

# BOLETÍN DE ABRIL

## ¡Consejo de Ranger!

### MANTÉNE ACTIVO PARA ¡MANTÉNE SALUDABLE!

La actividad física mantiene nuestros cuerpos fuertes y saludables. Obtener una hora o más cada día le ayudará a concentrarse, tener más energía y hacer que su corazón bombee.



1 hora o más de actividad física cada día

## ¡Sé tu mejor TÚ!

¿Puedes llenar los cuadrados con otras formas en que puedes mostrar amabilidad a los demás y a ti? Prueba un par de estos, ¿cómo te hizo sentir?

Dite un cumplido	Ofrece ayudarle a alguien	
		

### ¡MANTÉNE ACTIVO ALREDEDOR DE WNY!



¡En tus marcas! ¡Listos! ¡Fuera! Kids Run Buffalo regresa a Delaware Park el sábado 1 de junio. Regístrese para esta carrera familiar GRATUITA hoy: visita [kidsrunbuffalo.com](http://kidsrunbuffalo.com) para registrarte y obtener más información.



## Actividad

¿Puedes pensar en un ejercicio que comience con la primera letra de tu ¿nombre? ¡Muéstranos abajo! Ejemplo: Si tu nombre es Robert, una actividad podría ser **correr** o **carrera!**

**MI NOMBRE**

**MI EJERCICIO:**



AN INDEPENDENT HEALTH FOUNDATION PROGRAM

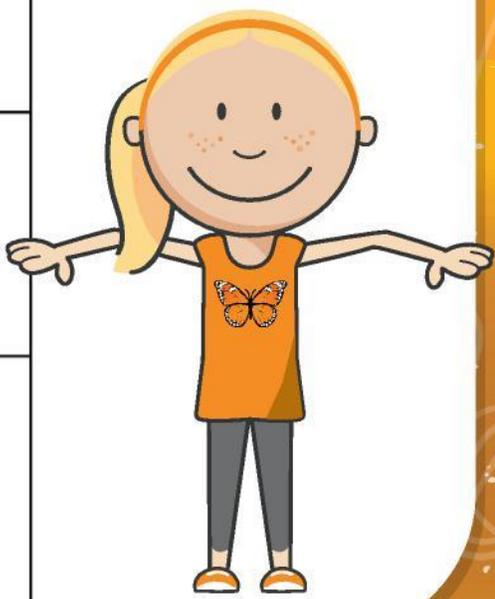


# Reto:

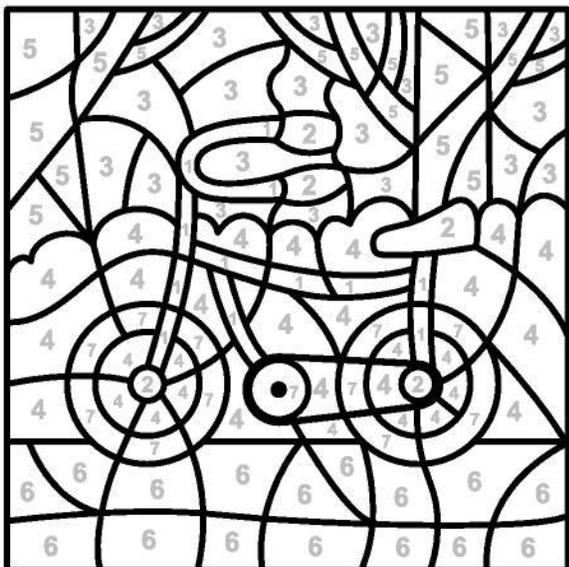
¿Puedes hacer los problemas matemáticos a continuación? ¡Haz el ejercicio el número de veces de la respuesta! ¿Cuál fue tu ejercicio animal favorito?



$4 \times 2 =$ ----- Saltos de conejo 	$10 \div 2 =$ ----- Saltos de estrella de mar 
$5 \times 3 =$ ----- Pasos de elefante 	$7 + 1 =$ ----- Caminatas de pato 
$9 - 6 =$ ----- Gateo de oso 	$6 \times 2 =$ ----- Círculos con los brazos 



## COLOR POR NÚMERO



- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7



REGÍSTRATE PARA OBTENER UN PROGRAMA DE FÚTBOL CERCA DE TI!

Visita

[www.buffalosoccerforsuccess.com](http://www.buffalosoccerforsuccess.com) para obtener una lista de fechas, sitios y para obtener más información.

Nombre

Grado

Maestra

