NE LESSON CODE CH-000-16
¡Vamos a leer! Cómo cultivar la sopa de verduras
Let's Read! *Growing Vegetable Soup*
Written and Illustrated by Lois Ehlert

OBJECTIVES

- Children will be able to learn that vegetables come from plants.
- Children will be able to identify a vegetable they can eat at home.

MATERIALS

Book: *Growing Vegetable Soup* by Lois Ehlert. Voyager Books, Harcourt, Inc., San Diego, CA, copyright, 1987. ISBN 0-15-232580-8. $6 in paperback.

- One paper bowl or piece of paper for each child
- Crayons or colored markers
- One example of each vegetable in the book.

Optional tasting: Hand sanitizer; a knife, spoon or fork; paper plates or bowls; and napkins. Cut the vegetables you select for the children to taste. Put each cut vegetable into a separate paper bowl or plate. Use the spoon or fork to place them on napkins for serving to each child. The children can clean their hands with the hand sanitizer before eating.

HANDOUTS

- *Vamos a leer en casa: cómo cultivar la sopa de verduras* attached; make copies as needed.

Note about New Lesson Survey Forms:
The first few times a new lesson is presented, staff and participants need to complete the survey forms attached at the end of this lesson. Please note that the *Staff Survey Form* is different from the *Participant Survey Form*. Only 10 - 20 participant surveys need to be completed. Please mail completed new lesson surveys to:

Delores Preece
Texas Department of Health
Bureau of Nutrition Services
1100 W. 49th Street
Austin, Texas 78756

TEACHING TIPS

Children enjoy spending time looking at the details of each picture in a book. The pictures also add to their understanding of the story. When children act out a story as it is read, it helps children remember the book and makes reading fun. You can combine the two in this lesson. You can read the book and talk about the details of the pictures. To do both at the same time, take a break periodically to ask the children to pretend to do what the story describes. Alternatively, if you have time, you can read the entire book and look at the pictures with the children. Then read the book a second time and let the children act it out as you read.

LESSON ACTIVITIES

1. Tell the children the name of the book and its author/illustrator. Talk about the cover of the book. Ask them questions such as:

   - **¿Qué se ve en la cubierta del libro?**
   - **¿Come alguien sopa de verduras?**
   - **¿Alguna vez han cultivado sopa de verduras?**
   - **¿De dónde viene la sopa de verduras?**
   - **¿Cómo creen que se cultivaría la sopa de verduras?**

2. Here are possible questions to ask the children as you read the book with them. You may find that your discussion with the children in your class leads to questions that are not listed here. That is fine. The questions below are listed in the order that they might come up in the book. You do not have to ask every question, but the last question is part of the lesson evaluation and must be asked during the class.

   - **¿Qué ven en el dibujo?**
   - **¿Cuáles herramientas se ven en esta página?**
   - **¿Para qué se usan?**

   Possible answers can include:
   - Para trabajar en el jardín.
   - El rastrillo sirve para nivelar la tierra.
   - La pala sirve para excavar hoyos y el azadón sirve para quitar la mala hierba o para hacer un surco en la tierra en dónde sembrar las semillas.

   - **En su casa, ¿tienen semillas que vienen en paquete? ¿En qué otros lugares encuentran semillas?** Possible answer could be: En los alimentos que comen como tomates o manzanas.
   - **¿Para qué es el hoyo en el dibujo?** (Para sembrar una semilla).
   - **¿Por qué usaría alguien guantes en el jardín?**
   - **¿Qué más necesitan las semillas para crecer además de estar colocadas en el hoyo?** (Que se cubran con tierra, que se rieguen o que crezcan al sol).

- **¿Qué es un retoño? ¿Qué es lo que lo hace diferente a la semilla? ¿De dónde proviene?**
- **¿Necesitas las mismas cosas que necesitan las semillas o las plantas para crecer? ¿Qué necesitas tú?**
- **¿Te gusta comer las cosas que están sembrando?**
- **¿Puedes adivinar por qué alguien pondría una etiqueta en las semillas que siembra?**
- **¿Se ven iguales todas las plantas? ¿Qué hace que se vean diferentes?**
- **¿Qué son las tiras de colores diferentes en la hoja?** (This is on the pages that say "and waiting for warm sun to make them grow" and "and grow." Las tiras representan las filas en donde crecen las plantas).
- **¿Qué son los capullos y las flores?**
- **¿Alguien sabe en qué se convierten las flores?**
- **¿Cuáles verduras ves en los dibujos?**
- **¿Por qué se saca la mala hierba?**
- **¿Qué es un escavador de mango corto? ¿Qué crees que se hace con él?**
- **¿Por qué tendrías una canastita de mano? ¿Un canasto? ¿Una cubeta?**
- **¿Por qué recogen los tomates y los pimientos? ¿Qué van a hacer con ellos?**
- **¿Por qué se sacan de la tierra las papas, las cebollas y las zanahorias? ¿Por qué no se sacan de la tierra los tomates o los pimientos?**
- **¿Qué es lo que hacen con el escavador de mango largo?**
- **¿Por qué lavarías las verduras después de recogerlas del jardín? ¿Lavas las verduras que compras en la tienda?**
- **¿Qué crees que pasará con todas las verduras cortadas?**
- **¿Para qué es el cucharón de la sopa? ¿Para qué es la olla para la sopa? ¿Qué tan grandes son?**
- **¿Cuáles verduras están en la sopa?**
- **¿Por qué van a esperar un año para cultivar más sopa de verduras?**
- **¿De dónde provienen las verduras?** (The best answer is: de las plantas. <u>This question is part of the lesson evaluation and must be asked during class.)</u>

3. Here are some ideas for acting out the story. Pick one or two for the class to do.
   - **Pídales a los niños que jueguen a usar cada una de las herramientas que se ven en el libro.**
   - **Pídales a los niños que jueguen a sembrar semillas y luego a plantar retoños.**
   - **Los niños pueden jugar a regar las semillas y los retoños.**
   - **Un niño puede ser una planta que crece día tras día.**
   - **Otro niño puede ser una flor de la planta que se convierte en calabacita o en otra verdura.**
   - **Otros niños pueden jugar a quitar la mala hierba.**
   - **Pueden jugar a recoger papas u otras verduras.**
   - **Pueden jugar a lavar y cortar las verduras.**
   - **Pueden jugar a ponerlas en la olla para hacer sopa y luego jugar a comérsela.**

4. Pick one of the following activities to do in class.

Drawing:
Give each child a paper bowl or piece of paper. Also give the children crayons or colored markers. **Pídales que dibujen las verduras del cuento que quieren comer en casa en la sopa de verduras.**

After they draw the vegetables**, pídales a jugar a comerse la sopa que acaban de preparar. Pídales que les digan a sus mamás cuál verdura de la sopa se comerían sólo.**

Touching:
Bring in one example of each vegetable mentioned in the book. Let the children hold and smell each vegetable. The children can tell their mothers the name of the vegetable they like the best and will eat at home.

5. Activities to do at home.

Give parents the *¡Vamos a leer en casa!* sheet which is attached.

NE LESSON CODE CH-000-16
¡Vamos a leer! A sembrar sopa de verduras
Let's Read! Growing Vegetable Soup
Formulario de evaluación de la lección para participantes

LA# _____ **Fecha** _____

1. ¿Le gusta que a su hijo le lean libros durante la clase de WIC?
a. Sí
b. No

2. ¿Le ayudó a su hijo la clase para aprender a comer bien?
a. Sí
b. No

3. ¿Hará en casa con sus hijos alguna de las actividades de la información que recibió?
a. Sí
b. No

4. ¿Lee usted actualmente con sus hijos?
a. Sí
b. No

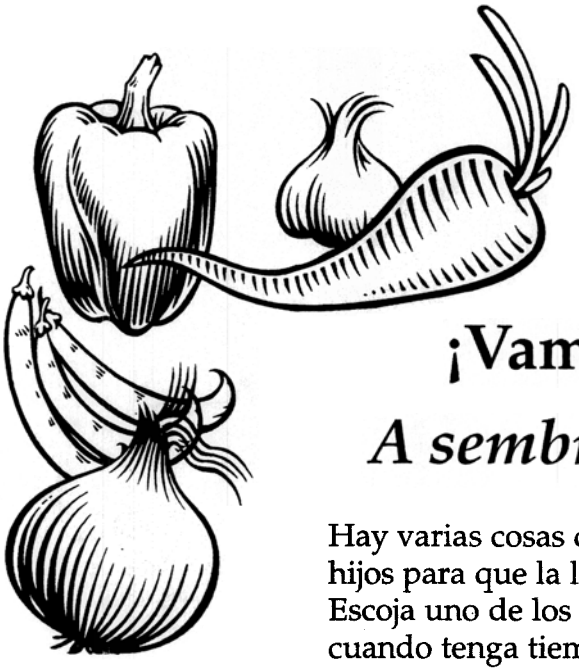
5. Después de la clase de lectura, ¿le interesa más leerles a sus hijos?
a. Sí
b. No

¿Tiene comentarios acerca de la clase de lectura?

_____

_____

¡Muchas gracias por su tiempo!



¡Vamos a leer en casa!

A sembrar sopa de verduras

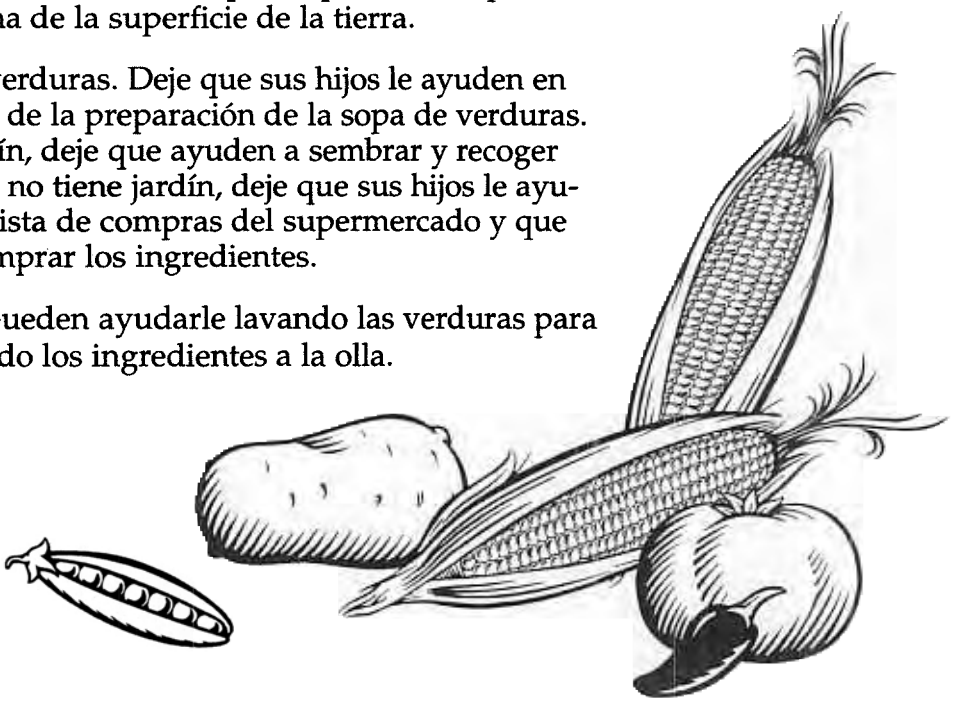
Hay varias cosas que usted puede hacer en casa con sus hijos para que la lectura y la comida saludable tomen vida. Escoja uno de los siguientes ejemplos o hágalos todos cuando tenga tiempo.

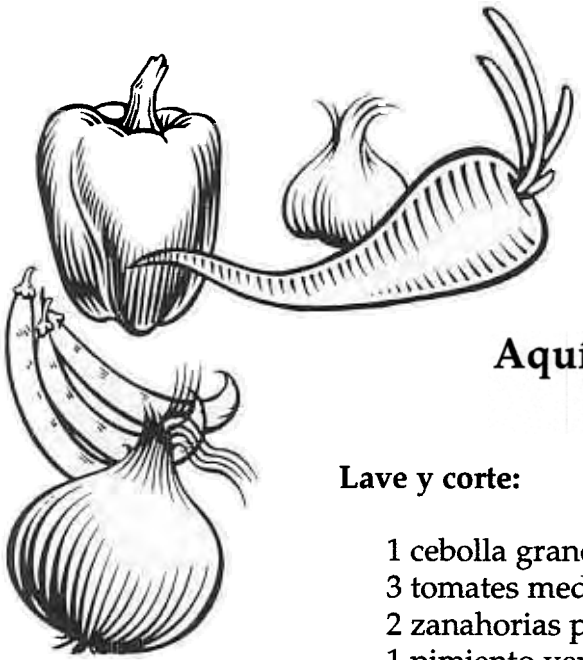
1. Lea en casa *A sembrar sopa de verduras* por Lois Ehlert con sus hijos. Puede pedir prestado el libro de la biblioteca local. Probablemente les leerá el libro varias veces. Algunas veces, vea los dibujos del libro con sus hijos y hable de estos. Otras veces, pídales a sus hijos que actúen representando las partes del cuento mientras usted lo lee.

2. Siembre semillas en casa. Compre un paquete de semillas o guarde las semillas de una verdura que coma. Haga un hoyo en el fondo de una tazita de papel con un lápiz. Cubra el hoyo con una piedra pequeña para que el agua pueda salir, pero para que la tierra no pueda salir fácilmente. Llene la tazita con tierra. Haga hoyitos poco profundos en la tierra, dejando una pulgada alrededor de cada hoyo. Ponga una semilla en cada hoyo y cúbrala con tierra. Ponga la tazita en la repisa de una ventana donde le llegará la luz del sol. Riéguela con agua todos los días. Pasarán muchos días antes de que empiece a ver que crece por encima de la superficie de la tierra.

3. Haga sopa de verduras. Deje que sus hijos le ayuden en todos los pasos de la preparación de la sopa de verduras. Si tiene un jardín, deje que ayuden a sembrar y recoger las verduras. Si no tiene jardín, deje que sus hijos le ayuden a hacer la lista de compras del supermercado y que le ayuden a comprar los ingredientes.

Sus hijos quizás pueden ayudarle lavando las verduras para la sopa o agregando los ingredientes a la olla.





Aquí tiene una receta para la sopa de verduras.

Lave y corte:

1 cebolla grande, pelada
3 tomates medianos
2 zanahorias peladas
1 pimiento verde chico
1 papa mediana con piel
1 elote, pelado (o 1 lata pequeña de elote)
9 ejotes, los extremos cortados

Rebane las zanahorias en piezas redondas de como ¼ de pulgada. Corte la cebolla, la papa, los ejotes, los tomates y el pimiento verde en pedazos pequeños.

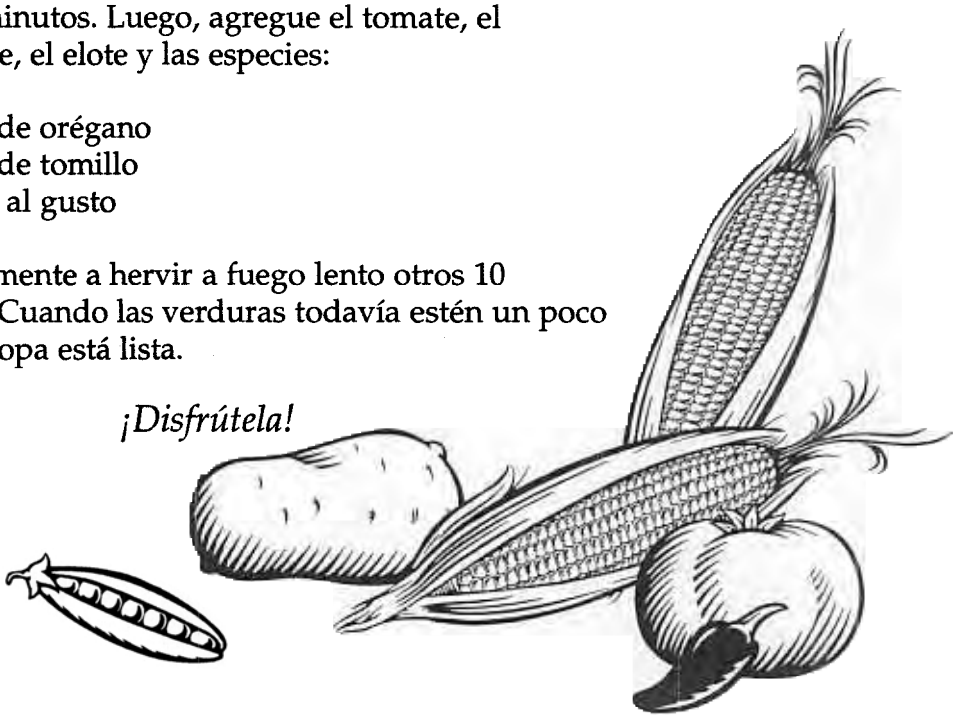
En la olla:

Ponga todas las verduras a excepción del tomate, el pimiento verde y el elote en una olla grande con:

5 tazas de agua
4 cubitos de consomé (de cualquier sabor)

Haga que hierva. Disminuya el calor y hiérvalo a fuego lento por 10 minutos. Luego, agregue el tomate, el pimiento verde, el elote y las especies:

1 cucharadita de orégano
1 cucharadita de tomillo
sal y pimienta al gusto

Vuelva nuevamente a hervir a fuego lento otros 10 minutos más. Cuando las verduras todavía estén un poco crujientes, la sopa está lista.

¡Disfrútela!