

PARA NIÑAS Y NIÑOS  
DE 0-2 AÑOS

Materiales:

Fruta,  
verduras.



## Mi plato entretenido

- Los invitamos a realizar una experiencia simple y sabrosa.
- Proponemos a la hora de almuerzo motivar a los niños y niñas a manipular su alimento o a comer solos.
- Si su hijo o hija es bebé, siéntelo cerca mirándola frente a frente, cuénteles lo que van a hacer, puede ser en su silla de comer o donde habitualmente comen.
- Motívelo, por ejemplo, separando gajos de naranja o trozando el plátano con las manos.
- Si es más grande ofrézcale la oportunidad de tomar su cuchara y comer solo, si ya lo hace, facilítale una fruta para que pueda prepararla o una verdura.
- Es una actividad muy simple y podemos realizarla de muchas maneras y con diferentes elementos.



Aprendizajes



[www.junji.cl](http://www.junji.cl)

**Autonomía, estilos de vida saludables.**