



**Georgia Dept
of Early Care
and Learning**
BRIGHT FROM THE START

Primeros Pasos: Guía para la Adquisición y el Uso de Alimentos Locales en Programas para la Primera Infancia





Agradecimientos

Agradecemos a las siguientes personas por la revisión y edición de esta guía: Sonja Adams, Diana Myers y LaMonika Jones, Bright from the Start; Georgia Department of Early Care and Learning; Lacy Stephens, National Farm to School Network; Monica Griffin, Children's Healthcare of Atlanta; Gina Cook, Quality Care for Children; Wande Okunoren-Meadows, Little Ones Learning Center; Nuri Icgoren, Urban Sprout Farms; Carrie Furman, University of Georgia; Asata Reid; Emily Anne Vall; Abbie King Chaddick y Kimberly Della Donna; Georgia Organics. Un especial agradecimiento a Diane Harris y Debbie Kibbe por su apoyo y orientación para establecer Farm to ECE en Georgia.

Además, nos gustaría agradecer al Departamento de Salud Pública de Georgia, Georgia Shape y W.K. Kellogg Foundation por su generoso apoyo a este proyecto.

Autores:

Erin Croom
Jenna Mobley

Todas las fotos son cortesía de Linden Tree Photography y Jenna Shea Photography a menos que se indique lo contrario.



Georgia Organics es una organización sin ánimo de lucro que recibe apoyo de sus miembros y conecta los alimentos orgánicos de las granjas de Georgia con las familias de Georgia. Creemos que los alimentos deben ser un producto comunitario y no mercantil.

Tabla de Contenidos

Capítulo 1: Resumen del Farm to Early Care and Education

1.1 - Introducción: Sobre el Kit de Herramientas y La Importancia del Farm to Early Care and Education en Georgia	6
1.2 - Resumen del Farm to Early Care and Education	7
1.3 - Farm to Early Care and Education en EE.UU. y Georgia	9
1.4 - Primeros Pasos: Establecer los Objetivos del Farm to Early Care and Education	13
1.5 - Farm to Early Care and Education: Abordar la Equidad Social y Racial	16

Capítulo 2: Explorar: Jardinería con Niños Pequeños

2.1 - Introducción a la Jardinería con Niños	18
2.2 - Cómo Cultivar una Huerta Interior	19
2.3 - Jardinería al Aire libre: Dónde, Cuándo y Qué Sembrar	21
2.4 - Cómo Sembrar, Cuidar y Cosechar con Niños Pequeños	23
2.5 - Actividades Sencillas de Jardinería al Aire Libre por Dominio GELDS	25
2.6 - Consejos para el Manejo del Comportamiento en la Huerta al Aire Libre	26
2.7 - Consejos de Seguridad en la Huerta al Aire Libre	27

Capítulo 3: Explorar: Cocinar y Degustar con Niños Pequeños

3.1 - Introducción: Cocinar y Degustar con Niños Pequeños	29
3.2 - Prácticas de Cocina para Niños Pequeños	30
3.3 - Recetas para Niños Pequeños	31
3.4 - Degustación con Niños Pequeños	33
3.5 - Consejos para el Manejo del Comportamiento al Cocinar y Degustar	34
3.6 - Consejos de Seguridad al Cocinar y Degustar	35

Capítulo 4: Adquisición de Alimentos Locales para el Child and Adult Care Food Program

4.1 - Cómo Cumplir los Patrones de Comidas y Mejores Prácticas del CACFP con la Compra de Alimentos Locales	37
4.2 - Usos Permitidos de los Fondos del CACFP para Actividades del Farm to Early Care	39
4.3 - Consejos para Promover los Alimentos Locales	40

Capítulo 5: Participación de las Familias, el Personal y la Comunidad

5.1 - Estrategias para la Participación de las Familias	42
5.2 - Estrategias para la Participación del Personal	43
5.3 - Estrategias para la Participación de la Comunidad	44

Apéndices:

A: Planes de Estudio y Recursos de Actividades que Apoyan los Programas del Farm to Early Care and Education	47
B: Alineación de las Actividades del Farm to ECE con los Estándares de Aprendizaje Temprano de Georgia	49
C: Alineación de las Actividades del Farm to Early Care and Education con los Estándares, Indicadores y Metas	50
D: Farm to Early Care and Education y Head Start: Una Alineación Natural	51
E: Lista de libros para el Farm to Early Care and Education	52
F: Canciones Sobre Huertas y Alimentos	53
G: Plantas Venenosas y Tóxicas	54
H: Calendario Escolar de Siembra y Cosecha	56
I: Preguntas y Respuestas Sobre los Alimentos Locales en el CACFP	58
J: Compras Permitidas del CACFP que Apoyan los Programas del Farm to Early Care and Education	63

Introducción

Estimado campeón del cuidado y la educación de la primera infancia:

Los niños pequeños que cultivan un huerto, cocinan meriendas saludables, se reúnen con agricultores y prueban la comida local fresca están participando en algo especial e importante. Investigaciones respaldan esa idea: las actividades del Farm to Early Care and Education (Farm to ECE), como degustaciones, lecciones de cocina y jardinería, permiten la exposición repetida a alimentos saludables, promueven hábitos alimenticios saludables de por vida y disminuyen el riesgo de obesidad en la infancia y más adelante. El propósito de esta guía es cubrir los componentes más importantes del Farm to ECE y darle algunos consejos para comenzar.

En esta guía abordaremos temas como:

- Cómo empezar
- Lo básico: jardinería, cocina y degustación con niños pequeños
- Buscar y adquirir alimentos locales para su programa de cuidado infantil
- Involucrar a los padres y miembros de la comunidad

Cómo usar esta guía

Si está comenzando un programa Farm to ECE, le recomendamos que lea esta guía para tener una idea de dónde le gustaría empezar su viaje. No necesita hacer todo de una vez; de hecho, le recomendamos que comience con una sola actividad y luego piense en cómo puede agregar actividades a medida que avanza. Por ejemplo: comience con una actividad en el aula explorando un alimento de temporada, como leer un libro sobre el ciclo de vida de una zanahoria. Luego, haga una actividad de plantación, como sembrar semillas de zanahoria en una parcela de jardín al aire libre. Luego haga una degustación, como comparar el sabor de las zanahorias moradas con las zanahorias anaranjadas. Luego, planifique una visita a una granja o una reunión en un mercado de agricultores para ver dónde se cultiva y vende la comida de temporada en la comunidad. Después de eso, explore la adquisición local y celebre los alimentos locales durante el almuerzo invitando a los padres a que también los prueben.

¡Comparta su progreso!



Manténganos informados sobre su progreso e incluya estos hashtags en sus publicaciones en las redes sociales: #gafarmtoece #georgiaorganics #farmtoece #farmtoschool

¡Afrontemos la realidad!

Sabemos que si trabaja en un entorno de ECE, lo último que le preocupa es si su enrejado de calabaza está atado o si es hora de cosechar los tomates. Está ocupado respondiendo llamadas de los padres, diligenciando formularios, lidiando con la rotación de personal y enfocado en las observaciones de las evaluaciones estatales.

En un mundo perfecto, sus proyectos del Farm to ECE no serán una “carga adicional”, sino que simplemente lo ayudarán a ofrecer una educación de alta calidad que se alinee con los estándares, herramientas y programas que guían su trabajo día a día: Georgia Early Learning Development Standards (GELDS), Quality Rated (QR Early Childhood Environment Rating Scale (ECERS) y el USDA’s Child and Adult Care Food Program (CACFP), así como los reglamentos administrativos y de licencias. Además, si está acreditado por la NAEYC o si es un programa Early Head Start o Head Start, el Farm to ECE también puede cumplir con estos requisitos. Consulte los Apéndices B y C para obtener más información sobre cómo alinear el Farm to ECE con los estándares e indicadores existentes.

¿Para quién es esta guía?

Farm to ECE incluye una variedad de actividades y se adapta a todo tipo de entornos de ECE, como preescolares, programas para la primera infancia, guarderías familiares, Head Start/Early Head Start y programas en distritos escolares K-12.

Esta guía se diseñó para administradores de la educación y cuidado de la primera infancia, maestros, chefs y personal de apoyo. También es para padres, agricultores y miembros de la comunidad. ¡Todos tienen un papel importante que desempeñar en el crecimiento de las iniciativas de Farm to ECE!

¿Qué no se incluye en esta guía?

Si bien esta guía tiene algunas actividades y lecciones excelentes, no es un plan de estudios. Sin embargo, hay muchos planes de estudio que amamos y recomendamos, ¡así que contáctenos! Además, esta guía no profundiza en todos los temas. Hay muchos libros y sitios web que se dedican a la jardinería con niños, adquisición local y actividades educativas prácticas con niños y padres. Visite georgiaorganics.org para obtener más información y consulte el Apéndice A para obtener currículos y recursos adicionales que pueden ayudarlo.

Resumen del Farm to Early Care and Education de Georgia

Las iniciativas Farm to Early Care and Education (ECE) conectan a los niños pequeños con alimentos saludables que se cultivan localmente y apoyan a los agricultores en sus comunidades.

El objetivo del Farm to ECE es:

- Ayudar a los niños a crear hábitos alimenticios saludables de por vida a través de la exposición a la jardinería, la educación práctica sobre alimentación y nutrición, la cocina y los alimentos locales.
- Aumentar el acceso en las comidas y meriendas a alimentos saludables que se cultivan localmente.
- Mejorar la calidad de la experiencia de la educación para la primera infancia.
- Crear un entorno que permita a los niños y las familias tomar decisiones más saludables.

Las actividades del Farm to ECE incluyen involucrar a los niños en:

- ✓ **Jardinería**
- ✓ **Cocina práctica**
- ✓ **Degustaciones**
- ✓ **Comer alimentos cultivados localmente en comidas y meriendas**
- ✓ **Conocer agricultores locales**
- ✓ **Clases de alimentos y jardinería alineadas con los estándares**



Las actividades del Farm to ECE pueden fortalecerse mediante:

- Participación de los padres y la comunidad
- Capacitación del personal
- Políticas de bienestar
- Promoción del Farm to ECE mediante comunicaciones a los padres



Los beneficios de los programas Farm to ECE pueden:

- ✓ **Fomentar el crecimiento académico**
Los niños aprenden mejor haciendo: las actividades de jardinería, cocina y alimentación se conectan con las matemáticas, las ciencias, la alfabetización y mucho más.
- ✓ **Promover la equidad**
Los programas Farm to ECE aumentan el acceso a entornos de aprendizaje de alta calidad.
- ✓ **Mejorar la nutrición**
Cuando los niños pequeños cultivan, exploran y prueban vegetales nuevos, es más probable que los coman y los amen.
- ✓ **Mejorar la salud familiar**
Las actividades de Farm to ECE crean el espacio para que las familias compartan, aprendan y creen hábitos saludables juntos.¹
- ✓ **Apoyar la economía local**
La agricultura es la industria más grande de Georgia. Por cada \$1 que se gasta en alimentos locales, se generan entre 40 centavos y \$1.60 de actividad económica local.

En 2018, el 63% de los distritos escolares de Georgia que participaron del programa de la granja a la escuela también llegaron a niños en edad preescolar menores de cinco años, ¡eso es más del doble del promedio nacional!

¹ Upstream-Oregon HIA 2011 - Upstream Public Health. Health impact assessment HB 2800: Oregon farm to school and school garden policy. 2014

Las actividades del Farm to ECE se alinean con los programas y estándares para los que está trabajando. Ver ejemplos:

Alineación del farm to ECE con los estándares y programas de cuidado para la primera infancia		
Indicadores, criterios, estándares, herramientas y programas de ECE	Categorías	Ejemplo de actividad
Georgia Early Learning Development Standards (GELDS)	Desarrollo cognitivo y conocimiento general - Matemáticas CD:MA 1- El niño organizará, representará y construirá conocimientos y cantidades.	Los niños prueban una variedad de manzanas, votan por su favorita y registran los resultados.
Early Childhood Environment Rating Scale - 3rd Edition (ECERS-3)	Lengua y alfabetización 5.1- Ayudar a los niños a ampliar el vocabulario.	Se escucha a los maestros hablar con los niños sobre la huerta y lo que están haciendo los niños. Nombran los productos que cultivan (rábano, zanahoria, coles), describen las herramientas (paleta, pala, regadera) y explican su uso.
Quality Rated (QR)	Indicador 3.1 El personal usa libros con los niños.	Se ve a los maestros leyendo libros sobre jardinería con interés y entusiasmo.
USDA Child and Adult Care Food Program (CACFP)	Mejores prácticas del CACFP del USDA: Incorporar alimentos de temporada y producidos localmente en las comidas.	Cada semana, destaque un producto del Georgia's Harvest of the Month en el menú del almuerzo.
Head Start	Subdominio: Motricidad gruesa Objetivo IT-PMP 4. El niño demuestra un uso eficaz y eficiente de los músculos grandes para explorar el entorno.	Haga que los niños ayuden a llevar herramientas de jardinería al espacio de la huerta, pasando por diferentes superficies y moviéndose alrededor de las camas de la huerta.
National Association for the Education of Young Children (NAEYC)	2.G.07 Área de contenido del plan de estudios para el desarrollo cognitivo: ciencias.	Los conceptos científicos incluyen temas como los ciclos de vida de los organismos, la estructura y propiedad de la materia, el clima, las estaciones, el tiempo, la luz y la sombra.

Puede incluir actividades del Farm to ECE en tan solo 10 minutos al día. Vea estos ejemplos con GELDS sugeridos.

Ejemplo de Semana				
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Leer "Plant a Little Seed", de Bonnie Christensen. (CLL2)	Los niños observan una variedad de semillas con una lupa y las clasifican por tamaño y forma. Cantar "The Flower Song". (CD-MA4, PDM6)	Conversación: Los niños observan el contenido de su almuerzo y buscan semillas, o frutas que contienen las semillas. (CD-SC3)	Los niños toman una semilla y la colocan en una toalla de papel húmeda dentro de una bolsa ziplock. ¡Cuenten los días hasta la germinación! (PDM6)	¡Los niños prueban una variedad de semillas y registran resultados! (CD:MA1, PDM4)

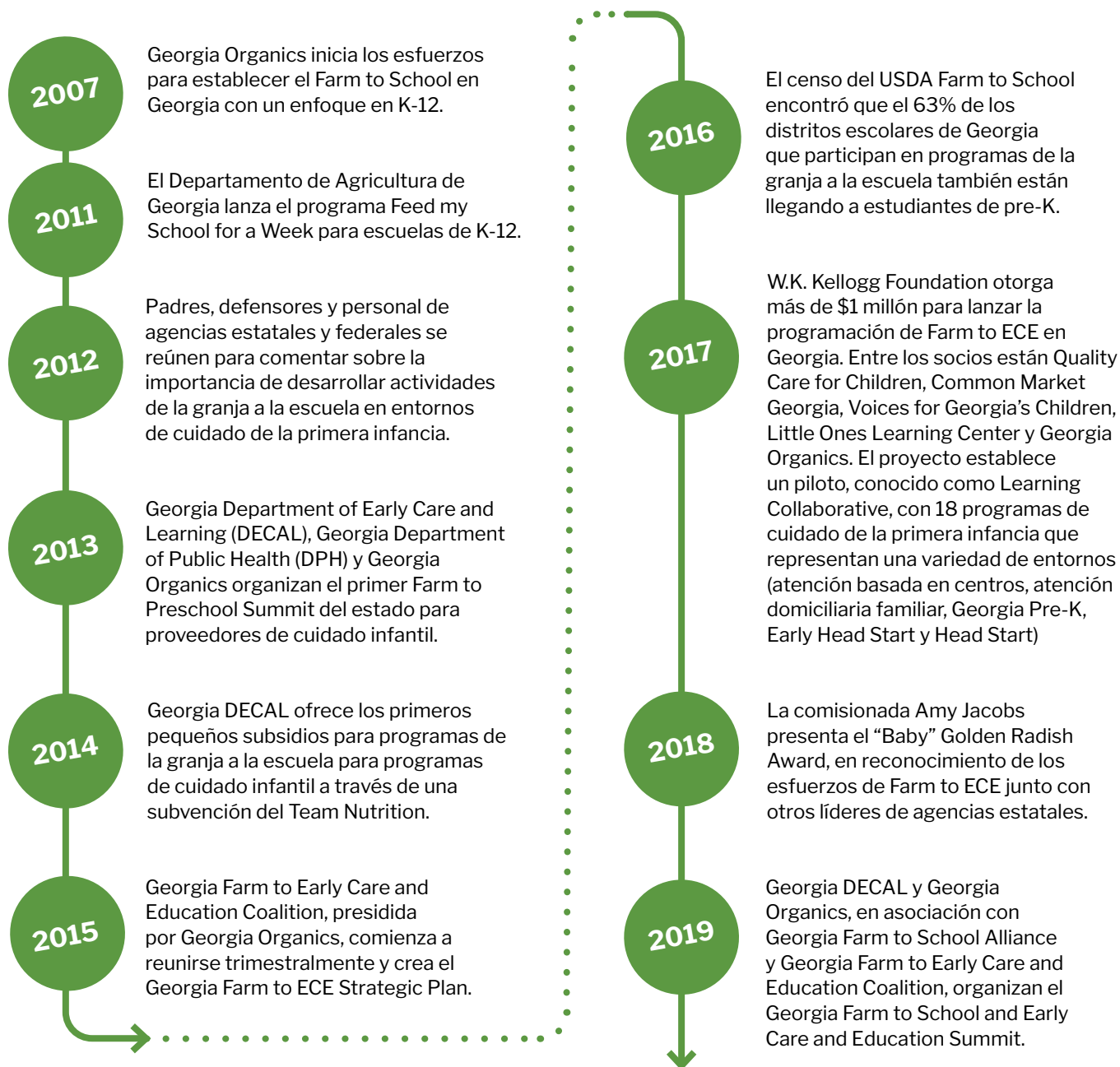
Farm to Early Care and Education en EE. UU. y Georgia

Las iniciativas Farm to Early Care and Education (ECE) conectan a los niños pequeños con alimentos saludables cultivados localmente y apoyan a los agricultores en sus comunidades.

Las actividades del Farm to ECE están aumentando a nivel nacional y en Georgia. Las encuestas realizadas por la National Farm to School Network encontraron que 48 estados y Washington, D.C., tienen programas de la granja a la escuela en centros de educación y cuidado de la primera infancia, en comparación con 39 estados en 2012.



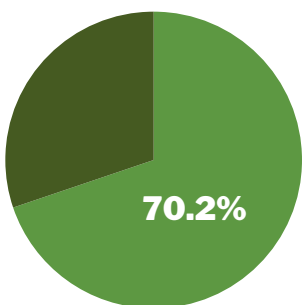
Cronología del Farm to ECE en Georgia



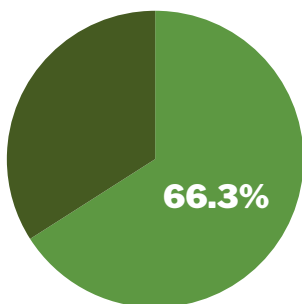
La encuesta del Farm to School de Georgia del 2014 de 859 centros de educación y cuidado de la primera infancia reveló que el 94% de los centros habían realizado algún tipo de actividad de Farm to ECE durante el año pasado. Las actividades más frecuentes fueron:

1. Educar a los niños sobre alimentos, nutrición o de dónde provienen los alimentos;
2. Cocinar o preparar comida con niños, y
3. Servir comidas o meriendas con al menos una parte de alimentos locales.

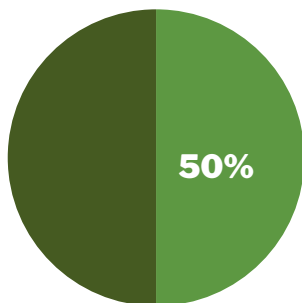
Motivaciones para querer agregar o expandir las actividades del Farm to ECE



Enseñar a los niños de dónde proviene la comida o cómo se cultiva



Mejorar la salud y la nutrición de los niños



Proporcionar a los niños oportunidades de aprendizaje vivencial



Georgia Farm to Early Care and Education Coalition

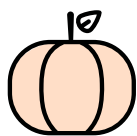
Georgia Farm to Early Care and Education Coalition es una red que une a las partes interesadas en el cuidado de la primera infancia, alimentación, agricultura y nutrición para unir recursos, apoyar el Farm to ECE y crear un diálogo para construir programas a nivel estatal. Más de dos docenas de agencias, organizaciones y empresas apoyan activamente el Farm to ECE en Georgia. Los miembros de la Georgia Farm to ECE Coalition son:

- Black Child Development Institute
- Bright from the Start: Georgia Department of Early Care and Learning
- Captain Planet Foundation
- Centers for Disease Control and Prevention
- Children's Healthcare of Atlanta/Strong4Life
- The Common Market - Southeast
- Georgia Department of Education
- Food Well Alliance
- Southern Crescent Technical College
- Georgia Association for the Education of Young Children
- Georgia Child Care Association
- Georgia Department of Agriculture
- Georgia Department of Public Health
- Georgia Early Education Alliance for Ready Students
- Georgia Family Connection Partnership
- Georgia Head Start State Collaboration Office
- Georgia State University-Health Policy Center
- Georgia Organics
- HealthMPowers
- Little Ones Learning Center
- Quality Care for Children
- Mercer University
- Sheltering Arms
- United Way
- University of Georgia
- University of Georgia - Cooperative Extension
- United States Department of Agriculture
- Voices for Georgia's Children

Cómo conectarse con la comunidad del Farm to ECE en Georgia:

Hay varias formas de conectarse con la comunidad del Farm to ECE en Georgia.

Campañas



October Farm to School Month

Cada año, Georgia Organics proporciona recursos, lecciones y videos gratuitos para celebrar una fruta o verdura local.

Para más información:

<https://farmtoschool.georgiaorganics.org>

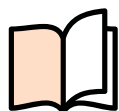


Harvest of the Month

Quality Care for Children ofrece un calendario descargable gratuito que presenta productos de la cosecha mensual del mes (Harvest of the Month). Enfocarse en una sola fruta o verdura de temporada es una excelente manera de comenzar.

Para más información:

<https://www.qualitycareforchildren.org/hom>



Georgia Pre-K Week

Cada Octubre, Voices for Georgia's Children coordina la semana Georgia Pre-K, para enfatizar la importancia de una educación de calidad para la primera infancia. Si tiene un aula de Georgia Pre-K, lleve a un invitado especial a leer un libro para niños sobre jardinería, cocina o comida.

Para más información:

www.georgiavoices.org/pre-k-week/

CACFP Week

CACFP Week es una campaña nacional de educación e información patrocinada por la National CACFP Sponsors Association y que tiene lugar anualmente en la tercera semana de marzo. La campaña está diseñada para crear conciencia sobre cómo funciona el USDA's Child and Adult Care Food Program para combatir el hambre. Esta semana es un buen momento para promover cómo sus esfuerzos del Farm to ECE pueden aumentar y mejorar la participación en el CACFP.

Boletín de noticias

Regístrese para recibir Georgia Organics Farm to School eBite:

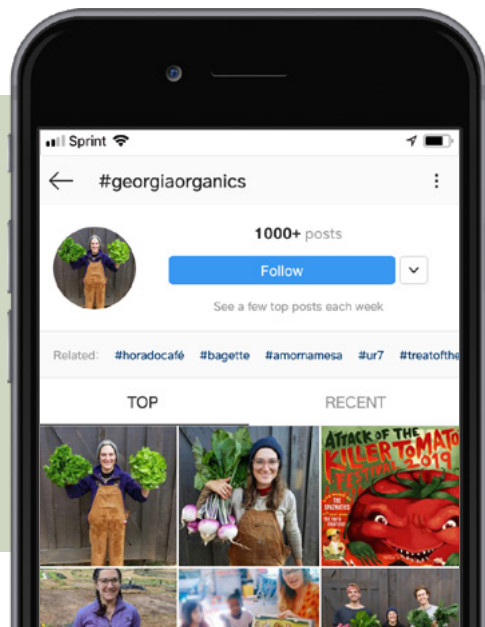
<https://farmtoschool.georgiaorganics.org>

Redes Sociales

¡Comparta sus actividades!

[#georgiaorganics](#) [@georgiaorganics](#)

[#gafarmtoece](#) [#farmtoschool](#) [#farmtoschoolchampions](#)



Conferencias



Georgia Farm to School and Early Care and Education Summit

Esta Cumbre bienal convoca a educadores, administradores y padres para conocer y compartir actividades innovadoras del Farm to ECE y Farm to School.

Para más información:

<https://farmtoschool.georgiaorganics.org/>



Georgia Organics Annual Conference and Expo

Agricultores, jardineros, chefs, educadores y activistas asisten a esta conferencia anual para una inmersión profunda en temas que van desde Farm to School a técnicas de agricultura a pequeña escala.

Para más información:

conference.georgiaorganics.org



Georgia Child Care Conferences

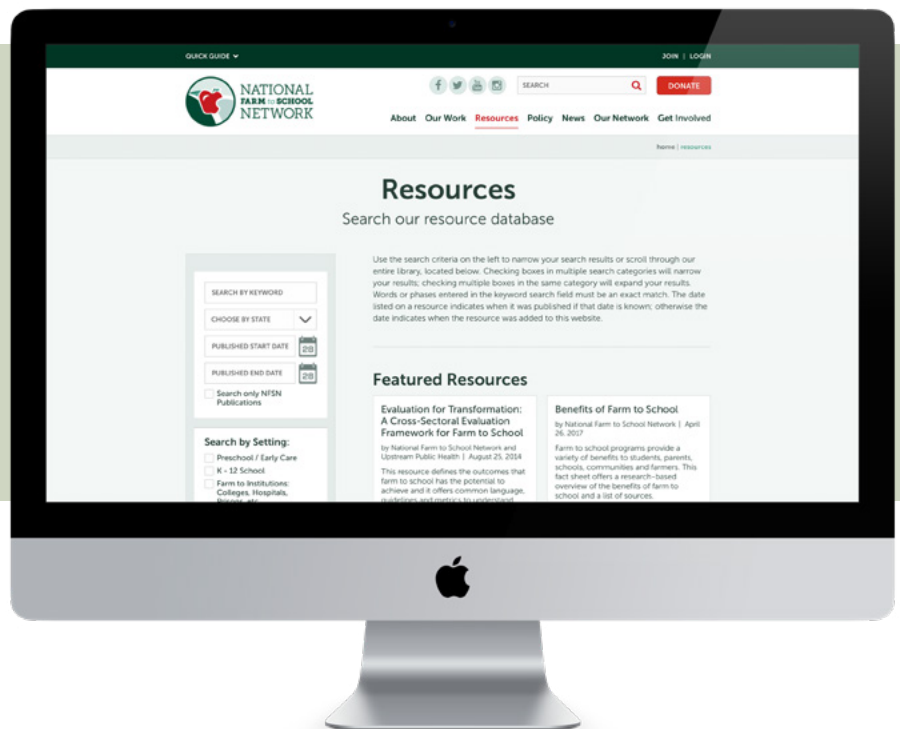
Siempre revise la presentación y el cronograma del taller para conocer las conferencias de ECE organizadas por agencias y organizaciones que sirven directamente a los proveedores de ECE: Georgia Department of Early Care and Learning, Georgia Head Start, Georgia Child Care Association (GCCA) y Georgia Association of the Education of Young Children (GAEYC). ¡Muchas veces incluirán sesiones de Farm to ECE! (Y, si no lo hacen, ¡considere enviar una propuesta para la próxima!)

Seminarios por internet

La National Farm to School Network tiene muchos seminarios por internet de Farm to ECE.

Se puede acceder al archivo en

<https://farmtoschool.georgiaorganics.org/>



Primeros Pasos: Establecer Los Objetivos Del Farm To Early Care And Education

Farm to Early Care and Education (ECE) ofrece muchas estrategias para mejorar la salud de los niños, aumentar la calidad de las experiencias educativas y promover valiosas oportunidades de participación familiar.

Reúna a su equipo y siga estos primeros pasos para desarrollar una iniciativa duradera en su comunidad:

Paso 1: Tener en cuenta el tiempo, el talento y los recursos.

Comience donde está con lo que tiene.

Personas y Tiempo — ¿Quién en su comunidad tiene la capacidad de contribuir a las actividades del Farm to ECE? ¿Quiénes son los campeones del Farm to ECE? ¿Profesores, administradores, padres, abuelos? ¿Qué habilidades o conocimientos únicos existen en su comunidad? ¿Agricultores locales, cocineros locales? ¿Cómo pueden las relaciones con organizaciones o instituciones locales contribuir a las actividades del Farm to School? ¿Master Gardeneres, colegios/universidades?

Espacio — ¿Qué espacio tiene dentro o fuera que se pueda utilizar para las actividades del Farm to ECE? ¿Una sala con grandes mesas para cocinar, un área cubierta al aire libre, una mesa de picnic? ¿Hay lugares en su comunidad que podrían utilizarse para las actividades del Farm to ECE? ¿Una granja local, mercado de agricultores?

Herramientas — ¿Qué herramientas tiene disponibles para las actividades del Farm to ECE? ¿Libros sobre plantas o alimentos, suministros de jardinería o siembra, refrigerador o utensilios para preparar alimentos?

Dinero — ¿Qué recursos monetarios están disponibles en su programa, sitio o comunidad? ¿Hay empresas locales que podrían proporcionar donaciones en especie, partidas presupuestarias, subvenciones disponibles, recaudaciones de fondos para grupos de padres?

Step 2: Elegir un área de enfoque.

Teniendo sus recursos disponibles en mente, elija una o dos áreas en las que enfocarse.

Huertas de comestibles
Degustaciones
Actividades prácticas de cocina
Clases de comida/
jardinería en el aula
Visitas de granjeros o
excursiones a granjas

Comida local en
meriendas y comidas
Política de bienestar/
Farm to ECE
Participación de los
padres y la comunidad
Capacitación del personal



Paso 3: Establecer un objetivo alcanzable.

En su área de enfoque, establezca objetivos alcanzables para un período de tiempo razonable. Por ejemplo:

	¿QUÉ?	¿CUÁNDO?
Vamos a	construir dos camas elevadas	antes del comienzo del año escolar.
Vamos a	ir a una excursión a la granja	antes del final del año escolar.
Vamos a	hacer una degustación estacional	en algún momento de este mes.
Vamos a	ofrecer manzanas cultivadas localmente	al menos una vez con el almuerzo en el otoño.

Paso 4: Hacer un plan de acción (QUIÉN, QUÉ, CUÁNDO).

Identifique qué pequeños pasos lo ayudarán a alcanzar su objetivo. Por ejemplo:

¿QUIÉN?	¿HARÁ QUÉ?	¿CON QUÉ RECURSOS?	¿CUÁNDO?
Angela	organizará una reunión con el Master Gardener local	para determinar el mejor sitio para poner dos camas elevadas	antes de fin de mes.
Steve	buscará granjas locales que visitan escuelas u ofrecen excursiones	y enviará sugerencias y posibles fechas al director	a finales de la próxima semana
Damon	buscará libros sobre manzanas	en la biblioteca de la escuela y enviará una lista a los maestros	a finales de esta semana.
Liliana	visitará el mercado de agricultores	para hablar con los agricultores locales sobre los precios al por mayor y la posible entrega de productos	este sábado.



Paso 5: Promocionar su trabajo.

Comparta las acciones que toma y las metas que establece con su comunidad. Algunas ideas son compartir información en los anuncios para padres y la comunidad o en la cartelera escolar o compartir fotos en los tableros de anuncios, boletines informativos para padres, en su sitio web o en sus páginas de redes sociales. También puede invitar a los medios locales a visitar su programa durante las actividades del Farm to ECE.

Primeros pasos: Establecer los objetivos del Farm to ECE (hoja de trabajo)

¿Cuáles son sus recursos actuales?

Personas y tiempo	
Espacio	
Herramientas	
Presupuesto	

¿Cuál es su área de enfoque?

- | | |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> Huertas de comestibles Degustaciones Actividades prácticas de cocina Clases de comida/jardinería en el aula Visitas de granjeros o excursiones a granjas | <ul style="list-style-type: none"> Comida local en meriendas y comidas Política de bienestar/Farm to ECE Participación de los padres y la comunidad Capacitación del personal |
|--|---|

¿Cuál es el objetivo alcanzable?

En _____ (lapso de tiempo), haremos _____ (objetivo).

¿Cuál es su plan de acción para cumplir el objetivo?

	QUIÉN	QUÉ	CUÁNDO
Paso 1			
Paso 2			
Paso 3			

¿Cómo compartirá su trabajo?

- | | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> Anuncios Tablero de anuncios Cartelera escolar Boletines informativos para padres | <ul style="list-style-type: none"> Correos electrónicos Página web Redes sociales Medios de comunicación locales |
|--|--|

Abordar la Equidad Social y Racial



Georgia Organics está comprometida con abordar las causas profundas de las inequidades del sistema alimentario como un medio para crear soluciones viables de sistemas alimentarios que combatan las disparidades existentes entre los niños y sus familias. La equidad racial en el sistema alimentario y educativo se logrará cuando la raza y otros factores socioeconómicos ya no determinen los resultados de estos sistemas.

Estos resultados incluyen el acceso a empleos y oportunidades del sistema alimentario, acceso a tierras de cultivo, acceso a alimentos saludables y nutritivos, así como acceso a buenas prácticas laborales y salarios justos. Además, creemos que los niños, las familias y el personal de cuidado infantil deben tener acceso diario y costeable a alimentos frescos y saludables.

Las huertas escolares y las aulas de cocina son entornos que apoyan las identidades de los estudiantes y reflejan diversidad, equidad y justicia. Las estrategias de instrucción que se utilizan a través de las actividades del Farm to ECE apoyan diversos estilos de aprendizaje y permiten una exploración profunda. Un programa integral del Farm to ECE involucra a las familias y comunidades de manera significativa.

Aquí hay un vistazo a algunas de las prácticas que se identificarán en esta guía.

Instrucción

- Promover el compromiso de los niños
- Actividades diferenciadoras para todos los niños
- Brindar oportunidades de aprendizaje colaborativo
- Conectarse con el mundo real

Cultura en el aula

- Honrar las experiencias de los niños
- Practicar habilidades de escucha y construir relaciones positivas
- Crear confianza en las nuevas experiencias juntos
- Crear entornos centrados en el niño
- Desarrollar acuerdos comunitarios guiados por los niños
- Proporcionar funciones y responsabilidades significativas para los niños

Participación de la familia y la comunidad

- Invitar a los cuidadores a compartir sus culturas y tradiciones
- Incorporar la sabiduría familiar y comunitaria
- Conectar a las distintas familias a través de eventos o proyectos
- Utilizar recursos locales
- Participar en proyectos de servicio en el vecindario

¿De qué otras maneras puede incorporar la equidad social y racial en su iniciativa?



Capítulo 2: Explorar: Jardinería con Niños Pequeños

Introducción: Jardinería con Niños

Las actividades prácticas de jardinería son experiencias de aprendizaje sensoriales y atractivas que muestran a los niños de dónde proviene la comida. Estas actividades pueden incluir plantar semillas en la repisa de una ventana, regar plantas en un jardín al aire libre o cosechar frutas y verduras cuando están maduras.

La jardinería siempre es un experimento, a veces funciona mejor que otras y eso es parte de la diversión. Tómese el tiempo para hacer preguntas, explorar y hacer descubrimientos sobre el mundo natural junto a los niños.

Investigaciones muestran que la jardinería apoya el desarrollo físico, social y emocional de los niños.



Desarrollo físico y habilidades motrices
Los niños desarrollan habilidades motoras gruesas y finas a través de tareas significativas en la huerta. (GELDS:PDM5, PDM6)



Desarrollo social y emocional
Los niños trabajan cooperativamente con otros para completar grandes tareas de jardinería. (SED4)



Enfoques para jugar y aprender
Al explorar y hacer preguntas, los niños desarrollan interés y curiosidad sobre el mundo natural. (APL2)



Comunicación, lengua y alfabetización
Se desarrolla nuevo vocabulario a través de experiencias únicas y significativas de la vida real. (CLL2)

La huerta proporciona un contexto real para explorar las matemáticas, las ciencias naturales, las ciencias sociales y las ideas artísticas.



Matemáticas
Los conceptos matemáticos de número, patrones, forma y medición tienen un significado esencial en el mundo natural. (CD-MA1, CD-MA3, CD-MA4)



Ciencias naturales
Los niños adquieren conocimientos en relación con los seres vivos con los que comparten su entorno. (CD-SC3)



Ciencias sociales
Mediante el cultivo de alimentos, los niños crean una conexión con la comunidad en general. (CD-SS2)



Desarrollo creativo
El mundo natural es una fuente de inspiración para explorar colores y para las artes visuales. (CD-CR2)

¡La siguiente descripción general lo ayudará a comenzar!

Además, cada condado tiene una oficina de Cooperative Extension, ¡y les encanta ayudar a las escuelas! Puede encontrar su oficina de extensión local en: extension.uga.edu/county-offices.html o fvsu.edu/about-fort-valley-state-university/academics/college-of-agriculture-family-sciences-and-technology/outreachextension/

Cómo Cultivar una Huerta Interior



¡Cultivar en interiores puede ser una manera fácil y divertida de enseñar a los niños cómo crecen las plantas!

Ya sea adentro o afuera, las plantas necesitan cuatro cosas para crecer:

- ✓ Tierra
- ✓ Agua
- ✓ Luz
- ✓ Aire



Aquí hay algunas cosas que puede necesitar para cultivar en interiores y dar a sus plantas todo lo que necesitan:

- Recipientes reciclados con orificios de drenaje (vasos de yogur, latas, cajas de leche, etc.)
- Tierra para macetas o compost
- Taza pequeña o botella de spray para regar las plantas
- Platillo para colocar debajo del recipiente para recoger el exceso de agua
- Una repisa soleada

¡Inténtelo!

Cultivar un frijol en una bolsa

Este método es excelente para ver crecer (o germinar) las semillas. Las semillas pueden crecer en bolsas pequeñas para que los niños se las lleven a casa o bolsas grandes de plástico con cierre para la ventana del aula.

Qué Sembrar

Frijoles de Lima (u otras semillas grandes como espinaca, calabaza, melón)

Dónde Sembrar

En una bolsa plástica con cierre con una toalla de papel doblada y húmeda

Cómo Cuidarla



Tierra

No se necesita tierra para que las semillas germinen.



Agua

Mantenga la toalla húmeda rociando con agua cuando sea necesario.



Luz/Aire

Cuelgue la bolsa en una ventana con cinta adhesiva.

Siguiente

Cuando las plantas han crecido por fuera de la bolsa, se pueden plantar cuidadosamente en un recipiente más grande de modo que las raíces queden la tierra y los tallos y las hojas se extiendan.

Cultivar verduras o hierbas en una huerta de contenedores

Muchas verduras y hierbas resistentes se pueden cultivar con semillas en una huerta de contenedor interior.

Qué Sembrar

Semillas para cultivos con raíces poco profundas o cortas (como lechuga, rábanos y espinacas) o hierbas resistentes (como albahaca o eneldo)

Dónde Sembrar

En recipientes con agujeros pequeños para drenaje (vasos de yogur, cajas de leche, etc.). Simplemente haga algunos agujeros pequeños en el fondo de un recipiente.

Cómo Cuidarla



Tierra

Siembre la semilla ligeramente debajo de la superficie de la tierra para macetas.



Agua

Riéguela cuando la parte superior de la tierra se sienta seca (el exceso de agua se drenará.)



Luz/Aire

Colóquela en la repisa de una ventana soleada.

Siguiente

Si las plantas crecen por fuera del recipiente, se pueden plantar cuidadosamente en un recipiente más grande.



Cultivar guisantes en un enrejado de horquilla

¡A los niños les encanta ver los zarcillos de las plantas de guisantes alrededor de un enrejado a medida que la planta crece!

Qué sembrar

Semillas de guisantes

Dónde sembrar

En recipientes con orificios de drenaje (vasos de yogur, cajas de leche, etc.) y con un tenedor que sirva de enrejado para que crezcan los guisantes

Cómo cuidarla



Tierra

Plante la semilla ligeramente debajo de la superficie de la tierra para macetas.



Agua

Riéguela cuando la parte superior de la tierra se sienta seca, el exceso de agua drenará.



Luz/Aire

Colóquela en la repisa de una ventana soleada.

Siguiente

¡Los brotes y las vainas de la planta de guisantes son deliciosos!

Enredaderas de brotes de batata

Aunque no son comestibles, es divertido para los niños ver que algunas plantas no crecen de semillas. ¡Estas vides se regeneran de otras partes de la planta!

Qué sembrar

Batata orgánica con cuatro palillos de dientes en el medio (Nota: las batatas orgánicas pueden ser más propensas a germinar. Algunas batatas cultivadas de manera convencional se han rociado para retrasar la germinación).

Dónde sembrar

En un vaso de agua transparente, con el extremo puntiagudo hacia abajo en el agua y el extremo romo fuera del agua.

Cómo cuidarla



Tierra

No se necesita tierra para que brote la batata.



Agua

Vuelva a llenar el agua del vaso cuando sea necesario.



Luz/Aire

Colóquela en la repisa de una ventana soleada.

Siguiente

Después de una o dos semanas, las raíces y la enredadera comenzarán a crecer.

Jardinería al aire libre: Dónde, cuándo y qué sembrar

Cultivar una huerta al aire libre es una excelente manera de aprender junto a los niños. Las plantas pueden prosperar y pueden celebrar juntos. Si no lo hacen, ¡pueden trabajar juntos para descubrir por qué! De cualquier manera, la jardinería nos conecta con las estaciones del mundo natural y genera un aprecio por los agricultores que producen los alimentos que comemos.

Decidir qué sembrar

¡Encuentre el lugar perfecto para la huerta! Considere estas tres cosas:

1. Disponibilidad de luz solar:

Es importante que la ubicación de la huerta reciba la mayor cantidad de luz solar posible durante todo el día, idealmente entre seis y ocho horas. En un día soleado, visite la huerta un par de veces durante el día para ver dónde cae la sombra de los árboles y edificios. Cualquier área que no esté a la sombra durante la mayor parte del día sería buena para la huerta.

2. Cercanía al agua:

Tenga en cuenta dónde está la fuente de agua más cercana, ya sea un grifo o manguera al aire libre o si las regaderas vendrán de adentro.

3. Accesibilidad:

La mejor ubicación para una huerta es un espacio al que los niños pequeños puedan llegar fácilmente. Elija un lugar que los niños, las familias y el personal visitan todos los días, incluso si es pequeño.

▶ **Siguiente:** Una vez que se elige la ubicación, las semillas se pueden sembrar directamente en el suelo o se pueden construir camas elevadas sobre el suelo.



Camas elevadas:

Las camas elevadas se construyen sobre el suelo usando troncos de madera o cedro para los lados de la cama (no madera tratada a presión) y luego se llenan de tierra y compost. Muchos de los materiales para una cama elevada pueden ser donados por una guardería o una ferretería.



Ventajas: Menos malezas, más fácil de alcanzar, delimita el espacio de la huerta, evita que se pise la huerta.



Desventajas: Necesita riego constante.



Camas en el suelo:

Las semillas también se pueden sembrar directamente en el suelo una vez que se rastrilla la hierba o la cubierta del suelo. En este caso, puede ser útil probar el suelo en el que sembrarán. La oficina de extensión local puede proporcionar un kit de análisis de suelo y los resultados explicarán qué se podría agregar al suelo a partir de más nutrientes, como el compost.



Ventajas: Asequible, requiere menos riego.



Desventajas: Es más probable que crezcan malezas, se puede pisar si no hay bordes definidos.



Huertas en contenedores

Las huertas se pueden cultivar en recipientes grandes y pequeños, como macetas, vagones, una caja de arena vieja o jarras de galones de leche. Las plantas crecerán en casi cualquier recipiente que sea lo suficientemente profundo y tenga agujeros de drenaje para evitar el exceso de agua.



Ventajas: Asequible, se pueden usar contenedores que ya tiene, fomenta la creatividad.



Desventajas: Necesita riego constante, recuerde hacer agujeros para el drenaje.



Primeros pasos

Reunir el equipo de jardinería

Invite al personal, a los padres y a los miembros de la comunidad a decidir dónde, cuándo y qué sembrar. Es valioso reunir aportes e ideas de la comunidad en general. Además, diferentes miembros de la comunidad pueden ofrecer tiempo, energía, dinero o donaciones en especie para sembrar y mantener la huerta.

Escoger qué y cuándo sembrar

Hay muchas opciones de lo que se puede cultivar en una huerta. Aquí hay algunos favoritos resistentes que son fáciles de mantener:



Huerta de hierbas:

Una huerta de hierbas es perfecta para niños pequeños porque las hierbas tienen olores, sabores y texturas distintos. Las hierbas que mencionamos a continuación son resistentes y prolíficas, por lo que muchos niños pueden cosecharlas. Además, elegimos hierbas que son perennes y requieren poco mantenimiento.

Favorites: menta, romero, tomillo, orégano, lavanda, salvia, cebollín



Huerta de frutos o bayas:

Las huertas de frutas y bayas brindan a los niños pequeños la oportunidad de ver una flor convertirse en un fruto que protege las semillas en su interior. ¡No producen tanto como otras plantas comestibles, pero es divertido probarlas cuando están maduras! También permanecen en el jardín durante años.

Favorites: arándanos, árboles de frutas como higos y manzanas



Jardín de flores:

Los jardines de flores son hermosos y atraen pájaros y abejas. Se pueden sembrar flores de todos los colores del arco iris. Algunas flores crecerán más que los niños pequeños y algunas incluso son comestibles.

Favorites: capuchinas (comestible), girasoles, arbusto de las mariposas



Huerta estacional:

Una huerta estacional es una que se siembra y dura solo por la estación, hasta que llega la helada o hasta que hace demasiado calor para que las plantas sobrevivan. Vea algunos de nuestros favoritos a continuación:

Cultivos de clima frío: plantar en otoño o principios de primavera

- Hojas verdes (lechuga, col rizada, acelgas, espinaca)
- Rábanos
- Zanahorias
- Brócoli
- Guisantes dulces

Cultivos de clima cálido: plantar después de la última helada a mediados de abril

- Pimientos
- Pepinos
- Tomates
- Okra
- Melón
- Batata

Además, puede optar por plantar semillas o plántulas que ya han crecido y obtenerlas de un agricultor o vivero local.



Semillas



Ventajas: económicas



Desventajas: pequeñas, menor tasa de germinación, mayor tiempo de cosecha



Plántulas



Ventajas: mayor tasa de éxito, menor tiempo de cosecha



Desventajas: más costosas

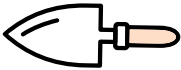
Las huertas de hierbas, frutas y bayas son cultivos perennes que vuelven año tras año. Las plantas que se seleccionan para la huerta estacional, por otro lado, completarán su ciclo de vida en unos pocos meses de la estación cálida o fría.

Cómo Sembrar, Cuidar y Cosechar con Niños Pequeños

Los niños aprenden de responsabilidad cuando cuidan una huerta. Hay muchas maneras para que los niños pequeños participen en el cuidado de la huerta. La mayoría de las actividades de jardinería son más fáciles y atractivas cuando se realizan en pequeños grupos de aproximadamente cinco a seis niños a la vez.

Aquí hay algunos ejemplos de cómo los niños de diferentes edades pueden ayudar con las tareas de la huerta.



	UN AÑO DE EDAD	DOS AÑOS DE EDAD	TRES AÑOS DE EDAD	CUATRO AÑOS DE EDAD	CINCO AÑOS DE EDAD
Sembrar	Tocar y sentir distintas semillas	Ordenar semillas por tamaño y forma	Sembrar semillas grandes donde se indique	Sembrar semillas pequeñas donde se indique	Sembrar semillas pequeñas midiendo o usando una guía
Agregar compost	Tocar y sentir diferentes tipos de suelo	Usar las manos para esparcir la tierra en la cama	Usar rastrillos de mano para esparcir la tierra en la cama	Usar palas para mover la tierra en la cama	Usar palas y contenedores para mover la tierra de un lugar a otro
Retirar malezas	Explorar los sistemas de raíces de malezas arrancadas	Sacar las malezas con la ayuda del maestro	Sacar las malezas marcadas con harina	Identificar las malezas con base en imágenes	Ayudar a aclarar las camas
Regar las plantas	Explorar el agua a través del juego	Contar los días lluviosos	Verter agua de un vaso lleno sobre las raíces de las plantas	Llenar un vaso de yogur con agua, caminar hacia la cama, verter sobre las raíces de las plantas	Llenar una regadera pequeña con agua, caminar hacia la cama, verter sobre las raíces de las plantas
Cosechar vegetales	Tocar y sentir varias partes de plantas cosechadas	Ordenar o clasificar la cosecha por tamaño o forma	Cosechar los vegetales indicados por el maestro	Identificar vegetales listos para cosechar con base en imágenes	Cosechar independientemente cierto número de vegetales maduros
Lavar vegetales	Explorar el agua a través del juego	Secar suavemente los vegetales lavados	Lavar suavemente los vegetales en agua corriente y secarlos	Frotar los tubérculos con un cepillo de dientes sin usar	Lavar las verduras de hoja verde en un escurridor de ensaladas

Sembrar con niños

Los niños pequeños pueden participar en la siembra de semillas y plántulas. Aquí hay algunos consejos:

Marcar el espacio

Los niños trabajan mejor con su propio espacio personal. Dele a cada niño su propio lugar a lo largo del perímetro de la cama de la huerta.

Marcar los puntos

Hay muchas formas de marcar dónde se deben sembrar las semillas o plántulas, como colocar una mancha de harina para hornear sobre la tierra. Además, se puede hacer una "guía" de cartulina con agujeros perforados a intervalos para que los niños puedan colocar semillas a través de los agujeros.

No se necesitan herramientas

Los agujeros para la mayoría de las semillas y plántulas no serán lo suficientemente profundos como para necesitar palas. Los niños simplemente pueden usar un dedo para hacer un pequeño agujero que sea tan profundo como la altura de la semilla o tan profundo como el largo del cepellón.



Cosechar

¡Con un poco de cuidado y paciencia, la huerta estará lista para cosechar!

Los niños pequeños pueden participar usando ambas manos para cosechar suavemente los vegetales que están maduros y listos.

¡Los maestros pueden mostrarles cómo cosechar suavemente y luego pueden intentarlo!

Lavar

Será necesario lavar los vegetales con un poco de agua y fregarlos para quitar la mugre.

Los niños pequeños pueden participar lavando los vegetales suavemente con las manos en agua corriente y luego dándoles palmaditas con una toalla de papel. Los vegetales de raíz también se pueden fregar con un cepillo de dientes sin usar y las verduras de hoja verde se pueden lavar en un escurridor de ensaladas.



Tareas de mantenimiento con los niños

Agregar compost y tierra

El compost es materia orgánica rica en nutrientes para las plantas. Es beneficioso agregarlo a las camas de la huerta al comienzo de la estación.

Los niños pequeños pueden participar usando herramientas y recipientes de excavación para niños para mover la tierra de un lugar a otro y luego usar sus manos para esparcir la tierra en la cama del jardín.

Retirar las malezas

Puede ser difícil identificar las malezas (o plantas no deseadas) de la huerta. Cuando descubra qué plantas son malezas, se deben retirar para dejar espacio para que prosperen las plantas circundantes.

Los niños pequeños pueden participar arrancando las raíces de las plantas. **Los adultos** pueden ayudar rociando harina para hornear sobre las malezas para que los niños las puedan encontrar fácilmente.

Regar

Hay muchas formas de regar una huerta, como esperar a que llueva, regar a mano, instalar un aspersor conectado a una manguera o instalar un sistema de riego por goteo.

Los niños pequeños pueden participar comprobando la humedad de la tierra para decidir si la huerta necesita agua. Luego, los niños pueden usar pequeñas regaderas (u otros recipientes como vasos de yogur) para transportar el agua desde la fuente hasta la huerta y verter cuidadosamente agua en la tierra cerca de las raíces de las plantas.

Este método de regar un vaso pequeño a la vez no es el más eficiente, pero los niños disfrutan de la práctica con sus habilidades motrices gruesas y finas.

Actividades Sencillas de Jardinería al Aire Libre por Dominio GELDS

Las actividades al aire libre están diseñadas para generar curiosidad y fomentar la exploración. Estas actividades ayudan a los niños a hacer descubrimientos sobre el mundo que los rodea. Al pasar tiempo al aire libre, los niños pueden experimentar las estaciones a medida que cambian. Observan el efecto que el clima cambiante tiene en todos los seres vivos: las plantas que crecen, los animales que los ayudan, ¡y los seres humanos que también se los comen!



¡Inténtelo!

Observación al aire libre



Reunirse — Siéntese o párese con todos los estudiantes en un círculo en un lugar abierto al aire libre.

Preguntar — “¿Qué sigue igual y qué cambió en este espacio desde nuestra última visita?”

Observar — Dele a los niños unos segundos de silencio para escuchar y mirar el mundo que los rodea.

Compartir — Dé tiempo para que los niños compartan lo que observaron.

Actividades que se pueden hacer afuera en un jardín con pocos materiales o mínima planificación. Consulte el Apéndice B para obtener más información sobre la alineación con los GELDS.

	UNO Y DOS AÑOS DE EDAD	TRES AÑOS DE EDAD	CUATRO AÑOS DE EDAD	CINCO AÑOS DE EDAD
Desarrollo cognitivo matemático	Usar palabras de tamaño para describir cosas que se encuentran en la huerta	Buscar objetos de diferentes formas en la huerta	Contar la cantidad de gusanos que se encuentren en la huerta	Ordenar las hojas caídas por color, forma o tamaño
Desarrollo cognitivo de ciencias naturales	Observar y explorar con los sentidos (vista, tacto, olfato) y mostrar curiosidad por la huerta	Usar una lupa para mirar más de cerca las cosas de la huerta	Anotar observaciones de plantas y animales mediante dibujos y dictados	Explorar el agua, el suelo, la arena y el barro y comprender qué necesitan las plantas
Comunicación, lengua y alfabetización	Escuchar y seguir instrucciones simples para las tareas de jardinería	Hacer y responder preguntas sobre lo que se observa en la huerta	Describir las actividades de la huerta utilizando oraciones y detalles extensos	Desarrollar vocabulario a través de actividades, libros y conversaciones sobre la huerta
Desarrollo creativo	Escuchar rimas, juegos con los dedos, canciones e historias sobre la huerta	Describir qué colores se ven en la huerta en las diferentes estaciones	Hacer una secuencia de yoga para mostrar cómo crecen las plantas	Usar crayones para dibujar líneas y formas y acuarelas para el color de las plantas de la huerta
Desarrollo físico y habilidades motrices	Desarrollar equilibrio y coordinación agachándose y parándose hacia y desde la cama de la huerta	Usar herramientas como palas para identificar su propósito	Usar los dedos para clasificar las semillas por color, forma y tamaño	Practicar reglas de seguridad alrededor de la huerta

Consejos para el Manejo del Comportamiento en la Huerta al Aire Libre



¡A los niños pequeños les encanta explorar afuera! Es posible que deba ayudarlos a reajustar la atención, el nivel de energía y el volumen del habla a los que están acostumbrados en el patio de juegos a un nivel de energía que sea más apropiado para un aula al aire libre donde las plantas crecen, los animales viven y los niños aprenden.

Aquí hay algunos consejos para ayudar a los niños a tomar las mejores decisiones para el entorno de crecimiento y aprendizaje al aire libre:

Dividir en grupos pequeños

Todas las tareas son más fáciles de realizar y más atractivas para los niños cuando se hacen en pequeños grupos de cinco a seis niños. Vea más en “Cómo sembrar, cuidar y cosechar con niños pequeños” en la página 23.

Nombrar el espacio

Dele un nombre al espacio de la huerta al aire libre que les recuerde a los niños que es diferente del espacio del patio de juegos. Los nombres pueden ser Huerta, Aula al aire libre, Laboratorio viviente, etc.

Reunirse

Es importante tener un espacio de reunión cerca de la huerta para que los niños sepan exactamente a dónde ir cuando lleguen al lugar y exactamente a dónde ir cuando se les llame de vuelta al espacio. Idealmente, es un lugar donde los estudiantes puedan sentarse o pararse en círculo y verse.

Comenzar con una actividad silenciosa

Para establecer el tono, pídale a los niños que se sienten en círculo y escuchen en silencio los sonidos del jardín (un minuto por cada año de edad es el tiempo aproximado que los niños pueden sentarse en silencio). ¿Cuántos sonidos pueden escuchar? Levante un dedo por cada nuevo sonido que escuchen.

Establecer límites

Si no hay una cerca alrededor del área de la huerta donde los niños puedan explorar, asegúrese de mostrarles exactamente cuáles son los límites antes de que dejen el grupo entero para explorar por su cuenta o en grupos pequeños.

Demostrar

Garantice siempre la supervisión de un adulto y demuestre las tareas a los niños, especialmente cuando se utilizan herramientas.

Practicar una “respuesta del llamado”

Escoja un llamado divertido y su respuesta para la huerta. Luego, cuando los niños escuchen que la maestra hace el llamado, sabrán que deben regresar al círculo.

Consejos de Seguridad en la Huerta al Aire Libre

Los niños pequeños siempre deben ser supervisados de cerca en el jardín. Aquí hay algunos consejos para ayudar a que los niños estén seguros mientras exploran al aire libre:

Lavarse las manos

Debido a que en la huerta se están cultivando alimentos que comeremos, los niños deben lavarse las manos **antes y después** de visitarla. Si es posible, establezca una estación de lavado al aire libre para facilitar el lavado de manos

Mojar y hacer espuma

Mojarse las manos con agua corriente tibia. Enjabonarse hasta los codos.

Frotar y limpiar.

Frotar y limpiar durante 20 segundos el dorso de las manos, muñecas, entre los dedos y debajo de las uñas.

Enjuagar y secar

Enjuagar con agua corriente tibia. Secar con toallas de papel. Cerrar la llave del agua con una toalla de papel, no con las manos desnudas.

Uso del agua

Asegúrese de tener una fuente de agua potable (segura para beber) para regar su huerta de comestibles.

Para obtener más información sobre cómo analizar el agua, consulte: www.epa.gov/dwreginfo/lead-drinking-water-schools-and-childcare-facilities

Evitar productos químicos

Recomendamos la jardinería con métodos orgánicos. Tenga en cuenta lo que hay en su tierra para macetas, fertilizantes, sustancias para control de plagas y control de malezas. Si usa productos químicos, manténgalos fuera del alcance de los niños en todo momento. Incluso los productos químicos y fertilizantes orgánicos pueden perjudicar a los niños si se consumen.

Consumir productos de la huerta

Enseñe a los niños que nunca deben comer plantas sin el permiso de un adulto. Además, tenga cuidado de asegurarse de que los niños no coman tierra u otros elementos naturales de la huerta.

Para obtener información sobre plantas venenosas y tóxicas, [consulte el Apéndice G.](#)

Usar herramientas

Incluso los niños pequeños pueden usar herramientas manuales pequeñas con la supervisión adecuada. Muestre lentamente cada nueva herramienta manual a los niños con los siguientes pasos.

Nota: Muchas tareas de jardinería no requieren herramientas.

Dividir en grupos pequeños

Los grupos pequeños de cinco a seis niños son ideales para actividades prácticas, especialmente cuando las tareas implican el uso de herramientas como palas.

Marcar el espacio

Es importante que los niños conozcan los límites para sus cuerpos y sus herramientas, incluso dónde colocar su herramienta cuando no se está usando.

Representar la tarea

Con la atención de los niños centrada en el maestro, represente la tarea que los niños completarán de forma independiente. Recuerde a los estudiantes que las herramientas están diseñadas para tareas específicas y que no deben usarse como juguetes.

Supervisar de cerca

Las herramientas deben usarse con supervisión directa de un adulto en todo momento.

Almacenar adecuadamente

Cuando las herramientas no estén en uso, deben almacenarse fuera del alcance de los niños.

Cuando se necesitan herramientas de mango largo o herramientas eléctricas, deben usarse cuando los niños no están cerca.

Revisión de alergias

Revise todas las alergias conocidas con la enfermera y los padres de la escuela y prepare un protocolo escolar en caso de emergencias. Además, esté atento a cualquier signo de reacciones alérgicas. Esto se abordará más adelante en “Degustación con niños pequeños”.

Evitar insectos que pican

Practique la identificación de abejas y otros insectos que pican con los niños. Tenga en cuenta sus hábitats favoritos y formas de evitarlos también.



Capítulo 3: Explorar: Cocinar y Degustar con Niños Pequeños

Introducción: Cocinar y Degustar con Niños

Las actividades prácticas de cocina son experiencias de aprendizaje sensoriales y atractivas que motivan a los niños pequeños a probar nuevos alimentos. Estas actividades podrían incluir lavar y preparar vegetales (como cortar hojas verdes o usar otras herramientas manuales sin cuchillas), medir ingredientes o mezclar ingredientes para aderezos. Los niños también pueden participar en organizando y sirviendo alimentos antes de degustar.

¡Probar nuevos alimentos puede ser emocionante y, a veces, desafiante! ¡Tómese el tiempo para que los niños sean parte de la preparación, hagan preguntas, exploren y estarán listos para nuevos sabores!

Investigaciones muestran que cocinar con niños pequeños apoya su desarrollo físico, social y emocional.



Desarrollo físico y habilidades motrices
Los niños desarrollan habilidades motrices gruesas y finas haciendo tareas de cocina significativas.



Desarrollo social y emocional
Los niños trabajan cooperativamente con otros para completar varios pasos.



Enfoques para jugar y aprender
Al explorar y hacer preguntas, los niños generan interés y curiosidad sobre la comida que comen.



Comunicación, lengua materna y alfabetización
Se desarrolla nuevo vocabulario a través de experiencias únicas y significativas de la vida real.

La cocina del aula proporciona un contexto real para explorar las matemáticas, las ciencias naturales, las ciencias sociales y las ideas artísticas.



Matemáticas
Los conceptos matemáticos de número, patrones y medición tienen un significado esencial mientras se cocina.



Ciencias naturales
Los niños adquieren conocimientos en relación con el movimiento y la materia.



Ciencias sociales
Mediante la cocina, los niños crean una conexión con la comunidad en general.



Desarrollo creativo
La preparación y el intercambio de alimentos es una historia conocida para la representación dramática.

¡El siguiente resumen lo ayudará a comenzar!

Finalmente, la seguridad es lo más importante que se debe tener en cuenta con los niños pequeños. Revise los “Consejos de seguridad al cocinar y degustar” antes de comenzar.

Prácticas de Cocina para Niños Pequeños

“Cocinar” con niños pequeños generalmente se centra en la preparación de frutas o verduras crudas de temporada. Los niños pueden lavar vegetales, partir trozos pequeños, combinar ingredientes y organizar el plato que se sirve. Las meriendas pueden ser ensaladas, brochetas, botes o enrollados. Los niños también pueden participar en la medición y mezcla de ingredientes para una salsa o aderezo.

Algunas tareas de cocina para niños pequeños son:

CERO A UN AÑO DE EDAD	DOS AÑOS DE EDAD	TRES AÑOS DE EDAD	CUATRO Y CINCO AÑOS DE EDAD
<ul style="list-style-type: none"> • Observar, interactuar y relacionarse con adultos y niños mayores mientras preparan alimentos 	<ul style="list-style-type: none"> • Llevar verduras • Lavar suavemente las verduras de hoja • Arrancar las hojas verdes • Colocar las verduras en el plato 	<ul style="list-style-type: none"> • Fregar los tubérculos con cepillo • Verter líquidos • Usar un batidor para revolver líquidos • Agitar un frasco cerrado 	<ul style="list-style-type: none"> • Exprimir cítricos • Cortar hierbas con tijeras • Medir líquidos • Servir comida

¿Qué necesitaremos?

Para recetas básicas con niños pequeños, como las que se proporcionan en la página siguiente, no se necesitan muchas herramientas. Aquí hay una lista de ejemplos para comenzar:

Para lavar:

- Coladores
- Cepillos de dientes sin usar

Para cortar:

- Tablas de cortar
- Tijeras
- Cuchillo de nylon (para el maestro)

Para aderezos:

- Tazas de medir
- Cucharas de medir
- Frasco con tapa
- Batidor
- Licuadora

Para servir:

- Plato
- Servilletas

¿Qué cocinaremos?

¡Comience con alimentos de temporada! Estos productos son menos costosos y, cuando se compran en granjas locales, tienen mayor frescura, esto los hace más ricos y nutritivos.

Cultivos de clima frío:

- Verduras de hoja verde
- Rábanos
- Zanahorias
- Brócoli
- Nabos

Cultivos de clima cálido:

- Tomates
- Pimientos
- Pepinos
- Okra
- Maiz

¿Cómo lo cocinaremos?

Explorar los ingredientes

- ¿Cómo describirían este vegetal a alguien que nunca lo ha visto? ¿De qué color es? ¿Cómo se siente? ¿A qué huele?
- ¿De dónde creen que vino el alimento? ¿Cómo creció? ¿Qué necesitaba para crecer? ¿Quién lo cultivó? ¿Cómo llegó a nuestra escuela?
- ¿Creen que han visto este vegetal antes? ¿Aquí en la escuela, en la huerta, en casa, en un supermercado, en un restaurante? ¿A qué les recuerda?

Pasos para cocinar

- Miren al maestro hacer la tarea.
- Practiquen la tarea con la ayuda del maestro.
- ¡Terminen todo por ustedes mismos!



Recetas para Niños Pequeños

Los niños pequeños pueden participar en la preparación de muchas meriendas, particularmente aquellas que implican lavar, preparar, organizar vegetales crudos y hacer una salsa o aderezo.

Recetas fáciles para niños pequeños

Aquí hay algunos ejemplos de recetas fáciles que incluyen alimentos locales. Vea las notas para incorporar estas recetas en su patrón de comidas del CACFP.

Ensalada de menta y melón

Tiempo de Preparación: 10 minutos

Porciones: 6 tazas

Ingredientes:

- 1 cucharada de miel*
- 1 cucharada de jugo de limón
- 6 tazas de cubitos de melón cortados (sandía, rocío de miel, melón)
- ¼ de taza de menta fresca picada

Instrucciones:

Revolver la miel y el jugo de limón en un tazón grande. Agregar el melón y la menta y revolver para cubrir.

CACFP Crediting Information: Servir ½ taza de ensalada de menta y melón con 1 oz de galletas de arroz integral

.....

Ensalada de tomate, albahaca y maíz

Tiempo de preparación: 10 minutos

Porciones: 3-4 tazas de ensalada

Ingredientes:

- 6 mazorcas de maíz, peladas
- 3 tomates grandes cortados en cubitos (o 1 pinta de tomates uva, cortados por la mitad)
- 1/2 taza de cebolla roja cortada en cubitos pequeños (o 1 cebolla pequeña)
- 3 cucharadas de vinagre de manzana
- 3 cucharadas de aceite de oliva
- 1/2 cucharadita de sal kosher
- 1/2 cucharadita de pimienta negra recién molida
- 1/2 taza de hojas de albahaca fresca en julianas

Instrucciones:

Cortar los granos de la mazorca, cortando cerca de la tuza. Mezclar los granos en un tazón grande con las cebollas rojas, el vinagre, el aceite de oliva, la sal y la pimienta. Justo antes de servir, agregar la albahaca fresca. Dejar marinar durante 20 minutos para obtener el mejor sabor. Se puede hacer y refrigerar durante la noche.

Información de créditos del CACFP: Servir ½ taza de ensalada de tomate, albahaca y maíz con ½ oz de queso mozzarella



Aquí hay algunas ideas generales: ¡sea creativo!

Salsas y aderezos

Los niños pueden ayudar a mezclar una salsa o aderezo y pueden partir pedazos de verduras o partir el pan en trozos para untar en la salsa.

Ensaladas

Los niños pueden ayudar a mezclar un aderezo y ayudar a romper las verduras de hoja verde para una ensalada. También pueden partir las otras verduras en trozos pequeños. Las ensaladas pueden ser temáticas con ingredientes que representan los colores del arcoíris o las partes de la planta.

Botes

En lugar de comer verduras y un aderezo de un tazón, se puede comer de un “bote” comestible como un pimiento partido por la mitad o un pepino o calabaza de verano partidos por la mitad y ahuecados.

Envolturas y enrollados

Las verduras y el aderezo también se pueden doblar o enrollar en una hoja de lechuga o tortilla como un taco o burrito.

Brochetas

Agregar diferentes frutas para hacer un patrón.

*No se les debe dar miel a niños menores de un año.

Col rizada con vinagreta de frambuesa

Tiempo de preparación: 15 minutos

Porciones: 6 tazas de ensalada

Ingredientes:

2 cucharadas de mermelada de frambuesa
1/4 de taza de vinagre de arroz o vinagre de manzana
1/3 de taza de aceite de oliva
Sal y pimienta negra al gusto
2 racimos grandes de col rizada, sin tallo y cortados

Instrucciones:

1. Batir vigorosamente la mermelada de frambuesa, el vinagre y el aceite de oliva hasta que estén bien combinados; sazonar con sal y pimienta negra.
2. Enjuagar el tallo roto en un colador con agua corriente. Secar la col rizada con toallas de papel y pasarlas a un tazón grande para mezclar.
3. Verter la vinagreta de frambuesa sobre la col rizada y, con las manos limpias, untar la vinagreta en la col rizada hasta que tome un color verde intenso (2-3 minutos)

Información de créditos del CACFP para tres a cinco

años de edad (merienda): 1/2 taza de ensalada de col rizada + 1/2 onza equivalente de galletas integrales es igual a una verdura y un grano

Wrap de vegetales

Tiempo de preparación: 10 minutos

Porciones: 10

Ingredientes:

2 aguacates grandes, sin hueso
2 cucharaditas de jugo de lima fresco
Ajo en polvo
Sal y pimienta al gusto
1 pinta de tomates uva, cortados por la mitad
2 tazas de zanahorias ralladas
10 oz de espinacas baby
10 tortillas de trigo integral del tamaño de un taco

Instrucciones:

1. Sacar la pulpa de los aguacates de la piel con una cuchara y colocarlos en un tazón. Agregar el jugo de lima, el ajo en polvo, la sal y la pimienta y triturar los aguacates con un tenedor hasta que se forme una pasta.
2. Acomodar las tortillas en una tabla de cortar o plato y esparcir 1 cucharada de la mezcla de aguacate en la mitad de cada tortilla. Cubrir con las verduras restantes y enrollar.

Información de créditos del CACFP para tres

a cinco años de edad (merienda): un wrap de vegetales = una verdura y un grano.



Dippers de frutas con yogurt de miel

Tiempo de preparación: 10 minutos

Porciones: 2 tazas de salsa

Ingredientes:

2 tazas de yogurt de vainilla
1/2 taza de miel*
1 cucharadita de canela molida
Frutas frescas variadas (como manzanas, bananos, piña o fresas), cortadas en rebanadas o trozos pequeños

Instrucciones:

Poner el yogurt, la miel y la canela en un tazón pequeño; revolver para mezclar.

Información de créditos del CACFP para tres a cinco años

de edad (merienda): 1/2 onza de yogurt + 1/2 taza de fruta equivale a una carne/sustituto de la carne y una fruta.

Botes de humus de pepino

Tiempo de preparación: 10 minutos

Porciones: 24-30 botes de 3"

Ingredientes:

2 envases de 10 oz de humus preparado
6-10 pepinos, cortados a la mitad a lo largo, sin semillas (sacarlas con una cuchara)
2 pintas de tomates uva o cherry, cortados por la mitad o en cuartos

Instrucciones:

Llenar los botes de pepino vacíos con humus. Cubrir con tomates cortados. Cortar los pepinos en trozos de 3-4" por porción.

Información de créditos del CACFP para tres a cinco

años de edad (merienda): 1/2 taza de pepino + 1/2 onza de humus** = una verdura y una carne/sustituto de la carne

*No se les debe dar miel a niños menores de un año.

**El humus preparado comercialmente debe tener una etiqueta de Nutrición infantil o una Declaración de formulación del producto que especifique cómo acreditar el humus en relación con la carne/sustituto de la carne o las frutas/verduras según el tamaño de la porción.

Degustación con Niños Pequeños

¡Probar nuevos alimentos puede ser emocionante y, a veces, desafiante! Para entusiasmar a los niños a probar nuevos alimentos, haga que participen en tantos pasos como sea posible, desde elegir qué probar (¡tal vez algo que han estado cultivando en el jardín!) hasta participar en la preparación del plato y decidir cómo servirlo. La presión de probar algo nuevo también puede aliviarse ofreciendo solo un tamaño de muestra y celebrando el coraje necesario para tomar hasta el más pequeño bocado.

Las degustaciones buscan motivar a los comensales aventureros que adoran el sabor y la textura de las frutas y verduras saludables de temporada. Son simplemente una introducción a los alimentos que los niños pueden volver a ver pronto a la hora del almuerzo, creciendo en el jardín o en los estantes de los supermercados para que los estudiantes puedan conocer y tener experiencias significativas con esos alimentos.

¿Cómo degustaremos?

Después de limpiar los utensilios y las mesas y servir la merienda cuando todos los niños estén sentados, ¡es hora de probar!

A menudo se prefiere guiar a los niños a probar todos juntos a la cuenta de tres. Esto le da a cada niño la oportunidad de probar en silencio y formar sus propias opiniones antes de compartirlas. Luego, hay algunos pasos para guiar a los niños a compartir lo que probaron:

Compartir palabras descriptivas:

¿Cómo describirían la fruta o verdura?

- ¿Dulce, picante, ácida, amarga?
- ¿Crujiente, suave, jugosa, pegajosa?

Compartir Opiniones:

¿Qué opinan de la fruta o verdura?

- “¡Me encanta!”
- “Deliciosa”.
- “Interesante”.
- “No es mi favorita”.
- “Todavía no me gusta”.
- “Podría probarla otra vez”.

Reunir Datos:

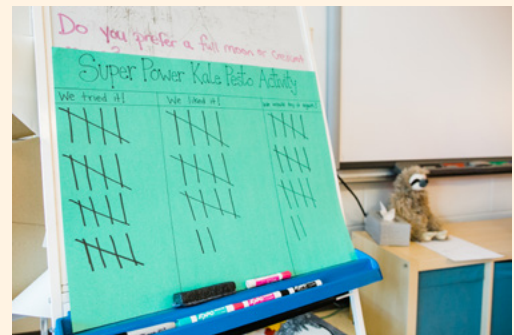
¿Volverían a probar esta fruta o verdura?

- Sí, tal vez, no.



Después de una degustación, los datos se pueden recolectar levantando las manos, haciendo una tabla de calcomanías, dibujando un gráfico de barras o un pictograma.

Más allá de desarrollar el conocimiento de los números y la cantidad en los niños, es una retroalimentación valiosa para el maestro, el personal y los padres sobre las preferencias de gusto actuales de los niños.





Consejos para el Manejo del Comportamiento al Cocinar y Degustar

¡A los niños pequeños les encanta trabajar con alimentos y herramientas! Para muchos niños, es empoderador elegir y preparar sus propios alimentos. Cuando están tan emocionados, puede ser necesario controlar y reenfocar la atención y el nivel de energía de los niños. Aquí hay algunos consejos para ayudar a los niños a tomar las mejores decisiones para el ambiente de cocina y degustación:

Nombrar el espacio

Cuando hay alimentos y utensilios de cocina, el espacio del aula o el tiempo de clase se puede nombrar con algo que les recuerde a los niños el cambio en las expectativas, como el Aula de cocina o la Hora de degustación.

Reunirse

Es importante tener un espacio de reunión cerca de una mesa de demostración donde, cuando se solicite, los niños puedan sentarse cómodamente para mirar y escuchar las instrucciones.

Dividir en pequeños grupos

Las tareas prácticas son más fáciles, más seguras y más atractivas para los niños cuando se completan en pequeños grupos de cinco a seis niños. Piense en otras tareas independientes en las que los grupos pequeños pueden participar mientras un grupo participa en una actividad práctica con el maestro. Algunas actividades pueden ser leer libros sobre comida, hacer un dibujo de su comida favorita o clasificar los alimentos por características.

¡Comenzar con un libro!

Puede leer sobre cultivar y cocinar alimentos antes o después de cada experiencia práctica con alimentos. Consulte el Apéndice E para obtener una lista de los libros favoritos de los niños.

Consejos de Seguridad al Cocinar y Degustar

Es importante que los niños pequeños sean supervisados de cerca mientras participan con utensilios y mientras comen. Aquí hay algunos consejos para ayudar a que los niños estén seguros mientras cocinan y degustan:

Prepararse para cocinar

Lavarse las manos

Mojar y hacer espuma

Mojarse las manos con agua corriente tibia. Enjabonarse hasta los codos.

Frotar y limpiar

Frotar y limpiar durante 20 segundos en el dorso de las manos, muñecas, entre los dedos y debajo de las uñas.

Enjuagar y secar

Enjuagar con agua corriente tibia. Secar con toallas de papel. Cerrar el agua corriente con una toalla de papel, no con las manos desnudas.

Limpiar el espacio y los utensilios

Limpiar, enjuagar y desinfectar todas las superficies que se usaron para preparar y comer alimentos, incluido el fregadero.

Limpiar, enjuagar y desinfectar todas las herramientas y utensilios que se usaron para preparar y comer alimentos.

Lavar los vegetales

Mojar

Mojar los vegetales con agua corriente.

Frotar y limpiar

Frotar las verduras delicadas suavemente o frotar las verduras de raíz con un cepillo.

Secar

Secar suavemente los vegetales

Almacenar comida

Siga las pautas de almacenamiento de seguridad de alimentos adecuadas para cualquier alimento que se almacene durante cualquier cantidad de tiempo antes de servir o alimentos que quedan después de servir.

Cocinar

Evitar Alérgenos

- Revisar todas las alergias conocidas con la enfermera de la escuela y los padres.
- Preparar un protocolo escolar en caso de emergencias.
- Estar atento a las reacciones alérgicas que incluyen hormigueo o picazón en la boca o leve hinchazón de los labios o la lengua.

Supervisar el uso de utensilios

Muchas tareas de cocina para niños pequeños no requieren utensilios, pero los niños pueden usar utensilios manuales pequeños con la supervisión adecuada. Presente cada nuevo utensilio manual a los niños lentamente con los siguientes pasos.

Dividir en grupos pequeños

Los grupos pequeños de cinco a seis niños son ideales para actividades prácticas, especialmente cuando las tareas implican el uso de utensilios.

Marcar el espacio

Es importante que los niños conozcan los límites de sus cuerpos y sus utensilios, incluso dónde colocar su utensilio cuando no lo están usando. Idealmente, cada niño estaría sentado en su propia silla y tendría una estera de corte para trabajar.

Representar la tarea

Con la atención de los niños centrada en el maestro, muestre la tarea que los niños completarán de forma independiente. Recuerde a los estudiantes que los utensilios están diseñados para tareas específicas y que no deben usarse como juguetes.

Supervisar de cerca

Los utensilios deben usarse con supervisión directa de un adulto en todo momento.

Almacenar adecuadamente

Cuando los utensilios no estén en uso, deben almacenarse fuera del alcance de los niños.

Degustar

Eliminar los riesgos de asfixia

Sentarse para degustar

Comer sentado evita la asfixia.

Probar bocados pequeños

Cada bocado debe ser lo suficientemente pequeño para bocas pequeñas, pero lo suficientemente grande como para fomentar la masticación para evitar que la asfixia.



Capítulo 4: Adquisición de Alimentos Locales para el Child and Adult Care Food Program

Comprar alimentos locales puede ser una experiencia gratificante para el personal, los estudiantes y las familias. Al comprar alimentos locales, mantiene el dinero dentro de su comunidad. Además, Georgia cultiva alimentos durante todo el año y hay muchas opciones para comprar productos frescos, lácteos, granos, carne, huevos y frijoles.

Si su centro participa en el USDA's Child and Adult Care Food Program, se le permite comprar alimentos locales. Sin embargo, hay algunas pautas que deberá seguir.

Bright from the Start: Georgia Department of Early Care and Learning y Georgia Organics crearon el documento, **Alimentos locales para pequeños comensales en Georgia**. Este documento cubre información importante como:

- Cómo aprovechar el CACFP para apoyar la compra de alimentos locales
- Cómo cumplir los patrones de comidas y mejores prácticas del CACFP con la compra de alimentos locales
- Apoyar la programación culturalmente pertinente mediante la compra de alimentos locales
- Procedimientos para la compra de alimentos locales del CACFP
- Comprar alimentos locales de distribuidores a gran escala
- Comprar alimentos locales de centros de alimentos
- Comprar alimentos locales de agricultores y cooperativas de agricultores
- Consejos para comprar alimentos locales con éxito

Puede encontrar este documento en

<https://farmtoschool.georgiaorganics.org/>

Cómo Cumplir Los Patrones De Comidas y Mejores Prácticas Del CACFP con la Compra de Alimentos Locales



Las iniciativas de compra de alimentos locales pueden ser una herramienta para cumplir los requisitos del patrón de comidas del CACFP. El patrón de comidas del CACFP, que se actualizó en 2016 y se implementó en 2017, establece estándares para las comidas que sirven los programas que reciben fondos. Consulte los Apéndices A y B para obtener una guía de los patrones de comidas del CACFP actualizados. Muchos de estos estándares apoyan un mayor consumo de frutas y verduras, y comprar alimentos locales puede ayudar al cumplimiento de estos estándares.

Los nuevos estándares de patrones de comidas del CACFP incluyen varias mejores prácticas en relación con las frutas y verduras que podrían cumplirse a través de las compras locales. Aunque solo una de las mejores prácticas menciona explícitamente los alimentos locales, otras pueden cumplirse fácilmente mediante la participación en Farm to ECE y el aumento de la compra y el uso de alimentos locales.

Mejores prácticas del CACFP pertinentes a la compra de alimentos locales



Incluir alimentos de temporada y locales en las comidas

El USDA entiende que la inclusión de alimentos locales al CACFP puede desempeñar un papel importante en la creación de un medioambiente saludable. Debido a esto, la compra de alimentos locales es una mejor práctica en los patrones de comidas del CACFP; se ve como una estrategia para cumplir mejor con los estándares del CACFP y mejorar la calidad del programa.



Hacer que al menos uno de los dos componentes requeridos de las meriendas sea una fruta o verdura

Esta mejor práctica se enfoca en el aumento del número de experiencias alimentarias en un día en las que los niños están expuestos a frutas y verduras. La compra de alimentos locales permite acceder a frutas y verduras más frescas y variadas que pueden permitir a los proveedores aumentar la cantidad de frutas y verduras que sirven.



Servir una variedad de frutas y elegir frutas enteras con más frecuencia que el jugo

Comprar localmente puede aumentar el acceso a una variedad más amplia de frutas y verduras. Además, las frutas que se adquieren estacional y localmente suelen tener una mayor variedad de colores.



Proporcionar al menos una porción de vegetales de color verde oscuro, vegetales rojos y anaranjados, frijoles y guisantes, vegetales con almidón y otros vegetales una vez por semana

La compra de alimentos locales puede aumentar el acceso a una variedad más amplia de frutas y verduras de diferentes colores. El personal del programa de ECE puede trabajar directamente con los productores locales para plantar diferentes variedades o colores de productos comunes, como la coliflor morada, las zanahorias amarillas o una variedad más amplia de hojas verdes oscuras.

Microcompra

El umbral de microcompra es una forma más sencilla de comprar pequeñas cantidades de alimentos locales. Su programa simplemente puede buscar un proveedor y comprar su producto sin obtener cotizaciones de precios competitivos. Debe conservar los recibos o documentar estas microcompras.

Las microcompras se diseñaron para que fuera más fácil para los centros del CACFP probar nuevas compras o relaciones con nuevos proveedores. Por ejemplo, un programa puede usar el método de microcompra para comprar productos de temporada en un mercado de agricultores o apoyar un evento especial. Si un programa de ECE planea comprar habitualmente alimentos locales del mismo proveedor, debe usar el método de compra pequeña.

Además, las microcompras deben distribuirse equitativamente entre proveedores calificados. Por ejemplo:

- Un centro está utilizando microcompras para comprar fresas de un agricultor local. Si el centro desea comprar fresas a nivel local nuevamente, debe verificar si hay otros productores locales de fresas en la zona antes de seleccionar el mismo agricultor para comprar de nuevo. Si hay varios productores locales de fresas en la zona, el centro debe recibir cotizaciones para comparar precios.

Adquisición informal (compra pequeña)

Para los costos de alimentos que están por debajo del umbral de compra pequeña de \$250.000, los programas de ECE pueden usar métodos simples e informales para garantizar que los precios de sus proveedores sean competitivos. Para usar el método de adquisición informal, siga estos pasos:

1. Escriba especificaciones para todos los artículos. No se permite el uso de la palabra local como especificación; sin embargo, los programas pueden incluir otras especificaciones que son características de los alimentos locales, como las siguientes:
 - El proveedor puede entregar productos.
 - El proveedor puede proporcionar la ubicación de origen de todos los productos.
 - El proveedor puede ofrecer visitas a granjas o visitas educativas al centro.
 - Requisitos de frescura para el producto.
2. Registre la fecha, los proveedores y las cotizaciones que reciba para un mínimo de tres proveedores. Las cotizaciones pueden obtenerse verbalmente, pero deben documentarse por escrito utilizando el Formulario de documentación de compra pequeña (ver Apéndice C).
3. Elabore una hoja de documentación en la que indique el proveedor adjudicado. Consulte el Acuerdo para suministrar alimentos para el Child and Adult Care Food Program (ver Apéndice D).

Con este método, el personal del programa puede elegir los proveedores de los que obtienen los precios. El personal del programa puede comparar proveedores locales y comprar al proveedor que tenga el precio más bajo.



Cómo hacer microcompras

Cada año en el **October Farm to School Month de Georgia** se celebra un alimento típico de Georgia como la col rizada, las legumbres o las zanahorias. Si un programa elige resaltar el alimento de Georgia una vez durante el mes, el personal del programa puede usar el método de microcompra para productos locales si el costo total es inferior a \$10.000. Debe ser un evento único que generalmente no se incluye en las compras de alimentos que se planearon en el programa.

A to Z Building Blocks en American Fork, UT, usa el umbral de microcompra para comprar pequeñas cantidades ocasionales de melón, sandía y otras frutas de los puestos de agricultores locales en función de la disponibilidad estacional. Debido a que las compras de los centros son inferiores a \$10.000, pueden usar el método de microcompra.

Cómo utilizar la adquisición informal

El **Baxter's Child Development Center** in Grand Rapids, MI, utiliza el umbral de compra pequeña para pedir frutas y verduras locales de un centro regional de alimentos. El Centro documenta los precios de cinco productos que se compran con frecuencia y proporciona los precios de los tres proveedores de su elección, incluido el centro de alimentos. El Centro también considera lo siguiente:

- La distancia del proveedor al centro y la disponibilidad para hacer entregas
- La capacidad de obtener todos sus productos necesarios
- Una prioridad establecida para apoyar a las empresas pequeñas y pertenecientes a minorías siempre que sea posible

Usos Permitidos de los Fondos del CACFP para Actividades del Farm to Early Care and Education

Las siguientes aclaraciones exploran el uso permitido y no permitido de los fondos de adjudicación del CACFP, lo cual es coherente con las subvenciones del Team Nutrition. Consulte los Apéndices I y J para obtener orientación adicional y una lista de artículos que se consideran costos permitidos según el CACFP o comuníquese con Bright from the Start: Georgia Department of Early Care and Learning's Nutrition Division.

Costos de alimentos

Los fondos del CACFP Child Care Wellness pueden usarse para pagar alimentos si estos son parte de una actividad educativa específica. Por ejemplo, realizar una degustación de frutas o verduras específicas para el cuidado de niños o demostrar la preparación de refrigerios sencillos y saludables es una solicitud razonable. El uso de los alimentos debe ser pertinente a las actividades de educación nutricional. Los fondos del CACFP Child Care Wellness no deben usarse para comprar comidas o refrigerios, mejorar los componentes de comidas reembolsables o subsidiar las tasas de reembolso

Equipos de alimentación y nutrición

Los fondos del CACFP Child Care Wellness no se pueden usar para comprar equipos de operación de servicios de alimentos, como equipos de barra de ensaladas, refrigeradores, procesadores de alimentos, etc. Sin embargo, pueden permitirse pequeños equipos de cocina móviles que se utilizarán para la demostración de preparación de alimentos o experiencias alimentarias prácticas si tales actividades son parte de las lecciones integradas de educación nutricional.



La jardinería es una excelente manera de involucrar a los niños, los padres y la comunidad en actividades relacionadas con la nutrición.

Si las propuestas especifican una actividad de jardinería, los fondos del CACFP Child Care Wellness **se pueden usar para comprar una cantidad razonable de suministros** (por ejemplo, semillas, tierra y macetas para siembra) para proyectos de jardinería o incluso algunas palas y azadas para un proyecto de jardinería más grande. Los fondos no se pueden usar para comprar suministros a granel como tierra vegetal, suministros de riego, cercas ni ningún tipo de equipo grande como una macolla o invernadero.

Fuente: Child and Adult Care Food Program (CACFP): Allowable Use of Grant Funds
<https://www.fns.usda.gov/cacfp/allowable-use-grant-funds>

Consejos para Promover los Alimentos Locales

Comprar alimentos locales es una excelente manera de obtener comida fresca y deliciosa para sus refrigerios y comidas y apoyar a los agricultores locales. ¡Pero no se detenga ahí! Asegúrese de contarle al mundo (especialmente al personal, padres y estudiantes) acerca de estos nuevos ingredientes.

Estas son algunas de nuestras formas favoritas de promover los alimentos locales:

¡Conocer al granjero!

¡Los niños tratan a los granjeros locales como celebridades! Pida a los granjeros que hablen con los estudiantes sobre su granja y les muestren fotos a los niños. Si el granjero no puede visitar la escuela, pregúntele si puede usar FaceTime, Skype o enviar un video para que los niños lo vean. Incluso puede pedirles a los niños que hagan dibujos para agradecerle por los alimentos que cultivó. Si su programa realiza excursiones, considere visitar una granja local si es apropiado.

Muchos niños no saben realmente cómo son los verdaderos granjeros, por lo que mostrarles fotos de granjeros de diferentes edades, orígenes raciales y géneros es una gran oportunidad para que los niños exploren quién cultiva sus alimentos.

¡Promover la cosecha del mes!

Una vez al mes, puede presentar un nuevo producto de un granjero diferente. Esto ayudará a enseñar a los niños, padres y personal acerca de su iniciativa y se emocionarán al aprender sobre el nuevo granjero y el producto cada mes. ¡Hemos visto que algunas escuelas piden a los niños que vistan de verde para el día del brócoli o que un director se vista como una zanahoria! Quality Care for Children tiene un excelente calendario de la cosecha del mes disponible en línea.



¡Mostrar fotos!

¡Incluya una foto de un granjero los días en que se sirve su producto! Cuando sirva la comida, ayude a los niños a recordar la conexión: ¡la granjera Susan cultivó estos guisantes para ustedes!



¡Marcar un “día de alimentos locales” en su calendario de comidas!

Incluso si solo está sirviendo un producto local cada mes, puede entusiasmar a los niños incluyéndolo en su calendario de comidas con un ícono especial. Algunos programas de cuidado de la primera infancia incluso pondrán una foto del granjero en el calendario de comidas o datos divertidos sobre los productos locales.

¡Explorar con degustaciones!

Si planea servir batatas por primera vez, asegúrese de que los niños tengan la oportunidad de aprender sobre ellas al menos una semana antes. Tome una batata cruda y pásela para que la toquen. Podría darles una pequeña muestra o mostrar un video de cómo se cultiva.



Capítulo 5: Participación de las Familias, el Personal y la Comunidad

Estrategias para la Participación de las Familias

Para involucrar a las familias de manera significativa puede comenzar compartiendo con ellos lo que los niños están experimentando en el centro e ideas sobre cómo se puede apoyar en el hogar. Luego, invente varias formas para que las familias se involucren haciendo preguntas e invitándolas a participar.

Preguntar y escuchar

Cada familia tiene experiencia con la comida y tiene algo que compartir.

Aquí hay algunas preguntas para comenzar la conversación:

- ¿Qué recuerdos de comidas son especiales para su familia?
- ¿Qué experiencia, conocimiento o habilidades podrían compartir?
- ¿Qué les gustaría ver plantado en el jardín esta temporada?
- ¿Cuál es su opinión sobre estos próximos planes y cómo les gustaría participar?

Invitar

Invite a las familias a participar

Invite a las familias a participar en la escuela en...

- Lectura en la huerta con un invitado sorpresa (durante el día escolar)
- Excursiones a la huerta para familias (en las tardes o fines de semana)
- Días de trabajo en la huerta: eventos de temporada o grupos de mantenimiento habitual como “Wednesday Weeders and Waterers”
- Actividades de cocina o degustación
- Fiestas de huerta y cosecha

Invite a las familias a participar con la comunidad en...

- Visitas a mercados de agricultores
- Visitas a huertas comunitarias
- Visitas a granjas

Mejores Prácticas:

Es importante ofrecer diferentes tipos de oportunidades en diferentes momentos del día y la semana. Esto ayudará a satisfacer las necesidades de los horarios de las familias.

Compartir

Qué compartir

Comparta fotos y mensajes sobre lo que los niños están experimentando en la escuela y cómo se puede apoyar fuera de la escuela.

- *Qué* se plantó o degustó en las comidas: comparta fotos.
- *Cómo* probarlo en casa: envíe tarjetas de recetas a casa con instrucciones simples, ingredientes accesibles y dónde encontrar los ingredientes en el mercado de agricultores.
- *Por qué* es una experiencia valiosa: explique cómo en su programa experimentan cosas nuevas, nutren sus cuerpos, apoyan a los agricultores y cuidan la Tierra.



¡Nos encanta usar calcomanías de “¡Lo probé!” como una forma de enviar el mensaje a los padres de que sus hijos fueron aventureros y probaron un nuevo alimento. Puede generar conversaciones entre padres e hijos sobre frutas y verduras.

Cómo compartir

Tenga en cuenta todas las formas en que su centro se conecta actualmente con las familias y cómo se pueden incluir fotos y mensajes en esos.

- **En persona** — señales de la escuela en frente del centro, recepción, tableros de anuncios dentro del centro
- **Impresos** — menús, boletines, volantes en carpetas para llevar a casa, tableros de anuncios, información en la recepción
- **En línea** — cuentas de redes sociales, boletines por correo electrónico, sitios web, árboles de texto

¡Mostrar aprecio y celebrar!

¡No olvide dar las gracias! Cuando los padres lleguen como voluntarios, considere ofrecer refrigerios y agua. Agradecer a los padres voluntarios en boletines y mostrar fotos de padres voluntarios en el aula. Enviar a casa tarjetas de agradecimiento. Finalmente, saque tiempo para celebrar incluso las victorias más pequeñas: la cosecha de otoño en el jardín, una degustación aventurera o el October Farm to School Month.

Estrategias para la Participación del Personal

¡Hacer que su personal se entusiasme con las actividades del Farm to ECE es uno de los pasos más importantes para su trabajo! Tómese el tiempo para escuchar a los miembros del personal acerca de sus ideas y concéntrese en comenzar con actividades fáciles en las que verán el éxito. Si bien siempre puede comenzar una iniciativa del Farm to ECE con una persona, su programa será mucho más fuerte, sostenible y divertido con al menos cuatro o siete miembros principales del personal que lideren y participen en actividades.

Ofrecer maneras de participar

Hay muchas maneras diferentes de comenzar a participar en los programas del Farm to ECE y cada miembro del personal puede tener un interés o capacidad diferente para probar un nuevo proyecto. Ofrecer muchas maneras diferentes de involucrarse asegura que todos puedan encontrar algo que los entusiasme. Aquí hay unos ejemplos:

- Leer un libro sobre el ciclo de vida de un manzano
- Cantar una canción sobre las estaciones cambiantes
- Recoger y clasificar diferentes hojas caídas
- Escribir un diario o dibujar lo que hay afuera
- Degustar fresas en primavera
- Sembrar una cama en la huerta en otoño

Además, haga preguntas al personal para que se escuchen todas las voces antes de tomar decisiones.

- ¿Por qué están interesados en esto? ¿Qué les emociona?
- ¿Qué de esto los pone nerviosos? ¿Qué ayuda necesitan?
- ¿Qué experiencia, conocimiento o habilidades podrían compartir?
- ¿Qué les gustaría ver sembrado en el jardín esta estación?
- ¿Qué les gustaría probar con su clase esta estación?
- ¿Cuál es su opinión sobre estos próximos planes?



Ofrecer maneras de aprender

Proporcionar una variedad de formas para que los maestros aprendan y desarrollen habilidades juntos mediante el acceso a información y recursos pertinentes.

Trabajo en equipo:

Cuando sea posible, saque tiempo para que los maestros planifiquen y reflexionen juntos sobre lo que funcionó y lo que podría funcionar en el futuro.

Aprendizaje entre pares:

Los maestros pueden compartir fotos o realizar demostraciones rápidas de las actividades del Farm to ECE o degustaciones para el personal durante las reuniones del personal.

Oportunidades de desarrollo profesional:

Explore las oportunidades de desarrollo profesional en su área y considere enviar personal para capacitación práctica.

Recursos:

Proporcione recursos pertinentes seleccionados para que los maestros tengan acceso exactamente a lo que funcionará para el nivel de edad al que enseñan y los materiales que tienen disponibles.

Celebrar el éxito

¡No olvide que incluso los logros más pequeños merecen atención y celebración!

Qué compartir

Comparta fotos y mensajes sobre lo que los niños están experimentando con su maestro.

Cómo compartir

Tenga en cuenta todas las formas en que su centro se está comunicando actualmente con el personal, las familias y la comunidad en general.

- **En persona** — señales de la escuela en frente del centro, recepción, tableros de anuncios dentro del centro
- **Impresos** — menús, boletines, volantes en carpetas para llevar a casa
- **En línea** — cuentas de redes sociales, boletines por correo electrónico, sitios web, árboles de texto

Estrategias para la Participación de la Comunidad

Las organizaciones sin ánimo de lucro, las empresas locales, el servicio de extensión y los Master Gardeners tienen mucho que ofrecer a los programas locales del Farm to ECE. Comparta con ellos lo que está sucediendo en su centro, invítelos a verlo en acción y bríndeles oportunidades para ayudarlo.

Compartir lo que están haciendo

Qué compartir

Comparta fotos y mensajes sobre lo que los niños están experimentando en su escuela.

Cómo compartir

Considere compartir directamente con organizaciones individuales, pero también con la comunidad en general cuando sea posible.

- **En Persona** — tableros de anuncios comunitarios.
- **Impresos/TV/radio** — periódicos locales, revistas, segmentos de radio, segmentos de noticias.
- **En línea** — grupos de vecinos (grupos de Facebook, NextDoor, grupos de Yahoo), cuentas de redes sociales (usando hashtags, ubicaciones o menciones), boletines por correo electrónico, sitios web.

Invitar a la huerta

Invite a miembros de la comunidad a participar de diferentes eventos...

- Lectura en la huerta con un invitado sorpresa (durante el día escolar)
- Visitas la huerta (durante la jornada laboral, las tardes o los fines de semana)
- Días de trabajo en la huerta: eventos de temporada o grupos de mantenimiento habitual, como "Wednesday Weeders and Waterers"



Pedir ayuda

Los miembros individuales de la comunidad y las organizaciones locales pueden contribuir de diferentes maneras. Aquí hay algunas cosas que puede pedirle a su comunidad:

Experiencia — Las organizaciones como Master Gardeners o personas como los chefs locales son expertos y pueden ayudar a responder cualquier pregunta que tenga o ser un maestro invitado para la clase.

Energía — Los grupos de voluntarios como el Beta Club de la escuela secundaria o incluso los voluntarios de un gimnasio local pueden estar interesados en ayudar con cualquier tarea de levantamiento pesado, como mover el compost.

Donaciones en especie — Las ferreterías o supermercados locales pueden donar herramientas específicas o productos alimenticios a su programa. Además, puede organizar una campaña para que las personas de la comunidad donen algo específico, como utensilios de cocina.

Donaciones financieras — Muchas organizaciones sin ánimo de lucro ofrecen oportunidades de financiamiento. Los sitios web como Donors Choose también proporcionan una forma de recolectar donaciones financieras de personas.



Ejemplos de recursos comunitarios

Cooperative Extension

Cooperative Extension es un gran recurso para ayudarlo a encontrar agricultores, voluntarios de Master Gardener, pruebas de suelo y recursos para huertas escolares. Cada condado de Georgia tiene una oficina de extensión cooperativa.

Algunos programas son:

- 4-H County and Club Meetings
- Master Gardener Extension Volunteer Program
- School Garden Curriculum
- ServSafe® Training
- Soil and Water Testing Services

Puede encontrar su oficina de extensión en:

University of Georgia: www.extension.uga.edu

Fort Valley State University: www.ag.fvsu.edu/index.php/extension

Future Farmers of America

Future Farmers of America (FFA) es un grupo de estudiantes, maestros y agronegocios que buscan consolidar el apoyo a la educación agrícola. Muchos distritos escolares de Georgia tienen programas activos de FFA en las escuelas intermedias y secundarias. Los estudiantes miembros participan en distintas actividades de educación agrícola y, generalmente, prestan horas de servicio para proyectos relacionados de agricultura en su comunidad.

www.georgiaffa.org

Georgia Farm Bureau Federation

Es la organización agrícola voluntaria más grande y fuerte de Georgia con casi 300.000 familias miembros. Es una organización independiente no gubernamental. La membresía se compone principalmente de familias de agricultores de comunidades rurales y de personas que desean que Georgia sea exitosa en la agricultura, progresiva y próspera. Georgia Farm Bureau suele ofrecer educación y subsidios.

www.gfb.org/about-us/about-georgia-farm-bureau.cms

Scouts USA

Scouts USA (antes Boy Scouts of America) es un programa de todo el año para jóvenes de quinto grado hasta la escuela secundaria que brinda actividades de diversión, aventura, aprendizaje, desafío y responsabilidad para ayudarlos a convertirse en la mejor versión de sí mismos. Los Eagle Scouts realizan proyectos de servicio, como la construcción de huertas.

www.scouting.org



Girl Scouts

Es una organización juvenil para niñas en Estados Unidos. Las Girl Scouts suelen participar en proyectos de servicio.

www.girlscouts.org

Ferreterías

Las ferreterías nacionales y locales con frecuencia donan semillas, tierra y herramientas para huertas escolares. ¡Solo entre, preséntese y pregunte!

Universidades y escuelas universitarias técnicas

Los estudiantes de educación de la primera infancia, nutrición y dietética generalmente necesitan horas previas al servicio. Consulte con su institución local para ver si algún estudiante estaría interesado en ser voluntario para degustaciones, lecciones de jardinería o leer libros.



Apéndices

Planes de estudio y recursos de actividades que apoyan los programas del farm to early care and education

Título	Programa	Descripción	Grupo etario objetivo	Huerta	Recetas	Dónde encontrarlo
Planes de estudio y recursos de actividades						
Grow it, Try it, Like it!	USDA	Con los conjuntos de actividades presentan los niños conocen los melocotones, las fresas, el melón, las espinacas, las batatas y la calabaza Crookneck. Cada conjunto de actividades incluye actividades prácticas, de siembra y de educación nutricional que presentan a MyPlate.	3-5	X	X	www.ams.usda.gov/tn/grow-it
Harvest for Healthy Kids	Portland State University	Con los conjuntos de actividades los niños conocen las frutas y verduras. Cada conjunto de actividades incluye un plan de actividades, tarjetas ilustradas, bocados para maestros, boletines, boletines familiares en tres idiomas y recetas.	0-5	X	X	www.harvestforhealthykids.org/
Food for Thought	Healthy and Active Preschoolers, California Department of Education	Los conjuntos de actividades incluyen Fruits and Vegetables, Go-Grains, Power up with Proteins, y Spring Snacking. Cada conjunto de actividades incluye una actividad nutricional y dominios educativos integrados, tales como conceptos de artes del lenguaje, matemáticas y ciencias naturales.	4-5		X	www.healthypreschoolers.com/?page_id=12
Farm to Childcare Curriculum Package	Institute for Agriculture and Trade Policy	Con los conjuntos de actividades los niños conocen las frutas y verduras. Cada conjunto de actividades incluye lecciones para la hora de actividades en círculo, juegos sensoriales y representaciones dramáticas, matemáticas, ciencias naturales y artes. También se incluyen ideas para boletines, menús, tarjetas y recetas familiares para enviar a casa.	4-5	X	X	www.iafp.org/documents/farm-to-childcare-curriculum-package

School Gardens Lesson Plans Guide	American Heart Association and Whole Kids Foundation	Esta guía tiene 35 planes de lecciones con actividades para involucrar a sus estudiantes en una exploración divertida y educativa de frutas, verduras y alimentación saludable.	3-5	X	X	cityblossoms.org/shop/our-first-harvest
Our First Harvest: Bilingual Pre-K Curriculum	Western Growers Association	Un plan de estudios bilingüe durante todo el año que consta de 30 lecciones relacionadas con la huerta más todo tipo de recursos y consejos útiles.	4-5	X		www.csgn.org/curriculum
Growing Minds Toolkit	Appalachian Sustainable Agriculture Project	El kit de herramientas tiene planes de lecciones de preKínder, guías de actividades “This Week in the Garden” y boletines semanales “Farm to School Goes Home”.	4-5	X	X	https://growing-minds.org/farm-preschool-toolkit/
Early Sprouts	Early Sprouts Institute	Este plan de estudios para la primera infancia basado en la investigación está diseñado para aumentar las preferencias de los niños por frutas y verduras nutritivas.	4-5	X	X	www.earlysprouts.org/curriculum/
Sowing Seeds of Wonder	Life Lab	Este libro ofrece actividades prácticas de los educadores de Life Lab que los maestros pueden incluir en su plan de estudios e instrucción para ayudar a los estudiantes a aprender y llevar una vida saludable.	4-5	X	X	life-lab.zsystems.com/np/clients/life-lab/product.jsp?product=23&
Otros recursos						
Guide to using the Creative Curriculum for Preschool to Support Farm to ECE Models	Policy Equity Group	Este recurso alinea las estrategias del Farm to ECE con uno de los currículos de ECE más utilizados: The Creative Curriculum®.	0-5			www.farmtoschool.org/resources-main/a-guide-to-using-the-creative-curriculum-for-preschool-to-support-farm-to-ece-models
Taste Test Box	Small Bites Adventure Club	Kit de cocina práctico con alimentos locales de agricultores que se entregan directamente a las escuelas.	4-5	X		https://smallbites.club/
Growing Head Start Success with Farm to Early Care and Education	National Farm to School Network	Descripción general de cómo Farm to ECE se alinea con la programación de Head Start.	0-5			www.farmtoschool.org/resources-main/growing-head-start-success-with-farm-to-early-care-and-education
Georgia Farm to ECE Crosswalk	Georgia Department of Early Care and Learning	Herramienta simple que alinea las actividades del Farm to ECE con ECRS-3.	4-5			http://georgiaorganics.org/wp-content/uploads/2019/06/ECERS-3-Farm-to-Preschool-Crosswalk.pdf

Alineación de las actividades del farm to ece con los Estándares de aprendizaje temprano de georgia

Las actividades del Farm to Early Care and Education (ECE) se alinean con los Estándares de desarrollo y aprendizaje temprano de Georgia (GELDS) y apoyan experiencias de aprendizaje de alta calidad para niños pequeños. Los siguientes ejemplos son actividades sencillas para proveedores de cuidado de la primera infancia y sus estándares correspondientes.

Estándar de Desarrollo del Aprendizaje Temprano de Georgia		Actividad
Desarrollo físico y habilidades motrices	PDM4 - El niño utilizará los sentidos (vista, tacto, oído, olfato y gusto) para explorar el entorno y procesar la información.	Bolsa misteriosa: Coloque una verdura en una bolsa de papel y anime a los niños a describir lo que sienten antes de adivinar. Aliente a los niños a cerrar los ojos y oler hierbas como la menta y el romero, uno a la vez.
Enfoques para jugar y aprender	APL3 - El niño mantendrá la atención en una actividad específica y demostrará persistencia.	Preparar una merienda: A los niños les encanta hacer un aderezo ranchero de hierbas simple y mojar palitos de verduras. Esta actividad refuerza las habilidades de comprensión y escucha.
Desarrollo cognitivo y conocimiento general	CD-MA1 - El niño organizará, representará y adquirirá conocimiento y aprenderá las cantidades.	Organice una degustación: Presente algunas variedades de manzanas o tomates y anime a los niños a votar por su favorito. Al levantar la mano, los niños votan y luego cuentan el total de votos y muestran los resultados en el aula.
	CD-MA4 - El niño ordenará, seriará, clasificará y creará patrones. También: PDM6 - El niño demostrará habilidades motoras finas.	Exploración de semillas: Llene un recipiente con una variedad de semillas y anime a los niños a organizarlas en formas, colores y tamaños separándolas en una caja de huevos vacía.
	CD-SC3 - El niño demostrará conocimientos relacionados con los seres vivos y su entorno.	Búsqueda de colores y formas: Con muestras de de pintura, anime a los niños a “buscar” los mismos colores en las plantas que se encuentran afuera.
Comunicación, lengua materna y alfabetización	CLL2 - El niño adquirirá el vocabulario de conversaciones, actividades, cuentos o libros.	Leer un libro: Explorar los muchos libros sobre comida, agricultura, jardinería y cocina y aprender nuevas palabras de vocabulario como germinación, vegetación, cosecha y suelo.
	CLL7 - El niño demostrará un conocimiento cada vez mayor del alfabeto.	¡Escritura! Anime a los niños a escribir la primera letra de su vegetal favorito y hacer un dibujo.

Las actividades del Farm to Early Care and Education (ECE) alinean muchos de los estándares e indicadores del ECE existentes. Ver ejemplos:

Ejemplos de estándares, indicadores y metas		Ejemplo de actividad
Georgia Early Learning Development Standards (GELDS)	Desarrollo cognitivo y conocimiento general: Matemáticas CD:MA1- El niño organizará, representará y adquirirá conocimiento y aprenderá las cantidades.	Los niños prueban una variedad de manzanas, votan por su favorita y registran los resultados.
Early Childhood Environment Rating Scale - 3rd Edition (ECERS-3)	Lengua materna y alfabetización 5.1- Ayudar a los niños a ampliar el vocabulario.	Se escucha a los maestros hablar con los niños sobre la huerta y lo que están haciendo los niños. El maestro nombra los productos que cultivan (rábano, zanahoria, acelgas), describe las herramientas (paleta, pala, regadera) y explica su uso.
Quality Rated	Estándar 2- 4.6 - Los huertos de comestibles se desarrollan y utilizan como recurso de aprendizaje.	Los niños plantan semillas de rábano y practican los números contando los días hasta la cosecha.
USDA Child and Adult Care Food Program (CACFP)	Mejores prácticas: Incorporar alimentos de temporada y producidos localmente en las comidas.	Cada semana, destaque un producto del Georgia's Harvest of the Month en el menú del almuerzo.
National Association for the Education of Young Children (NAEYC)	10.D. – Políticas y procedimientos de salud, nutrición y seguridad: El programa tiene políticas escritas para promover el bienestar y salvaguardar la salud y seguridad de niños y adultos. Existen procedimientos que abordan la provisión de una nutrición adecuada para niños y adultos. 2.G.07 Área de contenido del plan de estudios para el desarrollo cognitivo: ciencias.	La evidencia podría incluir la implementación de una política de bienestar que incluya un lenguaje sobre cómo la escuela promueve alimentos locales frescos en las comidas y las actividades del aula. Los conceptos científicos incluyen temas como los ciclos de vida de los organismos, la estructura y propiedad de la materia, el clima, las estaciones, el tiempo, la luz y la sombra.
Head Start	Subparte D - Servicios del programa de salud 1302.46: Servicios de apoyo familiar para la salud, la nutrición y la salud mental. Subdominio: Motricidad gruesa Objetivo IT-PMP 4. El niño demuestra un uso eficaz y eficiente de los músculos grandes para explorar el entorno.	Adquisición: Compartir información sobre los recursos comunitarios que ayudan a las familias a comprar alimentos locales saludables, como una lista de mercados de agricultores que aceptan SNAP u ofrecen incentivos SNAP. Educación: Conectarse con socios de la comunidad para ofrecer clases de cocina interactivas que destaquen los alimentos de temporada, locales y asequibles. Haga que los niños ayuden a llevar herramientas de jardinería al espacio de la huerta, pasando por diferentes superficies y moviéndose alrededor de las camas de la huerta.



Farm to early care and education y head start: una alineación natural

Farm to Early Care and Education (ECE) ofrece beneficios que son paralelos a los objetivos y prioridades de Head Start. Los programas Head Start enfatizan las oportunidades de aprendizaje vivencial, la participación de los padres y la comunidad, y la salud y el bienestar de por vida para niños, familias y cuidadores.

Para facilitar aún más a las partes interesadas de Head Start la implementación de Farm to ECE, la National Farm to School Network ha creado [Growing Head Start Success with Farm to Early Care and Education](#). Este nuevo recurso integral detalla cómo el Farm to ECE apoya el logro de los [Head Start Program Performance Standards](#) y contribuye a los parámetros de aprendizaje y desarrollo como se describe en el Head Start Early Learning Outcomes Framework. *Growing Head Start Success* está diseñado con tablas claras y fáciles de leer que alinean directamente los Program Performance Standards y el Early Learning Outcomes Framework con actividades específicas del Farm to ECE de cada uno de los tres elementos centrales de la adquisición local, jardinería y educación alimentaria, agrícola y nutricional. El recurso también ofrece tres perfiles de programas Head Start que lideran el camino para abordar los estándares de rendimiento y aprendizaje con el Farm to ECE y sus consejos para integrar el Farm to ECE en Head Start.

Con la amplia promoción de este recurso, esperamos que incluso más programas Head Start elijan el Farm to ECE para cumplir con los estándares del programa y de aprendizaje, mientras ofrecen a los niños, las familias y las comunidades los innumerables beneficios que ofrece Farm to ECE. Para profundizar en este nuevo recurso y encontrar otras formas de participar en Farm to ECE, visite la [National Farm to School Network's Farm to ECE Landing Page](#). NFSN está disponible para proporcionar capacitación adicional, soporte personalizado y herramientas para su organización mediante consultas.

Para obtener más información, comuníquese con Lacy Stephens, Colaboradora de Farm to Early Care and Education, en lacy@farmtoschool.org.



Estos son algunos de nuestros libros favoritos sobre el cultivo, la cocina y la degustación de alimentos. Hemos seleccionado textos que presentan personajes de grupos raciales y étnicos con poca representación, muchos de los cuales son de autores de color.

Cultivar

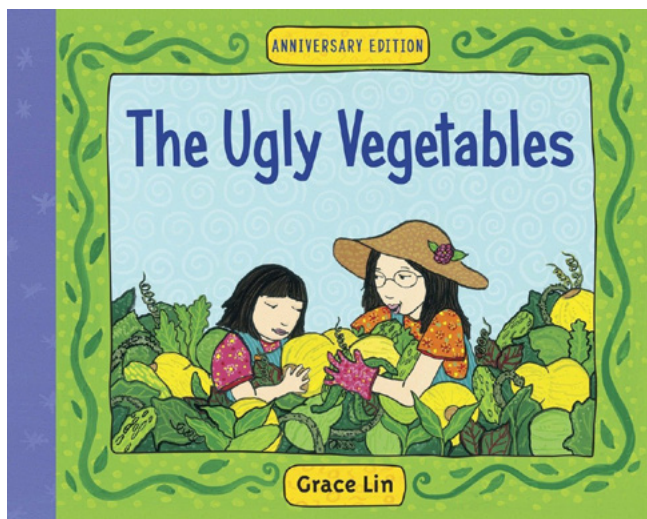
- In My Garden, by National Geographic Kids
- My Garden, by Kevin Henkes
- Lenny In The Garden, by Ken Wilson-Max
- Green Green: A Community Gardening Story, by Marie Lamba and Baldev Lamba
- What's In The Garden?, by Marianne Berkes
- Grandma Lena's Big Ol' Turnip, by Denia Lewis Hester
- Lola Plants a Garden, by Anna McQuinn
- How a Seed Grows, by Helene J. Jordan
- Little Seeds (My Little Planet), by Charles Ghigna
- From the Garden, by Michael Dahl
- Up, Down, Around, by Katherine Ayres
- One Bean, by Anne Rockwell
- The Carrot Seed, by Ruth Krauss
- City Green, by DyAnne DiSalvo-Ryan
- The Ugly Vegetables, by Grace Lin
- Plant A Little Seed, by Bonnie Christensen
- The Tiny Seed, by Eric Carle
- Our Community Garden, by Barbara Pollak
- Planting a Rainbow, by Lois Elhert
- The Apple Tree (English and Cherokee), by Sandy Tharp-Thee
- Seed Magic, by Jane Buchanan
- Rainbow Stew, by Cathryn Falwell
- Fresh-Picked Poetry: A Day At The Farmers' Market, by Michelle Schaub

Cocinar y Degustar

- Plants Feed Me, by Lizzy Rockwell
- Before We Eat, by Pat Brisson
- Mealtime (Toddler Tools), by Elizabeth Verdick
- Let's Eat! A Comer!, by Pat Mora
- Lenny Has Lunch, by Ken Wilson-Max
- I Can Eat a Rainbow, by Annabel Karmel
- Eating the Alphabet, by Lois Elhert
- Everybody Cooks Rice, by Norah Dooley
- Everybody Bakes Bread, by Norah Dooley
- Everybody Serves Soup, by Norah Dooley
- Everybody Brings Noodles, by Norah Dooley
- Kitchen Dance, by Maurie J. Manning
- Full, Full, Full Of Love, by Trish Cook
- The Sandwich Swap, by Queen Rania of Jordan Al Abdullah
- Dim Sum for Everyone, by Grace Lin
- No Kimchi for Me!, by Aram Kim
- Babies Can't Eat Kimchee!, by Nancy Patz
- Too Many Tamales, by Gary Soto
- A Season For Mangoes, by Regina Hanson
- Bee-bim Bop!, by Linda Sue Park
- Lailah's Lunchbox: A Ramadan Story, by Reem Faruqi
- Sweet Potato Pie, by Kathleen D. Lindsey
- Hungry Johnny, by Cheryl Kay Minnema
- Auntie Yang's Great Soybean Picnic, by Ginnie Lo

Otros

- Green Is a Chile Pepper: A Book Of Colors, by Roseanne Greenfield Thong
- Round Is a Tortilla: A Book of Shapes, by Roseanne Greenfield Thong
- Round is a Mooncake: A Book of Shapes, by Roseanne Greenfield Thong
- Fruits: A Caribbean Counting Poem, by Valerie Bloom



¡A los niños pequeños les encantan las canciones! Aquí hay algunas canciones divertidas y fáciles.
¡Vea si puede crear nuevas canciones de alimentos y jardinería con sus estudiantes!

Dirt Made My Lunch

Dirt made my lunch,
Dirt made my lunch.
Thank you Dirt, thanks a bunch,
For my salad, my sandwich
My milk and my munch 'cause
Dirt, you made my lunch.

Créditos: Banana Slug String Band (to hear the tune, go here: bananaslugs.bandcamp.com/track/dirt-made-my-lunch-3)

Planting Time

Cantar al ritmo de: "Row, Row, Row Your Boat"

Dig, dig, dig the earth
(haga un movimiento de excavación)
Then you plant your seeds
(haga como si soltara unas semillas)
A gentle rain
(mueva los dedos de las manos hacia abajo)
And bright sunshine
(haga un círculo con los brazos sobre la cabeza)
Will help your flowers grow
(mantenga los brazos unidos paralelos al suelo, mueva un brazo hacia arriba con los dedos extendidos para representar el crecimiento de una flor)

I'll Plant A Little Seed

Cantar al ritmo de: "I'm A Little Teapot"

I'll plant a little seed in the dark, dark ground.
Out comes the yellow sun, big and round.
Down comes the cool rain, soft and slow.
Up comes the little seed, grow, grow, grow!

Seeds

Cantar al ritmo de: "Twinkle, Twinkle Little Star"

Dig a hole deep in the ground
Spread some tiny seeds around
Pat them down - so they will keep
They are lying fast asleep
Rain will help the seeds to grow
Sunshine keeps them warm I know

Fuente: www.preschooleducation.com/sgarden.shtml



BRIGHT FROM THE START
 Georgia Department of Early Care and Learning
 2 Martin Luther King Jr. Drive, SE, Suite 754, East Tower, Atlanta, Georgia 30334
 (404) 656-5957

Nathan Deal
 GOVERNADOR

Amy M. Jacobs
 COMISIONADO

El propósito de esta lista es familiarizar a los programas de cuidado infantil con algunas de las plantas comunes que se sabe que tienen propiedades venenosas. Generalmente, estas plantas y componentes de plantas deben ingerirse para que exista una exposición venenosa. El término “VENENOSO” no implica que la planta sea mortal. Muchas de estas plantas son solo levemente tóxicas, causan dolor de estómago o irritación leve de la boca y la garganta cuando se ingieren. Esta lista **NO** pretende disuadir a los programas de cuidado infantil de plantar ninguna de las plantas de la lista, ni de eliminar árboles y plantas ya plantados, sino de informar sobre su peligro potencial.

Si es posible, haga que un paisajista, arbolista, etc. identifique todos los árboles, plantas y arbustos que se encuentran en o cerca de la propiedad de cuidado infantil. Mantenga un registro de lo que está creciendo en el terreno, podría etiquetar o marcar los árboles y arbustos más grandes (esto sería un beneficio educativo para los niños mayores). Si ve a un niño sosteniendo, tocando, jugando o potencialmente comiendo alguna de estas plantas, árboles o arbustos, llame al GPC al 404-616-9000 para obtener más consejos lo antes posible. Si los programas de cuidado infantil tienen un registro de lo que está creciendo en la propiedad, esto podría ser de gran beneficio al proporcionar consejos de tratamiento.

Si tiene alguna pregunta, llame a Child Care Services al 404-657-5562 o envíe un correo electrónico a childcareservices@dec.al.ga.gov.

Gracias,
 Child Care Services

Datos sobre las flores de Pascua

Las flores de Pascua no son la planta mortal que alguna vez se pensó que eran. Si se come, la planta puede causar ardor en la boca y dolor de estómago.

Seguridad de las plantas

Para ayudar a prevenir las intoxicaciones por plantas, siga estos consejos de seguridad:

- Conozca los nombres de todas las plantas de su hogar y jardín. Un viverista, un florista o el agente de extensión de su condado pueden ayudarlo a identificar una planta.
- Etiquete todas las plantas con sus nombres, para que sepa qué es si se ha comido una parte.
- Mantenga las plantas, semillas y bulbos fuera del alcance y de la vista de los niños y las mascotas.
- No coma plantas ni hongos silvestres. Cocinar plantas venenosas no hace que sean seguras para comer.
- Retire los hongos que crecen en su jardín. Tirelos a la basura en un bote de basura cubierto.
- Mantenga los herbicidas e insecticidas en un armario cerrado, fuera del alcance de los niños y las mascotas. Nunca los ponga en botellas usadas para beber.
- Mantenga a los niños y las mascotas alejados del césped que acaba de ser tratado con químicos para el jardín.
- Enseñe a sus hijos a no ponerse nunca ninguna parte de una planta en la boca.

Sepa qué hacer en caso de una emergencia por envenenamiento

- Tenga el número de teléfono del Georgia Poison Center en o cerca de sus teléfonos.
- Si se ingiere alguna parte de una planta, retire la mayor cantidad posible de la boca y llame al Georgia Poison Center de inmediato! No espere a que la víctima se vea o se sienta enferma.



THE GEORGIA POISON CENTER

Cada año, el Georgia Poison Center (GPC) brinda servicios a miles de personas en Georgia. Puede llamar al GPC para obtener ayuda en una emergencia por envenenamiento u obtener consejos de tratamiento sobre las picaduras de insectos o animales. Enfermeras, farmacéuticos y médicos responden los teléfonos las 24 horas del día, los 7 días de la semana. Pueden decirle qué hacer si usted, su hijo o su mascota se envenenaron o los mordió un animal. Además, el personal del GPC puede responder preguntas sobre venenos dentro y alrededor de su hogar.

Todas las llamadas al GPC son gratuitas.

Para pedir material educativo, llame al Departamento de Educación al 404.616.9235 o visite nuestro sitio web en www.georgiapoisoncenter.org

Georgia Poison Center
Grady Health System
80 Jesse Hill Jr. Drive, SE
PO Box 26066
Atlanta, GA 30303-3050



Apoyado en parte por el Proyecto H4B MC00011-01 de MCHB, HRSA, US DHHS Certificado como Regional Poison Center por la American Association of Poison Control Centers



PLANTAS VENENOSAS



EN CASO DE EMERGENCIA POR ENVENENAMIENTO, LLAME 24 HORAS AL DÍA, 7 DÍAS A LA SEMANA: 1-800-222-1222

Teletipo para sordos y personas con discapacidad auditiva solamente: TDD 404-616-9287

Tanto las plantas de interior como las de exterior pueden ser venenosas. Algunas plantas pueden causar síntomas como malestar estomacal o erupción cutánea. Algunos pueden afectar su corazón, riñones y otros órganos. Algunas plantas que se consideran no venenosas pueden causar malestar estomacal si se comen.

Plantas Venenosas

- Amarilis
- Hiedra americana/ enredadera de Virginia
- Anémone
- Albaricque (semillas y huesos)
- Aralia, Ming
- Azalea/Rododendro
- Baneberry
- Belladona
- Abedul
- Ave del paraíso
- Adela
- Corazón sangrante/Dicentra
- Boj
- Castaño de Indias
- Arbusto ardiente/Euonymus
- Arbusto de fresa/Euonymus
- Caladio
- Cactus candelabro
- Grosella espinosa del cabo/linterna china/cereza de invierno
- Planta de aceite de ricino/ricino
- Árbol de cedro
- Cereza, laurel, negro
- Cinamomo
- Linterna china/grosella espinosa del cabo/cereza de invierno
- Cerezo de Virginia
- Crisantemo
- Clemátide
- Corona de espinas/Euphorbia
- Ciclamen
- Narciso/junquillo
- Belladona
- Hiedra del diablo/pothos
- Dicentra/corazón sangrante
- Dieffenbachia/galante/lotería
- Sauco (corteza, brotes, hojas, raíces, bayas inmaduras)
- Oreja de elefante/filodendro
- Hiedra inglesa
- Eucalipto (seco)
- Euphorbia/corona de espinas
- Euonymus
- Tabaco florescente
- Clavelina
- Dedalera
- Gladiola (bombilla)
- Acedo (bayas, hojas)
- Castaño de indias/falso castaño
- Jacinto
- Hortensia
- Iris
- Hiedra (del diablo, americana, inglesa)
- Jazmín, carolina amarilla
- Regaliz americano/guisante rosario
- Cereza de Jerusalén
- Jimsonweed
- Junquillo/narciso
- Elebreno (bayas)
- Lantana
- Espuela de caballero
- Laurel
- Ligustrum/alheña Salvaje
- Lirio de los valles
- Muséidago

- Acónito
- Gloria de la mañana (semillas)
- Mora (hojas, corteza, savia)
- Hongos
- Narciso/junquillo
- Solanáceas
- Roble (hojas, bellotas)
- Adela
- Pensamiento (semillas)
- Lirio de paz
- Melocotón (semillas y huesos)
- Cactus látiz
- Peonía
- Bigaro/vinca
- Filodendro/oreja de elefante
- Ciruela (semillas y huesos)
- Cicutu venenosa
- Hiedra venenosa, roble venenoso, zumaque venenoso
- Hierba carmin/uvas de América
- Amapola
- Papa (hojas, todas las partes verdes)
- Pothos/hiedra del diablo
- Rododendro/azalea
- Guisante rosario/regaliz americano
- Filodendro de hoja dividida
- Guisante dulce (semillas)
- Dulce william
- Tomate (tallos, hojas)
- Vinca/bigaro
- Enredadera de Virginia/Hiedra americana
- Cicutu de agua
- Alheña salvaje/ligustrum
- Cereza de invierno/grosella espinosa del cabo/linterna china
- Glicina
- Adela
- Milenrama
- Tejo

Hiedra venenosa, roble venenoso y zumaque venenoso

La savia de las plantas de hiedra venenosa, roble venenoso y zumaque venenoso puede causar sarpullido, ardor y picazón si se toca. Si tiene contacto con la savia, puede aparecer una erupción cutánea en unas pocas horas o dos días. La erupción puede tardar una o dos semanas en desaparecer. En algunas personas, la savia puede causar una reacción alérgica.

Si toca hiedra venenosa, roble venenoso o zumaque venenoso...

- Lave la zona con agua tibia y jabón de inmediato.
- Lave la ropa y las herramientas de jardinería que crea que pueden tener savia.
- Trate de no rascarse el sarpullido ya que esto puede empeorarlo.

Solo se presenta sarpullido si toca la savia; no se presenta al tocar el sarpullido de otra persona.

Para evitar tocar estas plantas, ¡manténgalas tapadas mientras está al aire libre! Use pantalones largos, mangas largas y guantes cuando trabaje en su jardín. ¡Quédese en los senderos mientras camina o acampa en el bosque!

No quemé hiedra venenosa, roble venenoso o zumaque venenoso. El humo puede causar problemas respiratorios.

La hiedra venenosa tiene hojas verdes brillantes que crecen en grupos de tres. La hiedra venenosa puede crecer como una enredadera o como un arbusto bajo.



El roble venenoso también tiene hojas agrupadas en tres. Crece como un arbusto bajo, que puede tener racimos de bayas verdes o blancas.



El zumaque venenoso tiene 7-13 hojas que se encuentran en pares con una sola hoja al final. Estas hojas largas y lisas son de color naranja brillante y aterciopeladas en la primavera. Se vuelven verde oscuro y brillante en la parte superior y verde claro debajo. El zumaque crece como un árbol en zonas pantanosas.





Calendario Escolar de Siembra

***Fechas promedio de heladas: Fechas promedio de las primeras heladas:** sur de Georgia: del 21 al 30 de noviembre, norte de Georgia: del 1 al 20 de Noviembre; **Fecha promedio de la última helada:** sur de Georgia: 21 al 31 de marzo, norte de Georgia: 1 al 30 de abril.

	TRASPLANTE O SEMILLA DIRECTA	DÍAS HASTA LA MADUREZ	FECHAS DE PLANTACIÓN DE PRIMAVERA	FECHAS DE PLANTACIÓN DE OTOÑO	DISTANCIA ENTRE FILAS	DISTANCIA ENTRE PLANTA	PROFUNDIDAD
ESPÁRRAGOS	Cualquiera	2º año	Ene.15 - Mar.15	Nov. y Dec.	3 - 5 ft.	1 ½ - 2 ft.	6 in.
FRIJOL, ARBUSTO	Semilla directa	50-60	Mar.15 - Mayo 1	Jul.5 - Ago.10	3 ft.	2 - 4 in.	1 - 1 ½ in.
FRIJOL, ENRAME	Semilla directa	56-75	Mar.15 - Mayo 10	Jul.1 - Ago.1	3 ft.	6 - 12 in.	1 - 1 ½ in.
FRIJOL, LIMA	Semilla directa	65-75	Mar.15 - Jun.1	Jul.1 - Ago.1	2 - 2 ½ ft.	3 - 4 in.	1 - 1 ½ in.
REMOLACHA	Semilla directa	55-65	Feb.15 - Abr.1	Ago.1 - Sep.20	2 - 2 ½ ft.	2 in.	1 in.
BRÓCOLI	Cualquiera	60-80	Feb.15 - Mar.15	Ago.1 - Sep.1	2 ½ ft.	14 - 18 in.	1/4 - 1/2 in.
REPOLLO	Cualquiera	70-120	Ene.15 - Mar.15	Ago.1 - Oct.1	2 ½ ft.	12 in.	1/4 - 1/2 in.
MELÓN	Cualquiera	80-90	Mar.20 - Jun.20	No se recomienda	4 - 6 ft.	3 ½ - 4 ft.	1 ½ in.
ZANAHORIA	Semilla directa	70-95	Ene.15 - Mar.20	Ago.20 - Sep.15	2 ft.	2 - 3 in.	1/2 in.
COLIFLOR	Cualquiera	60-75	Mar.1 - Abr.1	Jul.15 - Ago.15	3 ft.	12 - 18 in.	1/4 - 1/2 in.
COL VERDE	Cualquiera	55-85	Feb.1 - Mar.15	Ago.1 - Sep.1	2 ½ ft.	8 - 16 in.	1/2 in.
MAÍZ	Semilla directa	65-90	Mar.15 - Jun.1	Jun.1 - Jul.20	3 - 3 ½ ft.	12 - 18 in.	2 in.
PEPINO	Semilla directa	50-65	Abr.1 - Mayo 15	Jul.15 - Ago.15	3 ½ - 5 ft.	3 - 4 ft.	1 ½ in.
BERENJENA	Transplante	75-90	Abr.1 - Mayo 15	Jul.10 - Jul.30	3 ft.	2 ½ - 3 ft.	1/2 in.
COL RIZADA	Cualquiera	50-70	Feb.1 - Mar.10	Ago.1 - Sep.1	3 ft.	10 in.	1/2 in.
LECHUGA	Semilla directa	60-85	Ene.15 - Mar.1	Sep.1 - Oct.1	2 - 2 ½ ft.	10 - 12 in.	1/2 in.
MOSTAZA	Cualquiera	40-50	Ene.15 - Apr.1	Ago.15 - Sep.15	2 ft.	1 in.	1/2 in.
OKRA	Semilla directa	55-65	Abr.1 - Jun.1	Jun.15 - Jul.10	3 - 3 ½ ft.	6 in.	1 in.
CEBOLLA	Transplante	100-120	Ene.1 - Mar.15	Sep.1 - Dec.31	1 - 2 ft.	3 - 4 in.	3/4 in.
GUISANTES, DULCES	Semilla directa	60-80	Ene.15 - Feb.15	No se recomienda	2 1/2 ft.	1 in.	1 ½ - 2 in.
GUISANTES, CANADIENSES	Semilla directa	60-70	Abr.1 - Ago.1	No se recomienda	3 ft.	4 - 6 in.	1 ½ - 2 in.
PIMENTÓN	Transplante	65-80	Abr.1 - Jun.1	No se recomienda	2 ½ ft.	1 ½ - 2 ft.	1/4 - 1/2 in.
PATATA, IRLANDESA	Cualquiera	70-90	Ene.15 - Mar.1	Ago.1 - Ago.15	2 ½ - 3 ft.	10 - 14 in.	5 in.
BATATA	Cualquiera	90-120	Abr.15 - Jun.15	No se recomienda	3 ½ ft.	12 in.	La mitad del largo del germinado
RABANO	Semilla directa	25-30	Ene.15 - Abr.1	Sep.1 - Ago.15	1 ½ ft.	1 in.	1/2 in.
ESPINACAS	Semilla directa	40-45	Ene.15 - Mar.15	Sep.1 - Oct.15	1 ½ - 2 ft.	1 - 2 in.	3/4 in.
CALABAZA, VERANO	Semilla directa	40-55	Abr.1 - Mayo 15	Ago.1 - Ago.25	3 - 4 ft.	2 ft.	1 ½ - 2 in.
CALABAZA, INVIERNO	Semilla directa	85-120	Abr.1 - Jul.1	No se recomienda	5 ft.	3 ft.	1 ½ - 2 in.
TOMATE	Transplante	70-90	Mar.25 - Mayo 1	Jun.15 - Jul.15	3 - 4 ft.	2 ½ - 3 ft.	1/4 in.
NABO	Semilla directa	40-60	Ene.15 - Abr.1	Ago.10 - Sep.15	1 - 2 ft.	1 - 2 in.	1/2 in.
SANDÍA	Semilla directa	80-90	Mar.20 - Mayo 1	No se recomienda	10 ft.	8 - 10 ft.	1 ½ in.

***Notas:** Las fechas de siembra de esta tabla son para el centro de Georgia. Las plantaciones del norte de Georgia deberían variar unas dos semanas más tarde en la primavera y antes en el otoño. Las siembras del sur de Georgia se pueden hacer dos semanas antes en la primavera y algo más tarde en el otoño. [Para obtener más información, visite farmtooschool.georgiaorganics.org](http://farmtooschool.georgiaorganics.org)

Este calendario fue creado con información sobre plantación de la University of Georgia Cooperative Extension.

	ENE	FEB	MAR	ABR	MAYO	JUN	JUL	AGO	SEPT	OCT	NOV	DEC
MANZANAS												
RÚCULA												
ESPÁRRAGOS												
ALBAHACA												
FRIJOLES												
REMOLACHA												
ARÁNDANOS												
BOK CHOY												
BRÓCOLI												
COLES DE BRUSELAS												
REPOLLO												
MELÓN												
ZANAHORIAS												
COLES VERDES												
MAÍZ DULCE												
PEPINOS												
FLORES												
BERENJENA												
HIGOS												
AJO-CURADO												
AJO-VERDE												
UVAS MUSCADINAS												
COL RIZADA Y OTRAS HOJAS												
LECHUGA												
HONGOS												
OKRA												
MELOCOTONES												
GUISANTES-INGLESES												
GUISANTES-CANADIENSES												
NUECES PECANAS												
PIMIENTOS												
CAQUIS												
CIRUELAS												
PATATAS-IRLANDESAS												
BATATAS												
RÁBANO												
PLÁNTULAS												
SOYA-EDAMAME												
ESPINACAS												
CALABAZA-VERANO												
CALABAZA-INVIERNO												
FRESAS												
TOMATES												
NABOS												
CEBOLLAS VIDALIA												
SANDÍA												

**Departamento
de Agricultura
de Estados
Unidos**



FECHA: 13 de marzo, 2015
CÓDIGO DE LA CARTA: CACFP 11-2015
ASUNTO: Alimentos locales en el Child and Adult Care Food Program con preguntas y respuestas
PARA: Directores Regionales
Programas de Nutrición Especial
Todas las regiones
Directores Estatales
Programas de Nutrición Infantil
Todos los estados

Food and
Nutrition
Service

3101 Park
Center Drive
Alexandria, VA
22302-1500

El propósito de esta carta es brindar orientación sobre la incorporación de un plan de estudios basado en la agricultura y los alimentos locales en los entornos de atención y educación de la primera infancia. La carta también aclara las políticas de la FNS Instruction 796-2, Revision 4, Financial Management in the Child and Adult Care Food Programs (CACFP) que se publicó recientemente y es pertinente para la producción y adquisición de alimentos locales. Finalmente, esta carta incluye preguntas y respuestas con respecto a la adquisición de alimentos locales para usar en el CACFP, el cultivo de alimentos para usar en el CACFP y las donaciones.

La ley Healthy, Hunger-Free Kids Act (HHFKA) de 2010 enmendó la Ley Nacional de Almuerzos Escolares Richard B. Russell para expandir el propósito del CACFP de “brindar ayuda a las instituciones de cuidado de niños y adultos y guarderías familiares o grupales para la provisión de alimentos nutritivos que contribuyen al bienestar, crecimiento saludable y desarrollo de los niños pequeños, y la salud y el bienestar de los adultos mayores y las personas discapacitadas crónicas” [42 USC 1766(a)(1)(A)(ii)]. Además, la Sección 243 de la HHFKA estableció un programa de Farm to School en el Departamento de Agricultura (USDA) para aumentar la disponibilidad de alimentos locales en las escuelas e instituciones. El FNS continúa brindando subvenciones y asistencia técnica para implementar programas de Farm to School que mejoran el acceso a los alimentos locales en los Programas de Nutrición Infantil, incluido el CACFP.

La incorporación de la educación alimentaria y agrícola local en el CACFP puede desempeñar un papel importante en la creación y promoción de un medio ambiente saludable. Existe un interés público bien consolidado y creciente en apoyar los sistemas alimentarios locales y regionales mediante la compra de estos alimentos e incorporando planes de estudios y actividades agrícolas en la educación y el cuidado de la primera infancia. Por lo tanto, se alienta a los administradores y socios del programa a utilizar alimentos locales como un medio para mejorar las operaciones del CACFP.

La FNS Instruction 796-2, Revision 4, Financial Management of the CACFP, que se emitió recientemente, ahora categoriza los costos asociados con el cultivo de alimentos que se utilizarán en el CACFP, ya sea como parte del servicio de alimentación o para actividades de educación nutricional para el personal del servicio de alimentación, según lo permitido. Estos costos pueden incluir semillas, fertilizantes, mano de obra, alquiler de parcelas, etc. Las instituciones están sujetas al 7 CFR Parte 226.22 y, por lo tanto, deben realizar todas las adquisiciones de acuerdo con el 2 CFR Parte 200.317-326. Estos estándares de adquisición deben seguirse independientemente del monto en dólares, la comida que se sirva o la frecuencia de compra. Se anima a las instalaciones, como las guarderías y los centros patrocinados, a comprar de una manera que promueva una competencia abierta y justa. Para obtener más información, consulte <http://www.fns.usda.gov/sites/default/files/796-4.pdf>.

Se recuerda a las agencias estatales que distribuyan esta información a los funcionarios del Programa de inmediato. Los funcionarios del programa deben dirigir cualquier pregunta relacionada con esta carta a la agencia estatal correspondiente. La información de contacto de la agencia estatal está disponible en <https://www.fns.usda.gov/contacts>. Las agencias estatales deben dirigir sus preguntas a la Oficina Regional del FNS correspondiente.

Original Signed

Angela Kline
Director
Policy and Program Development Division
Child Nutrition Programs

Preguntas y respuestas del uso de alimentos locales en el Child and Adult Care Food Program (CACFP)

A. Generales

1. ¿Qué es Farm to School/Farm to Preschool?

El término “Farm to School” abarca los esfuerzos que permiten llevar alimentos locales o regionales a las cafeterías junto con actividades prácticas de aprendizaje y la integración de la educación sobre alimentación en el plan de estudios habitual del aula basado en estándares. Farm to Preschool, la incorporación de estas actividades en entornos de educación y cuidado de la primera infancia, es una excelente manera de presentarles a los niños pequeños de dónde provienen sus alimentos y ayudarlos a crear hábitos alimenticios saludables para toda la vida.

Farm to Preschool abarca una variedad de esfuerzos que pueden incluir:

- Comprar alimentos locales y regionales para comidas reembolsables;
- Incorporar programas de educación agrícola en entornos de cuidado de la primera infancia, como Grow It, Try It, Like It, (<http://www.fns.usda.gov/tn/grow-it-try-it-it>);
- Degustación con alimentos de producción local;
- Participar en un programa Harvest of the Month;
- Iniciar y mantener huertos preescolares, y
- Realizar viajes de campo a granjas y mercados de agricultores locales.

2. ¿Cómo y dónde pueden las instituciones del CACFP comprar alimentos locales?

Hay muchas formas en que las instituciones pueden incorporar alimentos locales en sus programas de comidas, incluida la compra competitiva directamente a un productor, a través de un distribuidor o una empresa de gestión de servicios de alimentos, o en centros de alimentos, mercados de agricultores y huertas. Consulte la Guide to Procuring Local Foods for Child Nutrition Programs para obtener una descripción detallada de cada uno (http://www.fns.usda.gov/sites/default/files/F2S_Procuring_Local_Foods_Child_Nutrition_Prog_Guide.pdf).

Un punto de partida lógico puede ser que una institución comience a preguntar sobre la fuente de los alimentos que está comprando actualmente. Es posible que algunas instituciones ya estén utilizando alimentos locales y aún no lo sepan. Las instituciones también pueden comunicarse con los vendedores y proveedores actuales sobre su preferencia por los productos locales.

Además, las solicitudes de proveedores pueden redactarse teniendo en cuenta las características de los productos de fuentes locales; por ejemplo, especificando una variedad particular de manzana que es nativa de su región, o que un producto se entrega dentro de las 24 o 48 horas posteriores a la cosecha. Los productos de fuentes locales pueden expresarse como una *preferencia*, pero pueden no ser *necesarios* como especificación del producto.

Las instituciones pueden utilizar la preferencia geográfica para adquirir alimentos que se producen o cultivan localmente. La institución que realiza la compra tiene el criterio de determinar el área local a la que se aplicará la opción de preferencia geográfica (7 CFR 226.22(n)(1)). El área local no está definida por el USDA. Puede encontrar más orientación sobre la preferencia geográfica en CACFP 02-2013,

Tenga en cuenta que las instituciones del CACFP deben adquirir todos los bienes y servicios utilizando las regulaciones de adquisiciones que se encuentran en el 7 CFR 226.22 y 2 CFR Parte 200.317-326. Puede encontrar más orientación sobre adquisiciones en la FNS Instruction 796-2 Rev.4 (www.fns.usda.gov/sites/default/files/796-2%20Rev%204.pdf).

3. ¿Cómo pueden las instalaciones del CACFP, como las guarderías y los centros patrocinados, comprar alimentos locales?

Las instalaciones del CACFP pueden comprar alimentos locales de cualquier fuente, como distribuidores, mercados de agricultores, agricultura apoyada por la comunidad (CSA) y centros de alimentos, y no están obligados, pero se les anima a comprar de una manera que promueva una competencia abierta y justa. Puede encontrar más orientación sobre adquisiciones en la FNS Instruction 796-2 Rev.4 (www.fns.usda.gov/sites/default/files/796-2%20Rev%204.pdf).

4. Cuando una institución compra en un puesto de agricultores, mercado de agricultores, CSA o directamente de una granja, ¿los recibos escritos a mano son formas aceptables de documentación de compra?

Sí. Los recibos escritos a mano de los artículos comprados son documentación aceptable siempre que el recibo incluya la fecha de compra, el nombre del proveedor/agricultor, el costo del artículo, la cantidad y el costo total.

5. ¿Se pueden usar los alimentos que fueron donados de huertos o granjas locales como parte de la comida reembolsable?

Sí. Si bien el reembolso total de las comidas del CACFP debe gastarse en los costos permitidos del Programa de Nutrición Infantil, no existe un requisito federal de que todos los componentes de los alimentos se compren con fondos del Programa o que un porcentaje específico del reembolso se gaste en alimentos. Es una práctica permitida que los recursos ajenos al programa cubran los gastos de alimentos siempre que no exista un saldo excesivo según lo determine la agencia estatal (consulte *FNS Instruction 796-2, Revision 4, Financial Management of the CACFP, Section VI, D*). Las instituciones del CACFP deben mantener registros de los tipos y cantidades de alimentos donados, que se evaluarán como parte de sus registros de servicio de alimentación durante una revisión administrativa.

6. ¿Pueden las agencias estatales usar sus Fondos de Gastos Administrativos Estatales (SAE) para brindar capacitación y asistencia técnica sobre este tema?

Sí. La FNS Instruction 781-2 incluye brindar asistencia técnica, educación y capacitación nutricional como un uso permitido de los SAE siempre que los fondos se utilicen para apoyar actividades administrativas a nivel estatal. Para obtener más información sobre cómo utilizar los fondos de los SAE para apoyar al personal a nivel estatal y las actividades de capacitación, consulte SP 28-2015 (se proporcionará el número correcto cuando se publique la carta), *Questions and Answers Regarding the Use of State Administrative Expense (SAE) Funds and State Administrative Funds (SAF) for Farm to School Related Expenses*, 13 de marzo de 2015 (el sitio web se actualizará cuando la carta se publique en el sitio web público).

B. Huertas y cultivo de alimentos

Esta guía para cultivar alimentos para uso en el servicio de comidas del CACFP es coherente con la guía provista a las escuelas que participan en el National School Lunch Program (NSLP) y en el funcionamiento de huertos escolares. Para obtener más información, consulte SP 32-2009, *School Garden Q&As*, 29 de julio de 2009, (http://www.fns.usda.gov/sites/default/files/SP_32-2009_os.pdf) y SP 06-2015, *Farm to School and School Garden Expenses*, 12 de noviembre de 2014, (<http://www.fns.usda.gov/sites/default/files/SP06-2015os.pdf>).

1. ¿Puede una institución o instalación usar fondos de la cuenta del servicio de alimentación sin fines de lucro para comprar artículos para huertas como semillas, fertilizantes, regaderas, rastrillos, etc., para cultivar alimentos que se utilizarán en el servicio de alimentación?

Sí. Siempre que los productos cultivados en el huerto se utilicen como parte de la comida reembolsable y para actividades de educación nutricional. Los centros que utilizan productos de la huerta en sus comidas reembolsables del CACFP deben documentar el peso y/o el volumen de los productos.

2. ¿Puede una institución vender alimentos cultivados en su huerta CACFP que se financió con la cuenta del servicio de alimentación sin fines de lucro?

Sí. Siempre que los ingresos por la venta de los alimentos se reporten en la cuenta del servicio de alimentación sin fines de lucro. Las instituciones o instalaciones pueden servir el producto como parte de una comida reembolsable o venderlo a la carta a los padres, en un puesto de carretera, etc.

3. ¿Puede una institución o instalación comprar productos agrícolas de otra institución o instalación que esté manteniendo y administrando la huerta, como Future Farmers of America (FFA), que es un programa de educación agrícola para estudiantes?

Sí. Una institución o instalación puede comprar productos de un huerto administrado por una organización escolar como la FFA siempre que la documentación incluya la fecha de compra, el nombre de la organización, el costo del artículo, la cantidad y el costo total.

4. ¿Se pueden usar los fondos recibidos para servir comidas del At-Risk Afterschool para comprar semillas/herramientas/equipo para una huerta?

Sí. El Programa de comidas At-Risk Afterschool es un componente del CACFP y está sujeto a las mismas reglas que otros componentes del CACFP con respecto a los alimentos de fuentes locales.

5. ¿Cómo se puede utilizar el exceso de productos de la huerta?

La institución o instalación debe ver primero si el exceso de alimentos se puede utilizar para beneficiar a otro programa, como el Summer Food Service Program (SFSP) o el NSLP. Si eso no es posible, la comida se puede vender o donar de acuerdo con las regulaciones de salud/seguridad estatales y locales. Como siempre, las ganancias deben volver a reportarse en la cuenta de servicio de alimentación sin fines de lucro. Consulte SP 11-2012, SFSP 07-2012, *Guidance on the Food Donation Program in Child Nutrition Programs*, 3 de febrero de 2012, para obtener más información sobre la donación de alimentos.

C. Seguridad alimentaria

1. ¿Existen recursos para manipular los productos de forma segura en las cocinas?

La publicación *Ready, Set, Go! Creating and Maintaining a Wellness Environment in Child Care Centers Participating in the CACFP* (<http://www.nfsmi.org/ResourceOverview.aspx?ID=376>) del National Food Service Management Institute (NFSMI) proporciona las mejores prácticas y herramientas de evaluación para el manejo seguro de los alimentos en los centros de cuidado infantil.

Además, se ha creado una publicación específica de productos para el entorno escolar y las mejores prácticas se aplican a muchos centros de cuidado infantil. En la publicación del NFSMI *Best Practices: Handling Fresh Produce in Schools* (<http://nfsmi.org/ResourceOverview.aspx?ID=351>), que se creó para el FNS, se describen recomendaciones para manipular productos frescos en todos los pasos del proceso de producción de alimentos. Las mejores prácticas abordan la compra y la recepción, el lavado y la preparación, la higiene de manos, el servicio, el almacenamiento y la capacitación, y las prácticas generales de seguridad alimentaria. También se incluyen recomendaciones específicas para el manejo de melones, tomates, verduras de hoja verde y brotes.

Produce Safety University del FNS también identifica las mejores prácticas para seleccionar, manipular y preparar productos para uso en programas de nutrición infantil (<http://www.fns.usda.gov/foodsafety/produce-safety-university>).

2. ¿Las Buenas Prácticas Agrícolas (GAP) y/o las Buenas Prácticas de Manejo (GHP) serán un requisito para los productores que venden a las instituciones del CACFP?

No. Se requieren certificaciones GAP/GHP cuando se venden frutas y verduras frescas directamente al USDA y si los gobiernos estatales y locales lo requieren. Los distribuidores, minoristas, instituciones o instalaciones locales pueden tener políticas individuales relacionadas con las GAP/GHP. Sin embargo, se recomienda incluir la certificación de GAP/GHP como parte de los términos y condiciones en el proceso de solicitud.

3. ¿Existe una cantidad específica de cobertura de responsabilidad que los agricultores u otras personas que proporcionan productos alimenticios locales para el CACFP deban tener?

No. No existe una cantidad específica de cobertura de responsabilidad que el USDA requiera de los agricultores para vender a las instituciones o instalaciones del CACFP. Las instituciones, instalaciones, estados, distribuidores, minoristas y empresas de administración de servicios de alimentos pueden tener diferentes requisitos de cobertura de responsabilidad siempre que los requisitos no sean excesivos, lo que podría restringir la competencia. Es mejor ponerse en contacto con estas entidades para obtener más información.

4. ¿Qué otras reglas o normas deben cumplir los agricultores para vender a instituciones o instalaciones?

Los agricultores deben cumplir con todas las normas federales, estatales y locales para vender sus productos dentro de los programas de nutrición infantil. Los distribuidores locales pueden tener requisitos adicionales, como auditorías de terceros o límites del seguro de responsabilidad del producto. Los agricultores y compradores deben consultar con sus departamentos de salud locales para asegurarse de que se cumplan los requisitos locales y estatales.

¿Está interesado en comenzar un huerto escolar en su centro de cuidado infantil? Las compras para implementar una huerta en una instalación de cuidado infantil pueden variar. En la siguiente lista se dan ejemplos de artículos que se pueden comprar para implementar una huerta para el cuidado infantil o para brindar educación y actividades agrícolas.

La compra de estos artículos también puede estar en los costos permitidos del CACFP. Es posible que se requiera la aprobación de Georgia DECAL para ciertos artículos.

- Delantales y guantes de jardinería (para niños)
- Viveros temporales, invernadero
- Contenedores de abono
- Contenedores
- Suministros para demostración de cocina
- Gastos relacionados con la colocación de una huerta escolar (hacer que el agua llegue a la huerta, limpiar la tierra, labrar)
- Capacitación para el personal y los voluntarios de la huerta
- Fertilizantes
- Torres para cultivos verticales
- Lámparas de cultivo
- Sistema hidropónico
- Materiales de instrucción, guías de campo, libros
- Mano de obra
- Material para senderos
- Materiales para camas de cultivo elevadas
- Medios de riego, irrigación
- Mantillo
- Material orgánico para mejorar el suelo, abono
- Pesticidas
- Protecciones, cercas, cubiertas de hileras
- Recolector de aguas lluvia
- Cobertores de surcos
- Semillas, brotes, plantas
- Kit de análisis de suelos y reformas
- Soportes de huerta
- Suministros y materiales para degustaciones para niños
- Herramientas
- Carretilla
- Estaciones de lavado de manos para niños para la seguridad alimentaria en la huerta
- Equipo de cocina necesario para almacenar productos frescos





**Georgia Dept
of Early Care
and Learning**
BRIGHT FROM THE START

www.georgiaorganics.org | www.decal.ga.gov/nutrition

© 2020