncillo y pegarlos en la pizza.
4. Hacer varias pizzas si las va a compartir con varias personas.
5. Decidir cuántas personas necesita alimentar y doblar la pizza por la mitad, por cuartos u octavos.
6. Cortarlos en partes iguales.
7. Darle a cada persona en la mesa un número igual de porciones.
8. Usted puede usar una pizza real si lo desea.

### Preguntas

¿Cuántas porciones de pizza recibió cada uno? ¿Sobraron algunas porciones de pizza? ¿Qué pasaría si más gente vino a la mesa? ¿Todos recibiríamos más porciones o menos porciones?

### Para los padres

Converse con su niño sobre todo el problema y modele buenas destrezas para resolverlo. Esta actividad puede ser una buena forma para conversar con su niño sobre la solución de problemas. Pensar y usar destrezas para resolver problemas, crea células del cerebro y reta al cerebro a usar toda la información que ya tiene con la nueva información.



Para los niños está generosamente financiado por el  
Institute of Museum and Library Services y The  
Powell Foundation.