



Dear Parent or Caregiver

Welcome to the **PBS KIDS Afterschool Adventure!** This week we are going on an adventure called **Operation: Brown Bag** to explore the five food groups and healthy eating. Your child will successfully plan and ‘pack’ a nutritious ‘lunch’ using paper cutouts of food (a copy is attached to this letter). During the week, your child will learn and practice important math skills related to **numbers and counting** while playing online games, engaging in hands-on activities, and enjoying books. Try these ideas to extend the learning and fun at home!

Talk About It!

Ask your child to describe what he or she did to create a healthy lunch. Practice counting the number of items in your child’s lunch bag, and talk about the food groups they represent.

Discover at Home!

Help your child explore counting in everyday activities.

- During a family meal, help your child count how many people are eating together. Figure out how many plates, napkins, cups, forks you will need and let your child count out each item.
- Make up “number stories” using objects from around the house, such as fruits, vegetables, cheese sticks, or bread slices. For example: **You have three carrots. If I give you two more, how many will you have?**
- Include your child in safe cooking activities. Have him/her count the number of ingredients and help with measuring and pouring.
- Take it further and move from counting around the house to counting everywhere! Count tomatoes as you load them into a bag at the grocery store, or count the number of people in line as you make your purchase.

Read About It!

Visit your local library to check out some books on counting and healthy eating. Look for:

- *Feast for 10* by Cathryn Falwell
- *Curious George Learns to Count from 1 to 100* by H. A. Rey
- *Ten Red Apples* by Pat Hutchins
- *The Chicken Problem* by Jennifer Oxley and Billy Aronson
- *From the Garden: A Counting Book About Growing Food* by Michael Dahl

Explore Online!

Go to **PBSKIDS.org** to play games and watch videos about numbers, counting and healthy eating.



Use this link to play a game with your child and practice number skills.

Curious George – Apple Picking

<http://pbskids.org/curiousgeorge/busyday/apples/>

Play this game and help Curious George pick the correct numbered apple to fill in the blank space on a number line. Ask these questions to build your child’s vocabulary and math skills:

- Which number is missing?
- How did you find the missing number?
- Why don’t the other numbers fill the gap? (need a bigger/smaller number)



Watch this video clip with children to remind them that we need to eat a variety of foods from the five food groups in order to be healthy.

Super WHY! – Veggie Time for King Eddie

<http://to.pbs.org/1ArS0sb>



Estimado Padre o Encargado

¡Bienvenido a la **PBS KIDS Afterschool Adventure!** Esta semana nos embarcaremos en una aventura denominada **Operation: Brown Bag** para explorar los cinco grupos alimenticios y la alimentación saludable. El niño o niña planeará y “empacará” con éxito un “almuerzo” saludable usando recortes de papel para representar la comida (se adjunta una copia a esta carta). Durante la semana, el niño o niña aprenderá y pondrá en práctica importantes habilidades matemáticas relacionadas con **números y cómo** contar mientras juega juegos en línea, participa de actividades prácticas y disfruta de libros. ¡Intente poner en práctica estas ideas para extender el aprendizaje y la diversión en casa!

¡Hable Sobre el Tema!

Pídale a su hijo o hija que describa qué hizo para crear un almuerzo saludable. Practique contar el número de artículos en el almuerzo del niño o niña, y discuta los grupos alimenticios que representan.

¡Descubra en el Hogar!

Help your child explore counting in everyday activities.

Ayude a su hijo o hija a explorar cómo contar en actividades cotidianas.

- Al preparar la mesa para comer, ayude a que su hijo o hija cuente el número de gente que va a comer y a que descubra cuántos platos, servilletas, vasos, etc. va a necesitar. Luego, deje que su hijo o hija cuente cada objeto.
- Invente “historias de números” utilizando objetos de la casa tales como frutas, vegetales, bastones de queso o rodajas de pan. Por ejemplo, **Tienes tres zanahorias. Si yo te diera dos más, ¿Cuántas tendrías? Tenemos tres manzanas. Tú y yo comeremos una manzana cada uno. ¿Cuántas manzanas quedarán?**
- Incluya a su hijo o hija en actividades gastronómicas seguras. Deje que él/ella cuente el número de ingredientes y ayude a medir y agregar ingredientes a la preparación.
- Vaya un paso más adelante, de contar objetos en la casa, ¡a contar objetos en todos lados! Cuente los tomates que agrega a su bolsa mientras hace las compras, o cuente el número de personas en la fila cuando va a pagar.

¡Lea Sobre el Tema!

Visite su biblioteca local y vea algunos libros referidos a cómo contar y a la alimentación saludable. Busque:

- *Feast for 10* por Cathryn Falwell
- *Curious George Learns to Count from 1 to 100* por H. A. Rey
- *Ten Red Apples* por Pat Hutchins
- *The Chicken Problem* por Jennifer Oxley y Billy Aronson
- *From the Garden: A Counting Book About Growing Food* por Michael Dahl

¡Explore En Línea!

Ingrese al sitio web **PBSKIDS.org** para acceder a juegos y ver videos sobre números, sobre cómo contar, y sobre alimentación saludable. Ingrese al siguiente vínculo web para jugar con su hijo o hija y practicar sus habilidades numéricas.



Use this link to play a game with your child and practice number skills.

Curious George – Apple Picking

<http://pbskids.org/curiousgeorge/busyday/apples/>

En este juego, su hijo o hija ayudará a Curious George a recoger la manzana con el número correcto para completar el espacio en blanco en la línea de números. A medida que juegan, ayude a que su hijo desarrolle su vocabulario y habilidades matemáticas haciendo las siguientes preguntas:

- ¿Qué número falta?
- ¿Cómo encontraste el número faltante?
- ¿Por qué los otros números no pueden completar el espacio en blanco? (se necesita un número mayor/menor)



Mire el siguiente video con los niños para recordarles que necesitamos comer alimentos variados de los cinco grupos alimenticios para poder estar sanos.

Super WHY! – Veggie Time for King Eddie

<http://to.pbs.org/1ArS0sb>