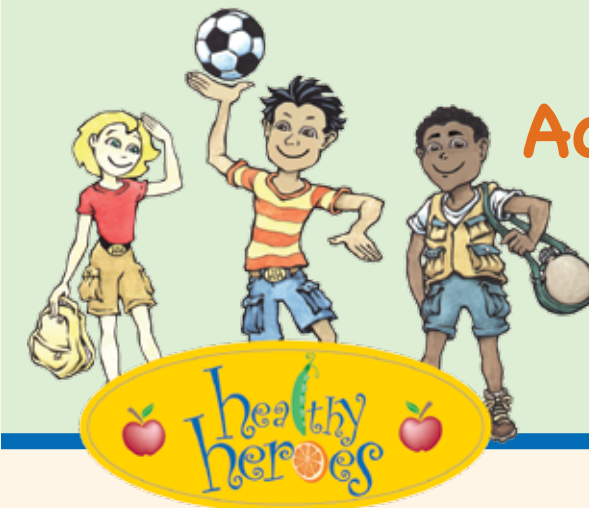


Actividades divertidas

para

EXPLORERS



¡A beber se ha dicho!

¡Es el verano y hace calor! Tu cuerpo necesita de agua para funcionar. Asegúrate de beber bastante agua cuando esté haciendo calor afuera. Cuando el clima está caliente, sudas más. Cuando estás jugando y corriendo, ¡tu cuerpo pierde más agua que nunca!

Ne esperes hasta tener sed para beber agua. Encuentra una botella de agua fría y llévala contigo. Bebe mucha agua. Y luego puedes volver a llenar la botella cuando esté vacía.



Un gran consejo de salud de héroes...

Trata a las personas de la forma en que

TÚ

deseas que te traten

¡Ten cuidado cuando vayas a nadar!

¡Salpicando, remando y sumergiéndose! Cuando hace calor afuera, el estar dentro una piscina fresca es fantástico. Pero hay que tener cuidado en el agua- el ahogarse es realmente un peligro. ¡Los peces pueden respirar bajo el agua, pero tú no!

Aquí hay algunos consejos para que debes de tener en cuenta cuando vayas a nadar a la piscina:

- Sigue todas las reglas de la piscina. Pídele a un adulto que te ayude a leerlas si es que tú no puedes.
- ¡No corras!
- Revisa la profundidad del agua antes de saltar o zambullirte.
- Asegúrate que haya un adulto que te esté cuidando. Nunca vayas a la piscina si no hay un adulto ahí.
- Nada con un compañero.
- Recuerda de no nadar en una piscina ajena, si está cercada. Mantente alejado y a salvo.
- No empujes o saltes en otros chicos dentro de la piscina.



- No comas o mastiques chicle mientras nadas. ¡Te puedes asfixiar!
- Don't eat or chew gum while you swim. You could choke!

El nadar es divertido y se siente bien. Así que, ten cuidado y se inteligente.

COMPLETA LA PALABRA sé un buen amigo

o a p i m i p n

Escribe la letra que le falta a las palabras a continuación usando las letras de la casilla de arriba

c_nfi_nza	út_l	_erdonar
ho_esto	co_part_r	equi_o

Completa la palabra Answer:
Confianza, Util, Perdonar,
Honesto, Compartir, equipo





¿Eres un intimidador...o un amigo?

¿Qué es la intimidación?

La intimidación es cuando otro chico te molesta o te insulta. El intimidador también puede empujarte o golpearte. También puede decir que no puedes jugar con ellos.

¿Qué puedo hacer si estoy siendo intimidado?

Si estás siendo intimidado, puedes sentirte temeroso. Es importante saber que no estás sólo. Si tú o un chico que tú conoces son intimidados, diles a tus padres o a un maestro de confianza.

No peles con un intimidador. Usa tus palabras y dile "détente" y aléjate de ahí.

Puedes evadir a un intimidador cambiando el lugar dónde juegas durante el recreo. Recuerda que- es probable que un intimidador no te moleste si estás acompañado de otras personas, como tus amigos o tus padres.

¡No seas un intimidador!

Es posible que no estés de acuerdo con alguien, y está bien. Trata de hacerlo con palabras. Pero no los insultes o los golpees porque estás enojado.



SENTIMIENTOS

Conecta la palabra

Dibuja una línea de la palabra al dibujo correspondiente.

calmado



feliz



triste



temeroso



enojado



Amigos Marcianos

Nos puedes ayudar a encontrar a nuestro nuevo amigo

Comienzo

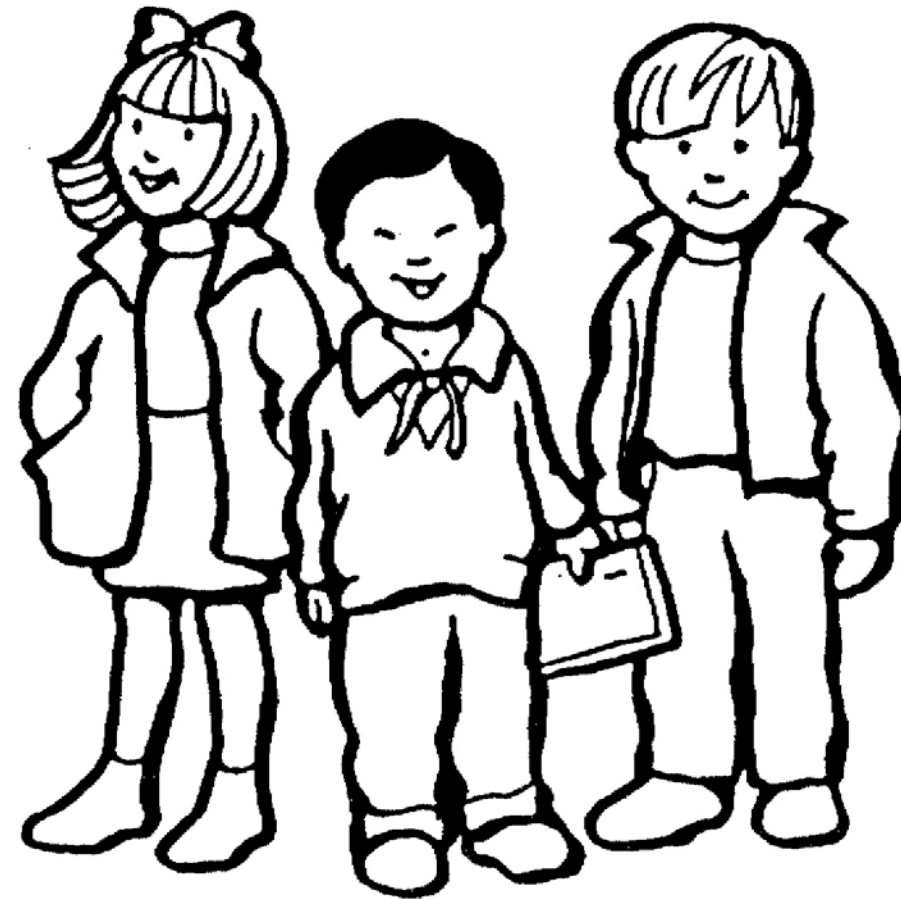


Salida

¡Vengo en son de paz!



Colorea a los amigos



¡El sol puede quemarte!

El sol es muy importante para ayudar a las plantas a crecer y nos mantiene calentitos. Pero si vas a jugar afuera en un día caluroso y soleado, necesitas protegerte. Los rayos solares te pueden quemar, y ¡eso duele!

¡Recuerda de ponerte bloqueador solar si vas a salir afuera al sol!

Si necesitas protección adicional, sigue estos consejos:

- o Ponte un sombrero
- o Ponte lentes oscuros
- o Juega en la sombra