JUMP FOR JOY

BRINCA CON BLANCA

This book belongs to:
Este libro pertenece a:

_____

Jump for Joy

Written and illustrated by Laurie Coker
especially for Blanca Joy Sosa and every child who likes to jump.

Brinca con Blanca

Escrito y ilustrado por Laurie Coker
Especialmente para Blanca Joy Sosa y para todos los niños a quienes les gusta brincar.

Joy loves to jump. She jumps out of bed. She jumps into her clothes! Oops! I think that shoe goes on the other foot. That's okay, Joy!

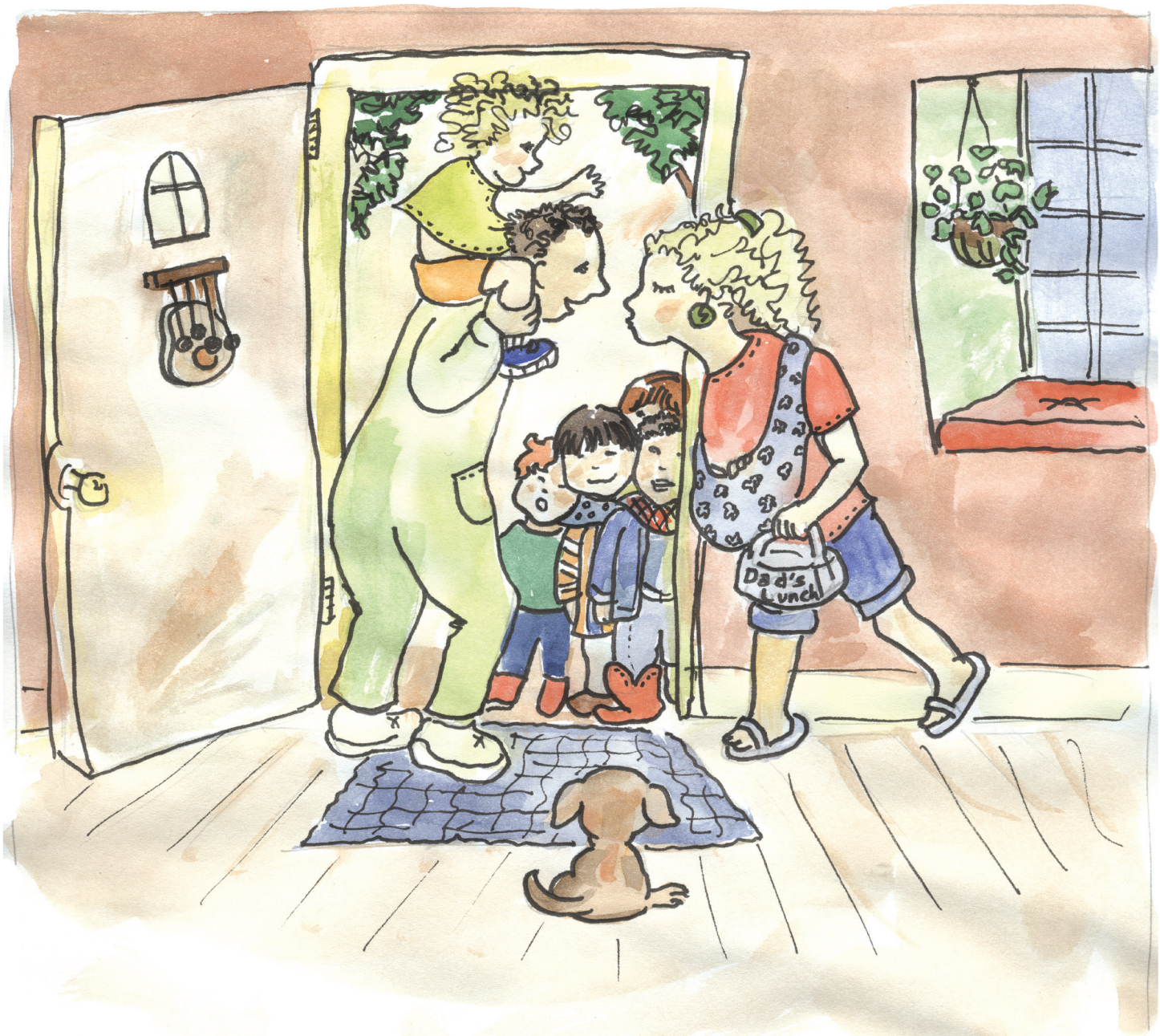
A Blanca le encanta brincar. Brinca cuando se levanta de la cama. ¡Brinca cuando se viste! ¡Ay! Creo que ese zapato va en el otro pie. ¡No importa, Blanca!

Joy eats a yummy breakfast to keep her jumping all day long. When she finishes, she says, "Thank you, Mommy!"

Blanca come un desayuno sabroso para que le ayude a brincar todo el día. Cuando termina de desayunar, dice: "¡Gracias, mamá!"

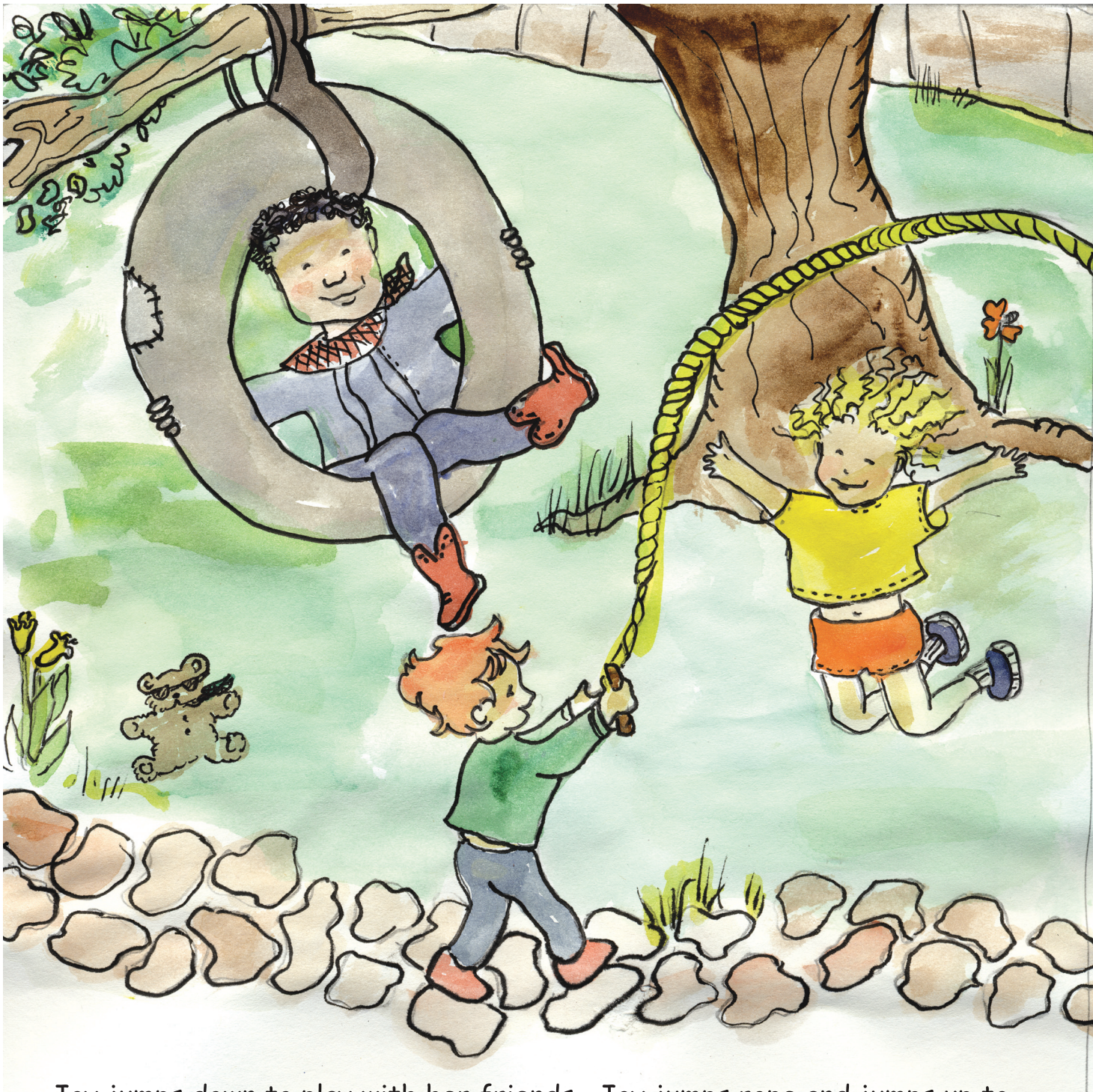
Then Joy jumps up the stairs to brush her teeth. Brushing makes her mouth feel clean and happy! "Good job brushing!" says Daddy.

Blanca sube las escaleras brincando para lavarse los dientes. ¡Lavárselos hace que su boca se sienta limpia y contenta! "¡Te los lavaste muy bien!" le dice su papá.



Joy jumps into his arms. Daddy gives her a pony ride before he goes to work. Careful, Joy! Don't bump your head! Look who's waiting outside to play!

Blanca brinca a sus brazos. Su papá la pasea de caballito antes de irse a trabajar. ¡Cuidado Blanca! ¡No te vayas a golpear la cabeza! ¡Mira quién te está esperando afuera para jugar!



Joy jumps down to play with her friends. Joy jumps rope and jumps up to catch a ball and jumps to see how high she can jump. Joy wishes you could play, too! Can you jump for Joy?

Blanca brinca al jardín para jugar con sus amigos. Blanca brinca la cuerda, brinca para atrapar una pelota y brinca para ver qué tan alto puede brincar. ¡A Blanca le gustaría que tú también pudieras jugar con ella! ¿Puedes brincar con Blanca?

"Yea, Mommy! We are hungry!" Joy jumps up to help. "Thank you!" shout Joy's friends. Can you see what Mommy brought them? Uh-oh, Fred spilled his water. That's okay, Fred, it will dry. Mommy will pour you some more.

"¡Gracias mamá! ¡Tenemos hambre!" Blanca se levanta de un brinco para ayudar. "¡Gracias!" gritan los amigos de Blanca. ¿Puedes ver lo que les trajo su mamá? ¡Uy! Federico derramó el agua. No te preocupes, Federico, se secará. La mamá de Blanca te traerá más agua.

After their snack, Joy's mommy reads a story to the children. Even Joy's baby sister listens to the story. "Hey!" says Fred, "That story is about someone named Fred!"

Después del refrigerio, la mamá de Blanca les lee una historia a los niños. Hasta la hermanita pequeña de Blanca pone atención. "¡Oigan!" dice Federico, "¡Esa historia es sobre alguien llamado Federico!"

Now the children are ready to play again, but what is happening now? Uh-oh, it starts to rain! Everyone rushes inside – Fred, don't forget your bear! Carlotta, could you get the baby's toy? Thank you, Carlotta!

Los niños están listos para jugar otra vez. ¿Pero qué pasa? ¡Comienza a llover! Todos corren adentro de la casa. Federico, ¡no olvides tu osito! Carlota, ¿puedes recoger el juguete de la bebé? ¡Gracias Carlota!

"What can we do now?" asks Tan. Mommy has a good idea – she turns on the radio. Everyone dances! Can you dance with them? If you don't have a radio, just sing!

"¿Qué podemos hacer ahora?" pregunta Tan. La mamá de Blanca tiene una buena idea: prende el radio. ¡Todos a bailar! ¿Puedes bailar con ellos? Si no tienes un radio, ¡puedes cantar!

Joy's friends go home for lunch and a nap. Joy and her Mommy have lunch together: vegetable soup and a glass of milk. Yummy! Joy likes carrots and green beans and squash. What vegetables do you like in your soup?

Los amigos de Blanca se van a sus casas a comer y a tomar una siesta. Blanca y su mamá comen juntas: sopa de verduras y un vaso de leche. ¡Qué sabroso! A Blanca le encantan las zanahorias, los ejotes y las calabacitas. ¿Qué verduras te gustan a ti en la sopa?

Joy has had a busy morning! She needs to rest. "Let's take a nap," says Mommy. "But I'm not sleepy!" says Joy. Joy? Joy? Sssh.....let's not wake her up just yet!

¡Blanca tuvo una mañana muy agitada! Necesita descansar. "Vamos a tomar una siesta," le dice su mamá. "¡Pero no tengo sueño!" dice Blanca. ¿Blanca? ¿Blanca? Sssh.....¡vamos a dejarla dormir un rato!

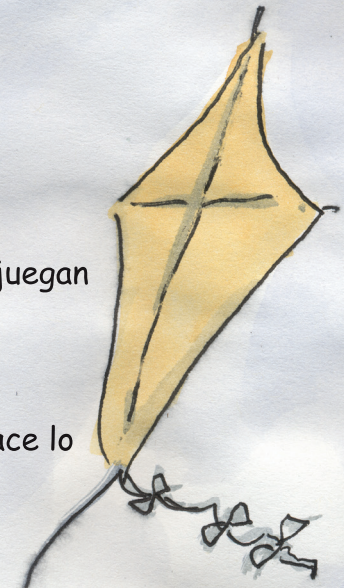
What does Joy eat for lunch? What games do Joy and her friends play? What do you like to play?

7 Tips to Parents:

Your child will be healthier and feel better if he does the following every day:

- eats a variety of fresh fruits and vegetables
- brushes his teeth
- drinks water or milk from a cup with no lid
- exercises or joins in physically active play
- limits watching television to one hour or less
- limits or avoids sweets

Read to your child every day.



¿Qué come Blanca a la hora del almuerzo? ¿A qué juegan Blanca y sus amigos? ¿A qué te gusta jugar a ti?

7 Consejos para los padres de familia:

Su hijo será más saludable y se sentirá mejor si hace lo siguiente todos los días:

- come una variedad de frutas y verduras frescas
- se lava los dientes
- toma agua o leche de un vaso o taza sin tapa
- hace ejercicio o practica juegos físicamente activos
- limita el tiempo que pasa viendo la televisión a 1 hora o menos
- limita los dulces o no los come

Léale a su hijo todos los días.

WIC GROWING HEALTHY FAMILIES

© 2005 Department of State Health Services.
Nutrition Services Section.
All rights reserved.

TEXAS Department of State Health Services

This institution is an equal-opportunity provider.
Esta institución ofrece igualdad de oportunidades para todos.

Stock No. 13-06-12230

WIC CRIANDO FAMILIAS SALUDABLES

© 2005 Departamento Estatal de Servicios de Salud.
Sección de Servicios de Nutrición.
Todos los derechos reservados.