BONAVITA NEWSLETTER

PG-TK BONAVITA

Maret 2019

Manfaat Makanan Bergizi untuk Kemampuan Calistung Anak

Tangerang - Sudahkah Bunda memenuhi kebutuhan gizi si kecil di 1000 hari pertamanya? Hal ini sangat penting, Bun, karena ternyata kemampuan kognitif anak dipengaruhi dari asupan yang dikonsumsi.

Menurut ahli gizi Rachel Olsen, makanan bergizi sangat memengaruhi kemampuan anak, khususnya dalam hal membaca, menulis, dan berhitung (calistung). Dan ini di luar bagaimana guru mengajar atau kondisi sosial ekonomi yang ada.

"Memang ada penelitian dari WHO yang membuktikan bahwa anak dengan gizi lengkap mempunyai IQ lebih tinggi dibandingkan anak yang gizinya buruk," ujar Rachel, usai acara 'Media & Community Fit Kids' di Kota Kasablanka, Jakarta, Senin (25/2/2019).

"Jadi, makanan sendiri ada dampaknya untuk kognitif, untuk IQ, untuk kemampuan anak jadi sukses," lanjutnya.

Selain itu, makanan bergizi dapat membantu meningkatkan daya fokus anak. Hal ini berkaitan erat dengan daya tangkap dan kecerdasannya dalam memahami pelajaran.

"Kalau kurang gizi, fokus anak kurang, karena enggak ada sistem saraf yang berkembang, karena mineral sama vitaminnya kurang," tutur Rachel.

Rachel pun menyarankan untuk perbanyak konsumsi makanan yang mengandung lemak omega 3, seperti rumput laut, biji-bijian, dan alpukat. Makanan tersebut sangat baik untuk pertumbuhan otak anak.

Senada dengan Rachel, dr.RA Setyo Handryastuti, Sp.A(K), Ketua UKK Neurologi Ikatan Anak Indonesia (IDAI) mengatakan bahwa momen 1.000 hari kehidupan bayi sangat penting untuk menciptakan anak pintar. Ibu hamil harus mencukupi kebutuhan nutrisi anak sejak dalam kandungan hingga usia dua tahun.

"Intervensinya harus dilakukan sejak masih dalam kandungan ya, oleh ibunya ketika hamil. Caranya tentu saja dengan makan-makanan bergizi dan harus seimbang nutrisinya," tutur dokter yang akrab disapa dr.Handry tersebut, dikutip dari detikcom.

Dikatakan Handry, dengan mencukupi kebutuhan gizi seimbang, perkembangan otak anak akan optimal. Hal ini akan menjadi pondasi kemampuan kognitif dan sosial serta kunci kesuksesan dalam pendidikan dan produktivitas anak di masa depan.

Source: https://www.haibunda.com/nutrisi/

Agenda

- *FIELDTRIP TKA 22 MARET 2019*
- *FIELDTRIP TKB 29 MARET 2019*
- *LAPORAN PERKEMBANGAN BELAJAR 6 APRIL 2019*

MARCH BIRTHDAY BIRTHDAY

VIOR	*1*
ELWIN	*2*
ZIERA	*3*
ANNA CHYESTER	*6*
MICHELLE AUSTRIN	*15*
ARDIAN NATHAN	*31*

PLAYGROUP FIELDTRIP: SCIENTIA PARK

Materi Belajar PG

I. Bahasa Indonesia

- Bercakap-cakap “kegiatan saat piknik: fieldtrip”
- Mengenal beberapa huruf Oo,Pp,Qq,Rr,Ss,Tt
- Tanya jawab ‘kegiatan saat piknik: Fieldtrip”
- Bercerita: “the new car”“cat and mouse”“the fox and the lion”
- Membaca cerita bergambar
- Menebalkan huruf
- Matematika
- Menyebutkan angka 9-10
- Menebalkan dan mewarnai angka 10
- Menempel angka sesuai gambar
- Menempatkan benda dalam urutan ukuran
- Menghitung dan memasangkan gambar pada angka

II. Sains

- Percobaan “mengenal rasa”
- Praktek langsung “menggosok gigi”
- Praktek langsung “Memahami warna lampu lalu lintas”
- Praktek langsung “menggunting’ Seni
- Mewarnai gambar
- Melipat “ keranjang “
- Menggunting pakaian yang digunakan saat piknik
- Kolase “Topi” Olah raga
- Meniti diatas papan titian
- Meniru gerakan kelinci melompat
- Berdiri dengan satu kaki

III. Karakter emosi

- Mengatakan perasaan secara verbal
- Mulai menunjukan ekspresi menyesal ketika melakukan kesalahan
- Membangun kerjasama
- Memahami adanya perbedaan perasaan (teman takut,saya tidak)
- Meminjam dan meminjamkan mainan

IV. English

- Vocabulary: Bread, milk, apple, juice, cake, bear, picnic
- Picnic coloring page
- Food coloring page

Materi Belajar TK A

I. Bahasa Indonesia

- Bercerita :

  Kayla sayang makanan, Diko memb eli ikan hias, Anak gagak yang kehausan, Aneka rasa makanan
- “Menyanyi lagu 4 sehat 5 sempurna”, “Mencuci tangan”
- Memberi tanda (√) pada suku kata akhir dan menuliskan kata tersebut
- Menulis huruf v (va-vi-vu-ve-vo); z (za-zi-zu-ze-zo) ; w(wa-wi-wu-we-wo); x (xa-xi-xu-xe-xo)
- Mengeja kata
- Power Point “air dapat berubah bentuk”
- Menceritakan kembali , mengapa air dapat berubah bentuk
- Membaca kalimat sederhana
- Menulis huruf & menebalkan kata yang tepat untuk melengkapi kalimat
- Melingkari jawaban yang benar lalu mewarnai gambarnya
- Menghitung banyak benda
- Percobaan “sifat air” dan menceritakannya

II. Science

- Kegiatan yang memerlukan tenaga
- Menyebutkan macam-macam makanan
- Mewarnai gambar makanan dan minuman
- Makanan yang baik bagi dan tidak baik kita
- Perubahan air menjadi es
- Menyebutkan beberapa kegunaan air

III. Matematika

- Menulis angka “18, 19, 20”
- Menghitung jumlah gambar
- Pengurangan dan penumlahan bilangan
- Mengisi himpunan kosong

IV. Seni

- Mewarnai gambar makanan 4 sehat 5 sempurna
- Membuat kreasi makanan sehat
- Usap abur pola gelas
- Mencocok gambar gelas berisi air
- Finger painting gambar gelas

V. Olah raga

- Menirukan gerakan makan dan minum
- Menggantung dan bergelayut
- Melompat
- Melempar bola secara terarah

VI. English

- Vocabularies: food, noodle, milk, ice cream, cake, biscuits, bun, sandwich, chicken, jelly, breakfast, lunch, dinner
- Sentence: I like ice cream
  I don't like ice cream
  I like to eat noodle
- Song: I love the mountain

Materi belajar TKB

I. Bahasa Indonesia

- Melengkapi kata dan kalimat
- Membuat kalimat dari gambar
- Membaca buku cerita
- Mengikuti tulisan yang diucapkan guru
- Menyusun kata menjadi kalimat yang benar
- Menghubungkan gambar dengan kalimat

II. Matematika

- Menggambar nilai uang
- Menghitung dan menulis nilai uang
- Berhitung pengurangan dan penjumlahan
- Menyusun benda dari yang murah ke mahal
- Melingkari wadah yang dapat menampung benda yang lebih banyak
- Melengkapi angka 30 - 50
- Menghitung jumlah gelas yang berisi air
- Melingkari gambar yang dapat menampung air lebih banyak

III. Sains

- Memasangkan kata dengan bagian – bagian tanaman
- Memberi tanda ceklis tanaman yang dapat tumbuh
- Praktek menyiram tanaman dan mempresentasikan
- Menghubungkan makanan dengan asal tanamannya
- Mewarnai benda yang terbuat dari kayu
- Menggambar tanaman
- Praktek membuat sayur bayam

IV. Seni

- Finger painting
- Mengecap, Melukis
- Melipat dan menggunting gambar bunga
- Menggunting dan mengisi pola gambar bunga
- Mencocok, menggunting dan mewarnai gambar pohon
- Menjiplak daun lalu diberi warna
- Stempel gambar bunga mawar

V. Olahraga

- Menirukan gerakan senam
- Melompat
- Bermain ular naga
- Bermain tapak gunung

VI. Bahasa Inggris

- Vocabulary: Plants and parts of plant;
- Adjectives: small-big, heavy-light, tall-short, empty-full
- Sentence: the leaf is small, the basket is full
- Verbs: pluck, water, dig, put, grow, cover

PLAYGROUP FIELDTRIP: SCIENTIA PARK

Photo Galery

Lomba mewarnai : Tangerang EXPO 2019

Visit to Bonavita Botanical Garden: TKB students observed rabbits, turkeys, birds, fish , chickens

TKB Story Telling

TKA science experiment: Light

TKA Healthy food Craft

TKB Science Experiment: Water capilarity