

**HISPANIC HERITAGE  
MONTH**

# **Teacher Culture Celebration Pack**



**¡VAMOS!**  
GoNoodle

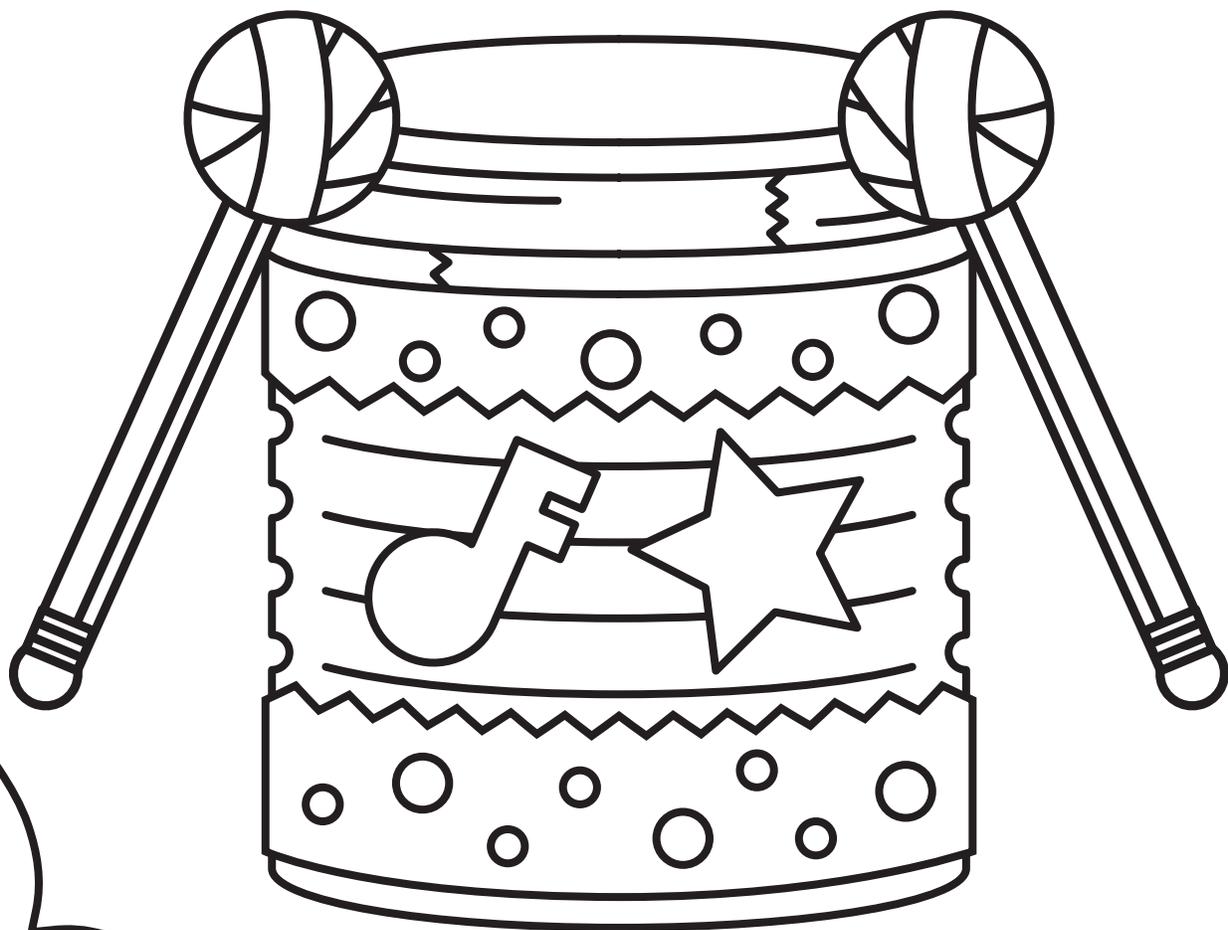
# HISPANIC HERITAGE MONTH

## Make Your Own Drum!

**Difficulty: Easy**

**¡Que siga la música!** Let the music play!

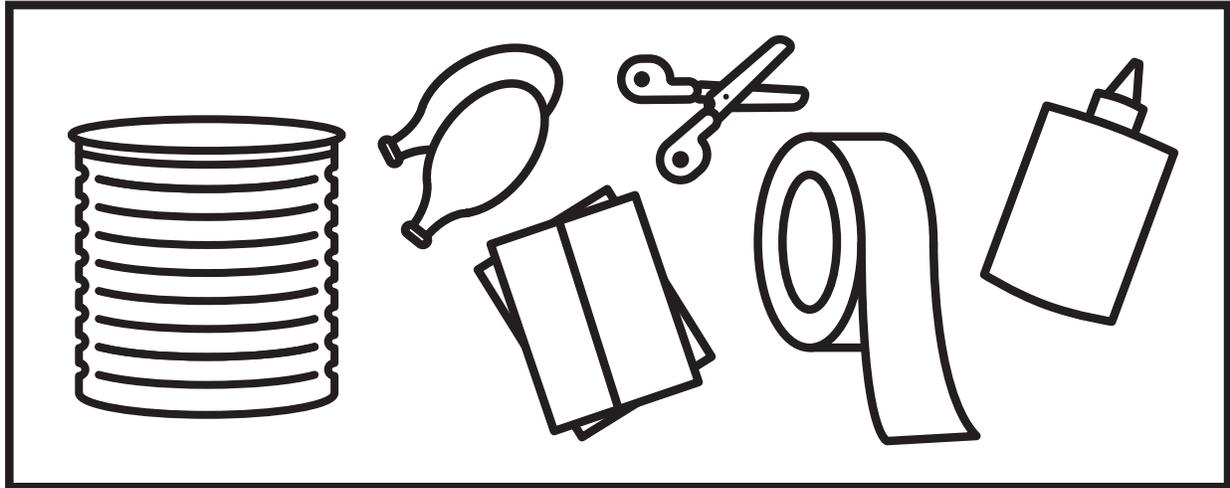
What better way to celebrate Hispanic Heritage Month than with a homemade instrument? Follow this step-by-step guide to make your very own musical masterpiece.



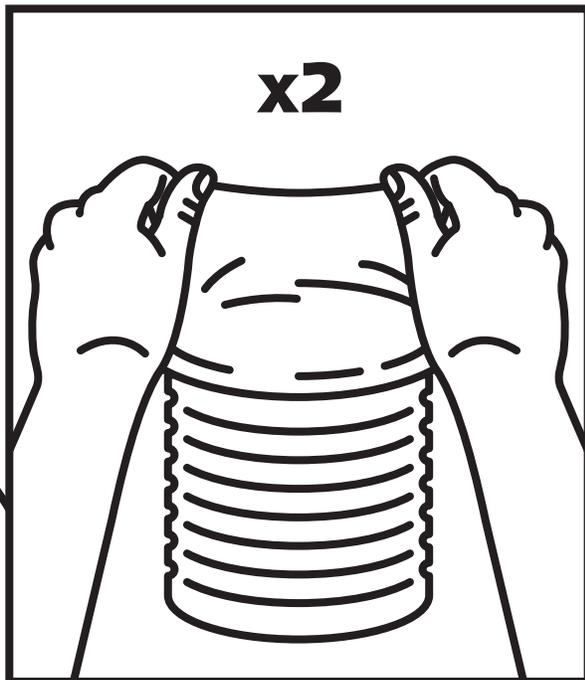
**GoNoodle®**

**Step 1:** Gather your materials! You will need:

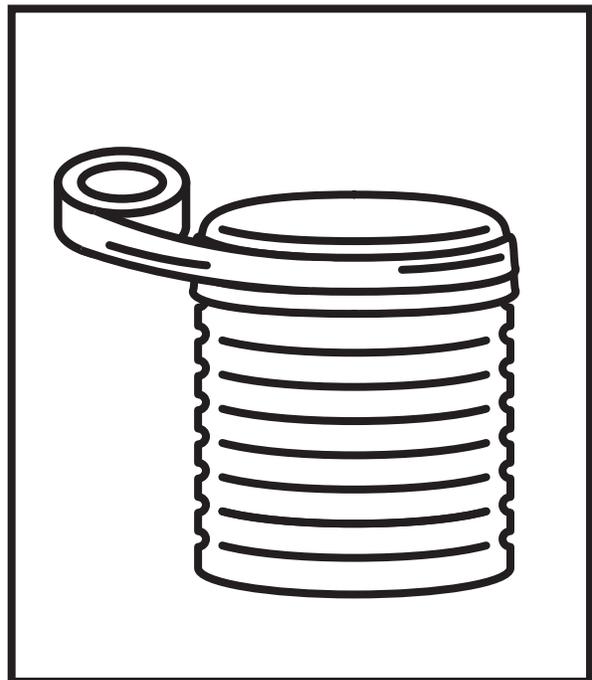
- 1 Empty Coffee Can
- 2 Balloons
- Scissors
- Masking Tape
- School Glue
- Tissue Paper
- 2 Pencils
- Your Favorite Decorating Supplies (craft paper, glitter glue, stickers, etc.)



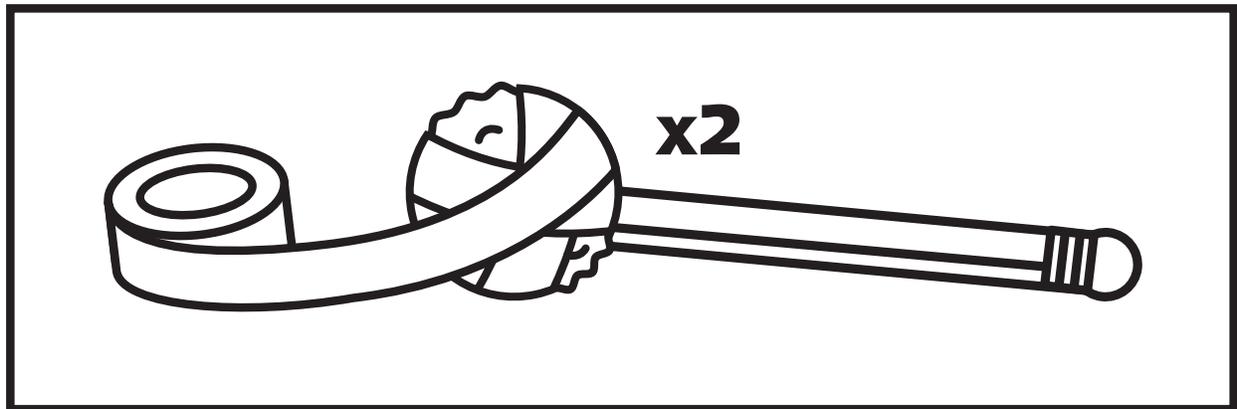
**Step 2:** Use your fingers to open up a balloon, then stretch it over the can. Repeat this process with a second balloon.



**Step 3:** Wrap masking tape around the edge of the can, securing the balloons in place.



**Step 4:** Make a pair of drumsticks! Crumple a piece of tissue paper on the end of a pencil, then wrap masking tape around the tissue ball. Repeat this process to make a second drumstick.



**Step 5:** Decorate the coffee can as you like and enjoy your new homemade drum!



**GoNoodle®**

# HISPANIC HERITAGE MONTH

## Make Your Own Maracas!

**Difficulty: Intermediate**

**¡Que siga la música!** Let the music play!

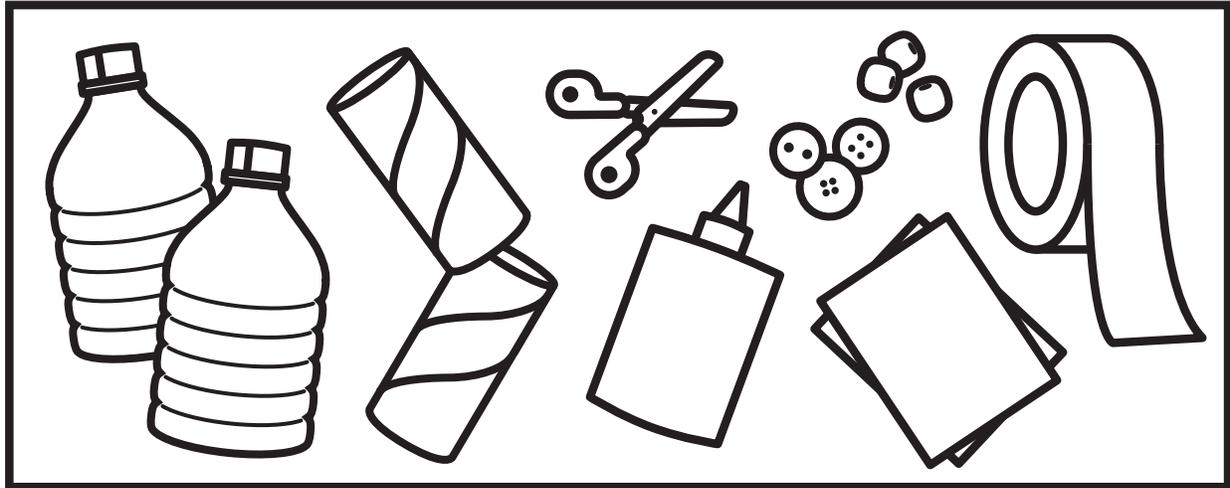
What better way to celebrate Hispanic Heritage Month than with a homemade instrument? Follow this step-by-step guide to make your very own musical masterpiece.



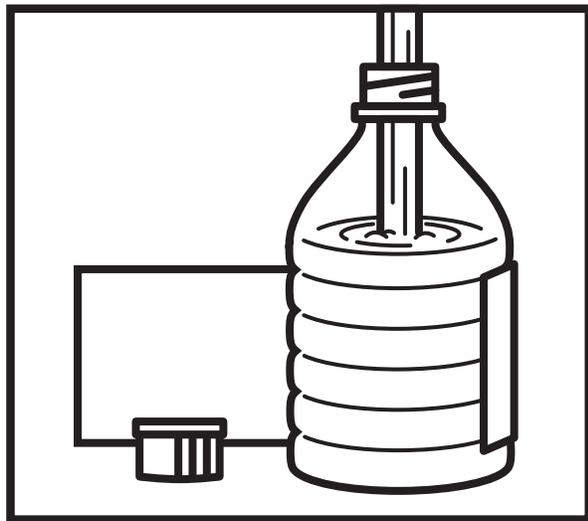
**GoNoodle®**

**Step 1:** Gather your materials! You will need:

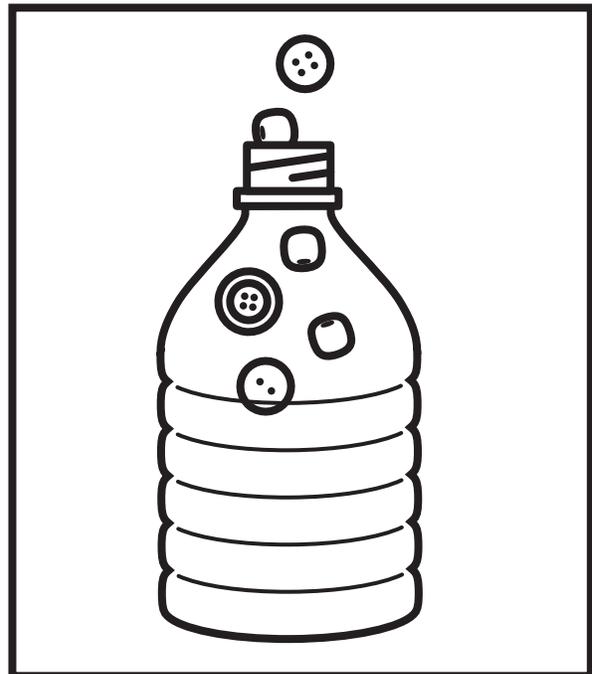
- 2 Small, Empty Water Bottles
- 2 Toilet Paper Tubes
- School Glue
- Masking Tape
- Buttons
- Beads
- Scissors
- Your Favorite Decorating Supplies (craft paper, glitter glue, stickers, etc.)



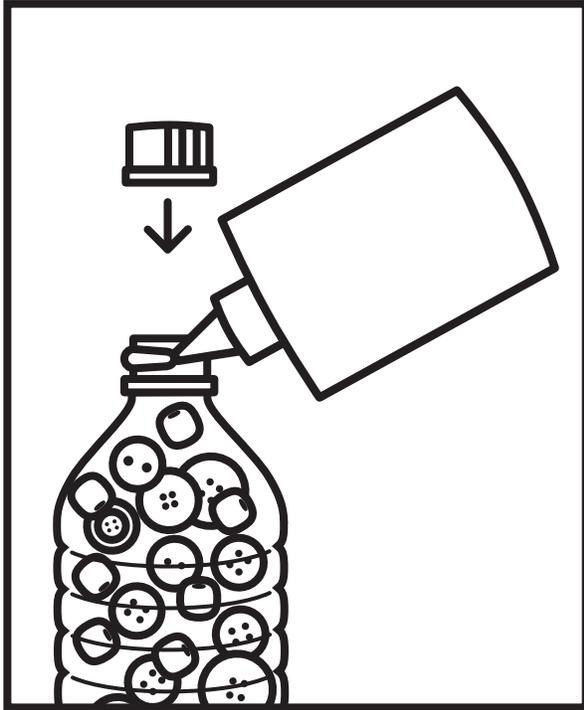
**Step 2:** Rinse out a plastic water bottle and remove the label.



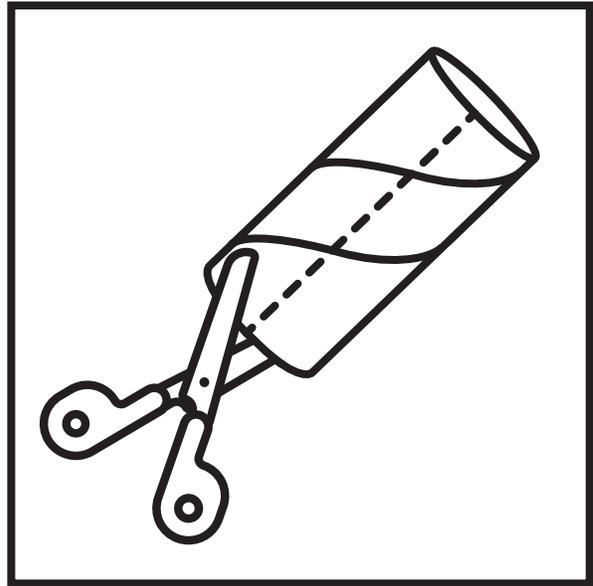
**Step 3:** Next, fill the bottle with small, colorful items such as buttons or beads.



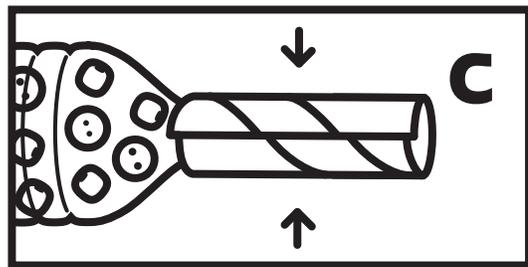
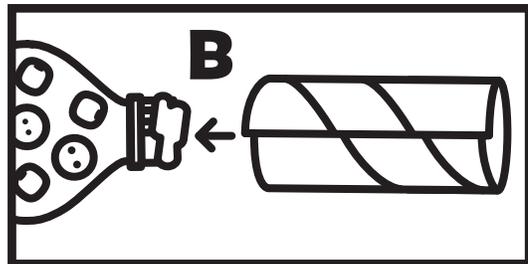
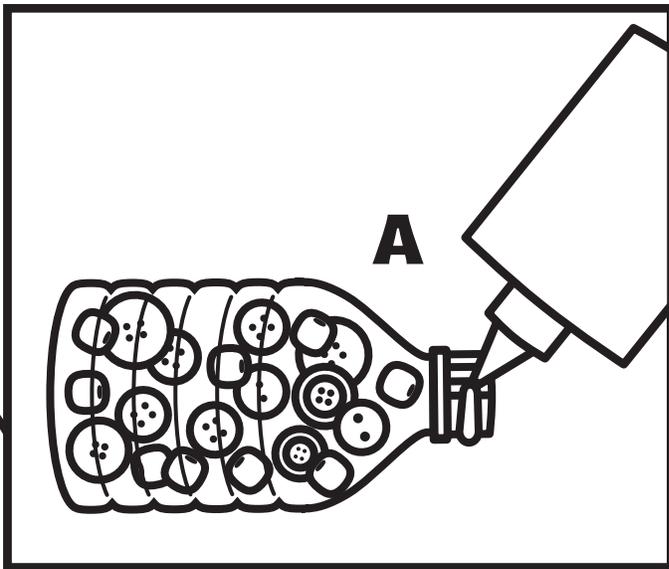
**Step 4:** Carefully glue around the bottle neck, then twist the cap back on.



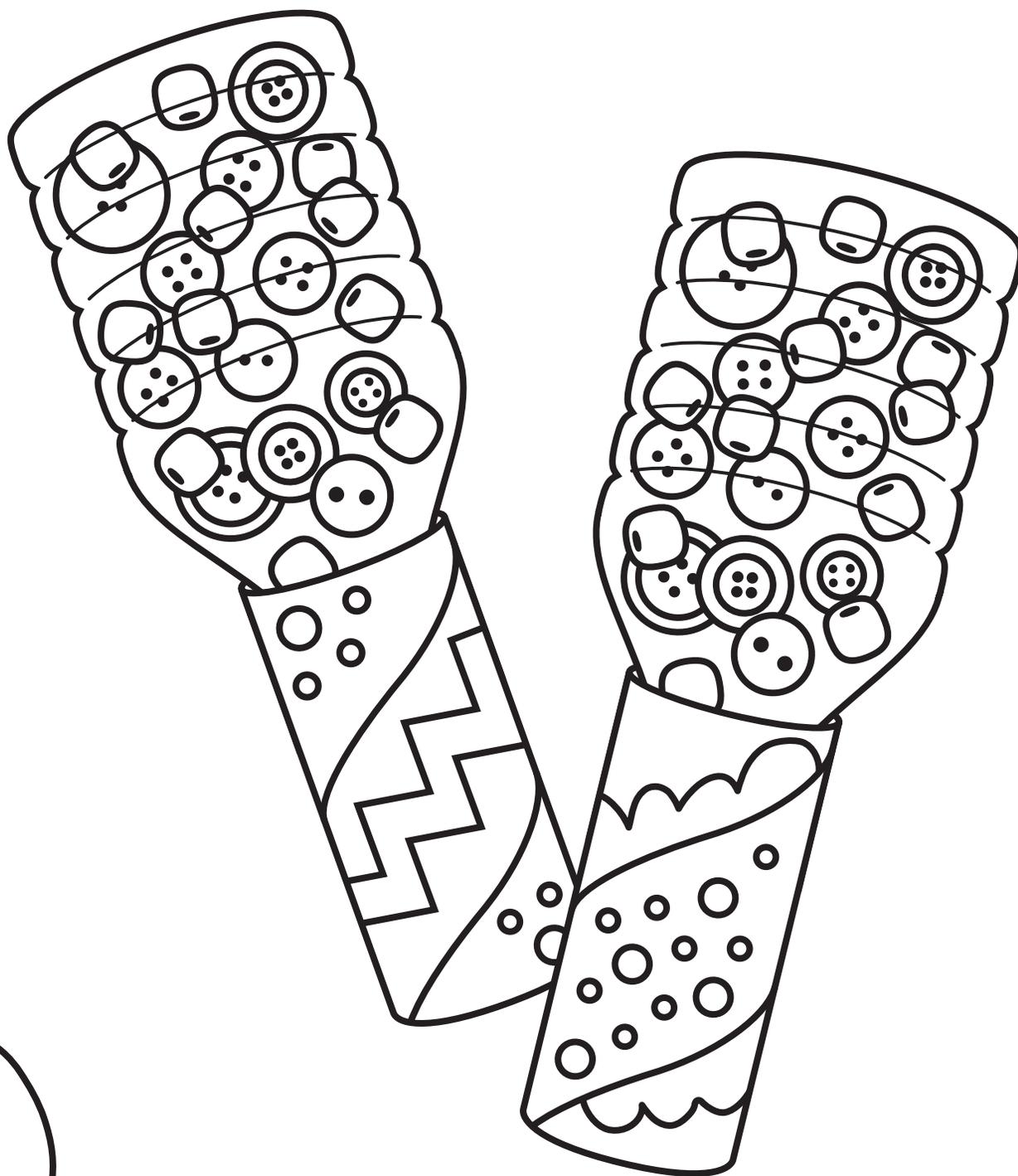
**Step 5:** Cut a toilet paper roll lengthwise from top to bottom.



**Step 6:** Glue around the bottle cap, then place the toilet paper roll over it. Squeeze the roll to tighten it, then tape the seam together.



**Step 7:** Decorate the toilet paper roll as you like and enjoy your new homemade maracas! Repeat steps 1-6 to make a pair.



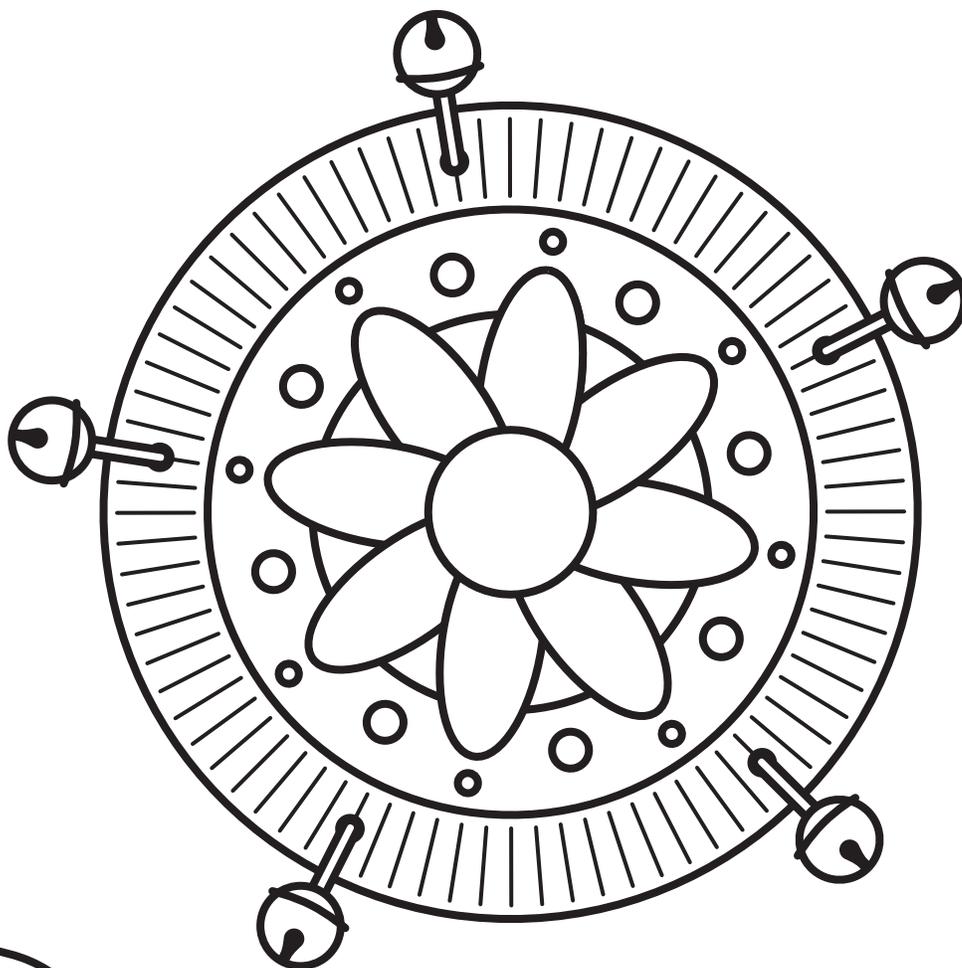
# HISPANIC HERITAGE MONTH

## Make Your Own Pandeiro!

**Difficulty: Advanced**

**¡Que siga la música!** Let the music play!

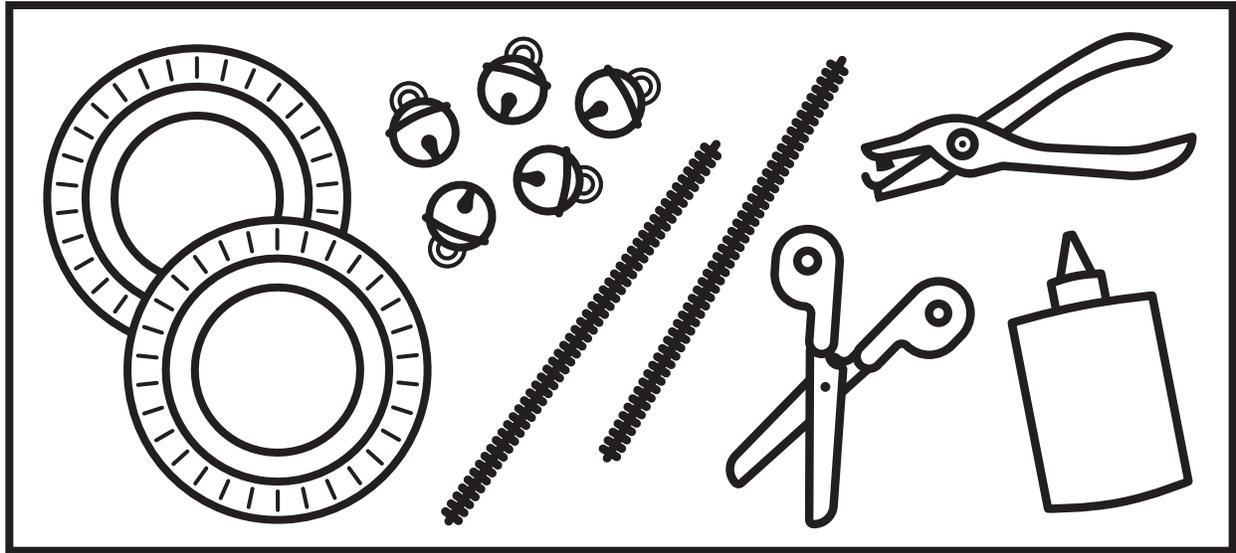
What better way to celebrate Hispanic Heritage Month than with a homemade instrument? Follow this step-by-step guide to make your very own musical masterpiece.



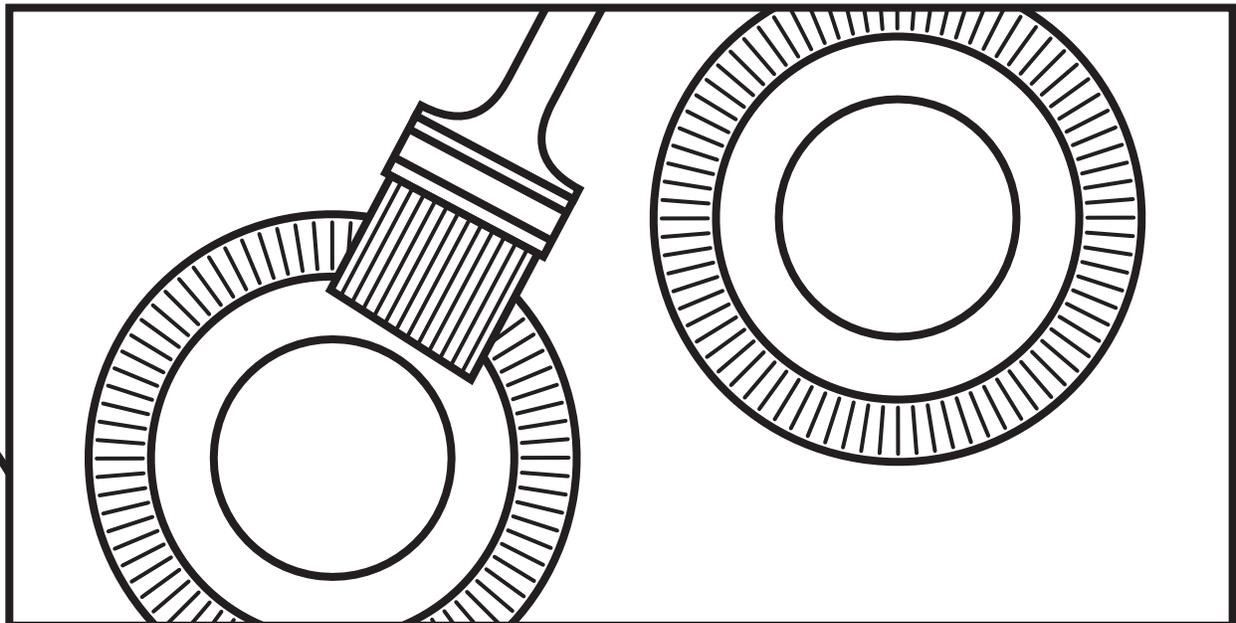
**GoNoodle**

**Step 1:** Gather your materials! You will need:

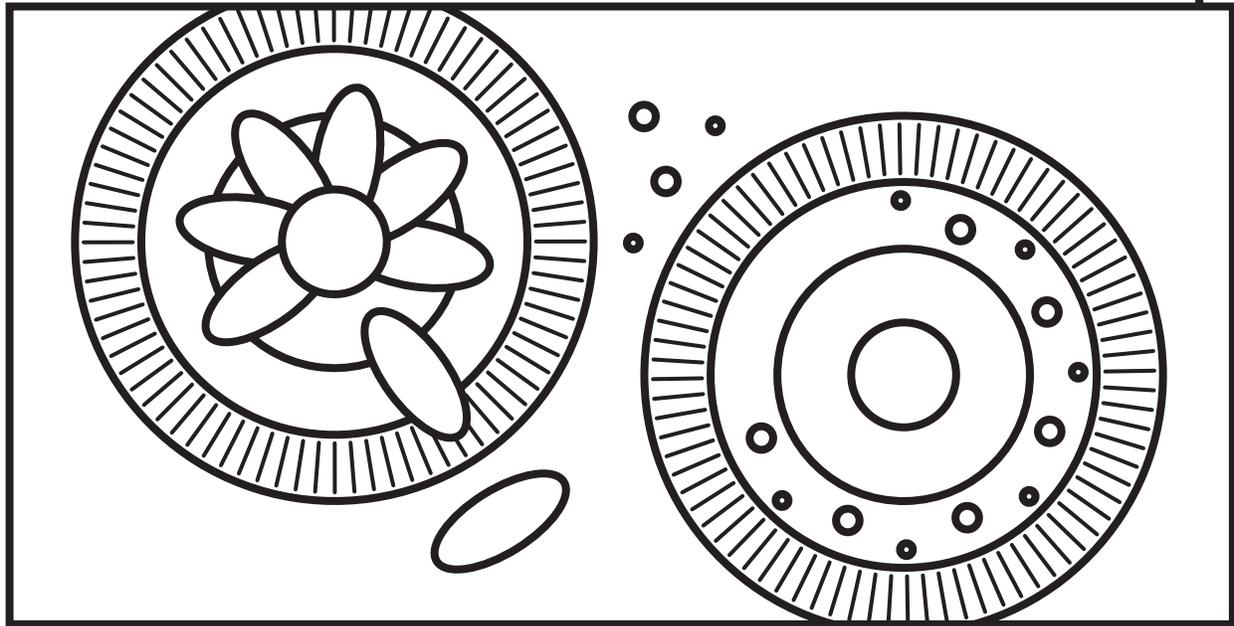
- 2 Paper Plates
- 5 Jingle Bells (found at any craft store)
- Single Hole Puncher
- Scissors
- Pipe Cleaners (any color)
- School Glue
- Your Favorite Decorating Supplies (craft paper, glitter glue, stickers, etc.)



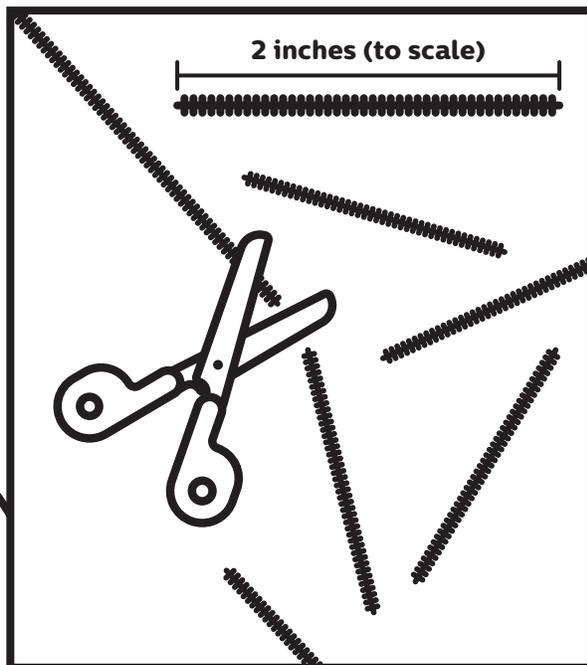
**Step 2:** Paint the bottom of each paper plate as you like.



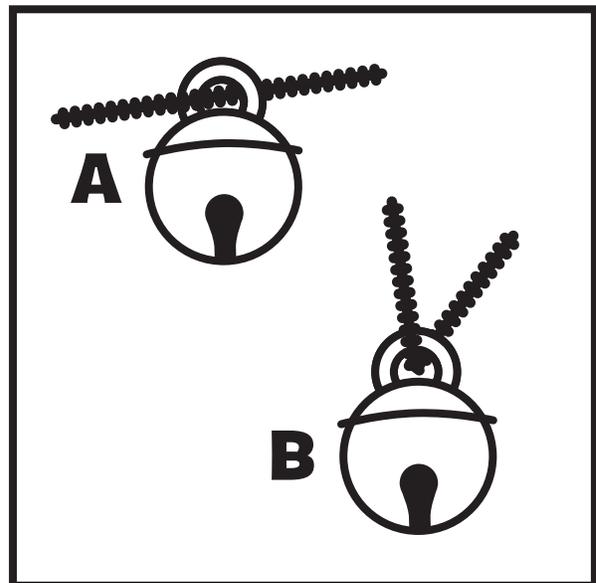
**Step 3:** Continue decorating the bottoms of each paper plate. You can add stickers, construction paper cut-outs, glitter glue, whatever you wish!



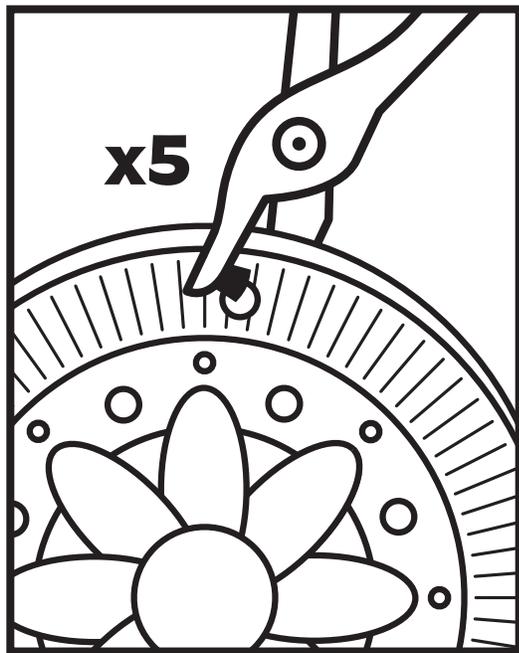
**Step 4:** Cut the pipe cleaners into five 2-inch long pieces.



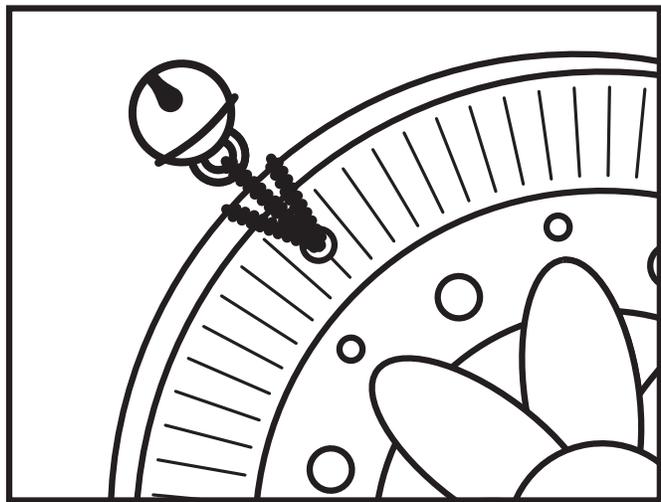
**Step 5:** Next, string one 2-inch piece of pipe cleaner through each of the five jingle bells. Bend the ends of the pipe cleaner together as shown.



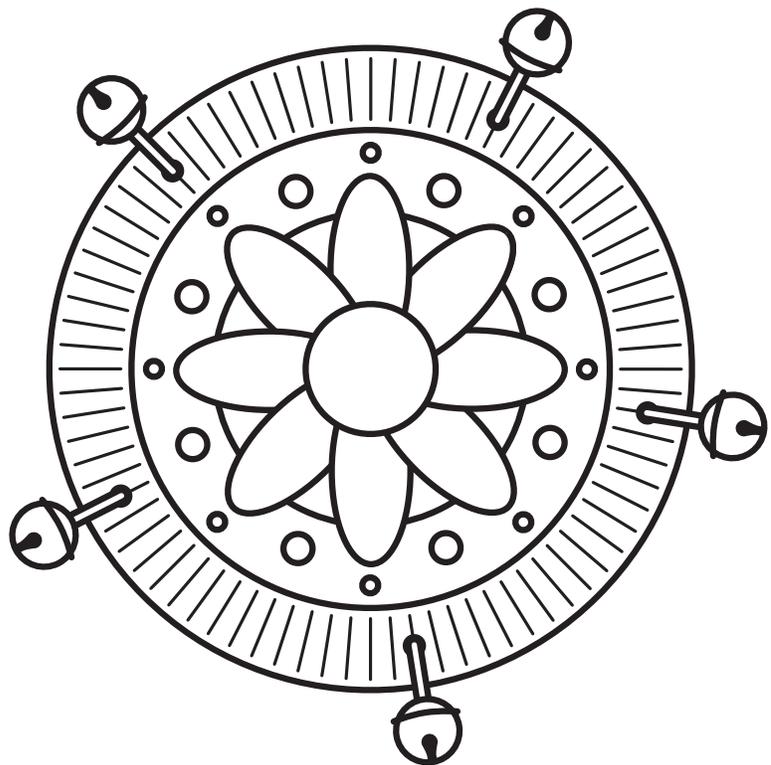
**Step 6:** Glue the two plates together, decorated sides facing outward. Once the glue is dry, punch five holes around the edge of both plates.

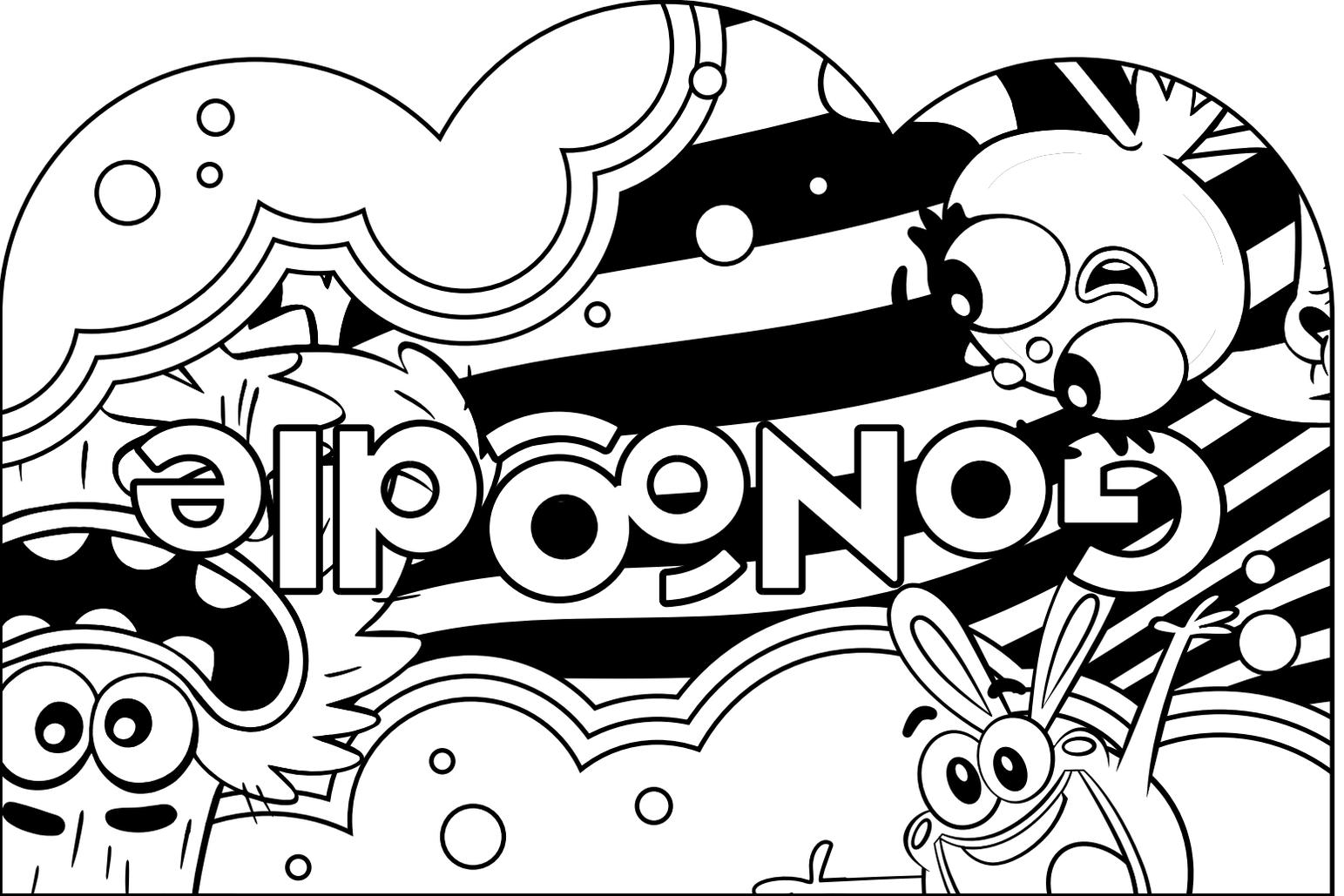


**Step 7:** Attach each jingle bell by twisting the pipe cleaner around the holes on the pandeiro.

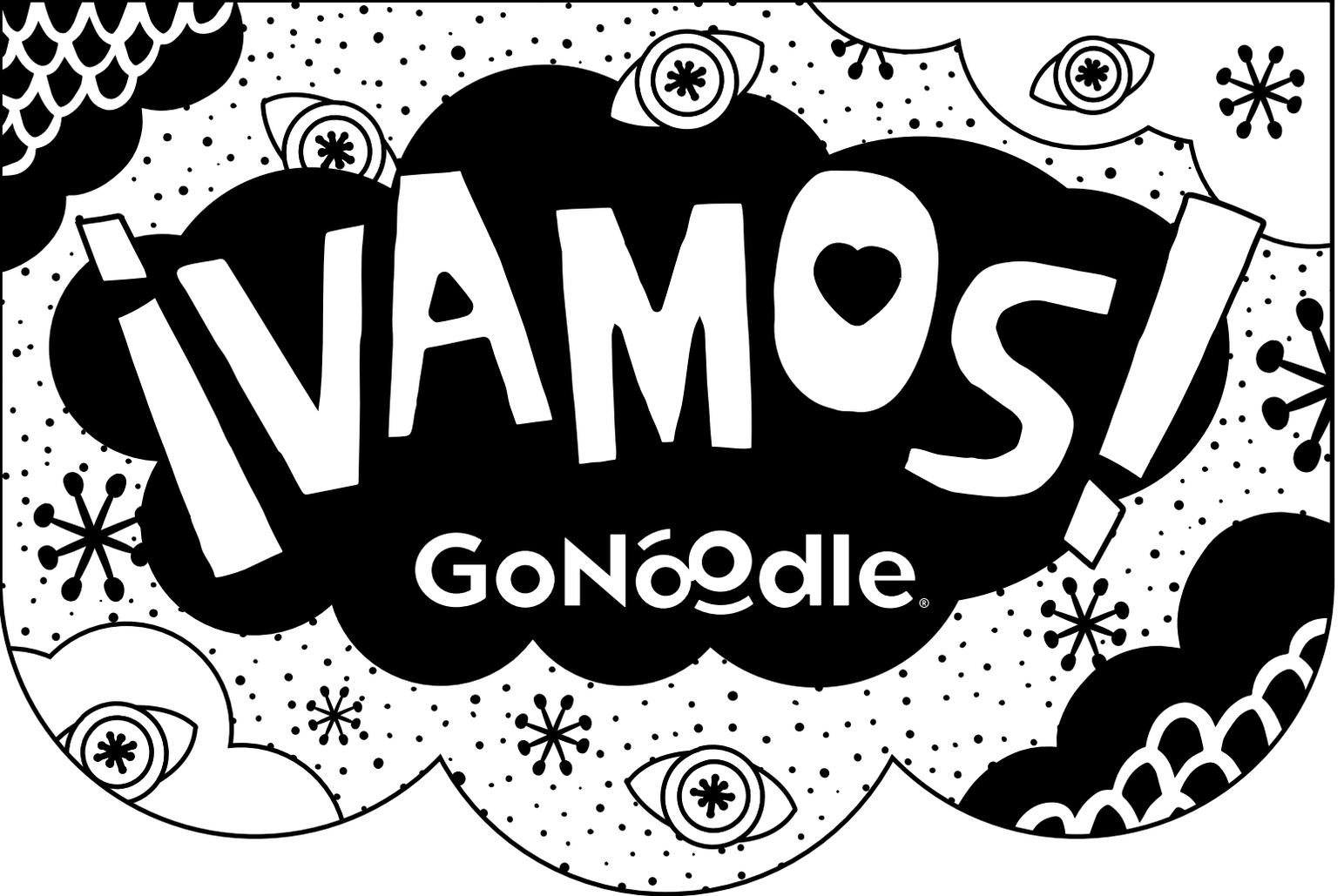


**Step 8:** Enjoy your beautiful new homemade pandeiro!





¡¡¡¡¡



¡¡¡¡¡

GoNoodle®

# Sing-A-Long To: **CELEBRAR**

“¡Uh! Tengo el presentimiento / de que va a ser un día especial y hay que CELEBRAR.”

Es momento / de celebrar, de celebrar.

Celebrar

Es momento

Ho-Ey

De celebrar

Vamos

De celebrar

Tienen que empezar...yeeeeeee

Así, es genial, no hay que esperar - a celebrar

Zarandear, ponerse a vibrar

Hay que festejar, y el tiempo aprovechar

Menea el cuerpo para celebrar

Animar, congregar, culminar, demostrar

Para que nadie deje de bailar

Pero hay algo más que extrapolar

Por eso quiero-que-todo-el-mundo se ponga a cantar

¿Qué estamos celebrando?

¡Lo tienen que gritar!

¿Qué estamos celebrando?

Es momento / de celebrar, de celebrar.

Celebrar

Es momento

Ey

De celebrar

Celebrar

Yeeeeeee

Sin premeditar ni procrastinar  
REAC  
Celebrar  
Hay que disfrutar, ven a celebrar  
Muévete  
Zarandear, ponerse a vibrar  
Romper la pasarela para desfilas  
Navegar, infiltrar, propagar, reservar.  
¡Sincopar, tabular, tolerar, celebrar!  
Educar, elevar, instigar, motivar  
Hay que empezar a festejar,  
y quiero preguntar:  
¿Qué estamos celebrando?  
¡Lo tienen que gritar!  
¿Qué estamos celebrando?  
¡Vamos todos!, ¡Vamos todos!, ¡Vamos todos!  
A celebrar  
¡Vamos todos!, Coro: Muévelo  
¡Vamos todos!, Coro: Celebrar  
¡Vamos todos!  
Coro: ¡Celebrar!, ¡Vamos!, ¡Así!  
“Improvisando: (REACS) Vengan a celebrar  
con Blazer Fresh. Levántense y bailen con  
nosotros. A celebrar. - EY A celebrar - Okey  
¡A celebrar!, ¡A celebrar!, ¡A celebrar!  
¿Qué estamos celebrando?  
¡Lo tienen que gritar!  
¿Qué estamos celebrando?  
¿Qué estamos celebrando?  
¡Lo tienen que gritar!  
¿Qué estamos celebrando?  
¡Uh!  
Hay mucho que celebrar. Sí  
¡Y ya no puedo parar!  
¡A celebrar!

# Sing-A-Long To: **FREEZE!**

Chicos y chicas  
Estan listos para FREEZE  
VAMOS!  
Con Enmoción!

Que nadie se quede sentado  
Everybody stand up  
Moviéndose de lado a lado  
We're having a party right now

Que empiece la fiesta  
Everybody, move your feet  
Come and dance with me  
DJ, drop that beat

Freeze!  
Brincando a la derecha  
Brincando a la izquierda  
Freeze!  
Date la vuelta, sube las manos y canta con fuerza

Ohhhh,  
Un pasito adelante y atrás  
Leoleeeeola  
Aunque no sepas bailar  
Ohhhh  
Síguenos te vamos a enseñar  
Leoleeeeola  
Juntos vamos a gozar.

Siente este ritmo, mueve los pies y ven a bailar (yeah!)  
Disfruta la fiesta  
Rie, canta, sin parar...  
(ehhhhh)  
We're not stopping  
(nooo)  
We don't want to  
(go)  
DJ we want more, more, more

Freeze!  
Baila como un robot  
Freeze!  
Deslízate a un lado  
Freeze  
Date la vuelta, sube las manos y canta con fuerza

Ohhhh,  
Un pasito adelante y atrás  
Leoleeeeola  
Aunque no sepas bailar  
Ohhhh  
Síguenos te vamos a enseñar  
Leoleeeeola  
Juntos vamos a gozar.  
DANCE!

Muy bien, lo estan haciendo increíble  
Lo hacemos una vez más  
Un aplauso para emoción  
Esoooo!  
Put your hands together  
And lets get cold as Ice!  
And Now

Freeze!  
Cruza tus pies  
Freeze  
Y gira una vez  
Slow Motion  
Date la vuelta, sube las manos y canta con fuerza

Ohhhh,  
Un pasito adelante y atrás  
Leoleeeeola  
Ahora que sabes bailar  
Ohhhh  
Si nos siguen van a disfrutar  
Leoleeeeola  
Juntos vamos a gozar.

# Sing-A-Long To: **GUACAMOLE**

¡Guacamole! / Somos The Best Tees

Déjame decirte de mi comida favorita de hoy. Escucha

Guacamole, es lo que adoro comer  
Guacamole, y a todo le pondré  
Guacamole, no me lo van a quitar  
Durante todo el año comeré, ¡Guacamole!

Treinta días en septiembre  
En abril, junio y noviembre  
Para el resto, treinta y uno  
Febrero, 28 ¡como ninguno!

(Ajá)

Treinta días en septiembre  
En abril, junio y noviembre  
Para el resto, treinta y uno  
Febrero, 28 ¡como ninguno!

(Ajá)

Guacamole, es / el dip universal  
Pepino, zanahoria o tortilla chips  
Guacamole, lento no lo puedes comer

(ah-ah)

Incluso como guacamole ¡con ravioles!  
Guacamole, es lo que adoro comer  
Guacamole, y a todo le pondré  
Guacamole, no me lo van a quitar  
Durante todo el año comeré, ¡Guacamole!

Treinta días en septiembre  
En abril, junio y noviembre  
Para el resto, treinta y uno  
Febrero, 28 ¡como ninguno!

(Ajá)

Treinta días en septiembre  
En abril, junio y noviembre  
Para el resto, treinta y uno  
Febrero, 28 ¡como ninguno!

(Ajá)

Si es año bisiesto lloro de felicidad  
¡Guacamole!

Porque otro día entero acaba de llegar  
Es que febrero tiene un día 29, baby  
Yum-yum, es la fiesta Guacamole, baby  
Guacamole, es lo que adoro comer  
Guacamole, y a todo le pondré  
Guacamole, no me lo van a quitar  
Durante todo el año comeré, ¡Guacamole!

Treinta días en septiembre  
En abril, junio y noviembre  
Para el resto, treinta y uno  
Febrero, 28 ¡como ninguno!

(Ajá)

Treinta días en septiembre  
En abril, junio y noviembre  
Para el resto, treinta y uno  
Febrero, 28 ¡como ninguno!

(Ajá)

¡Es todo!  
Es mi momento preferido.  
La hora del Guacamole  
Bye, chicos. ¡Adiós!

# Sing-A-Long To: **AMO EL FÚTBOL**

He runs down the field...  
Va por el centro...  
He dribbles the ball...  
He shoots -- GOOOOALLLLL!

Rufus! Not in the house! Ya te he dicho que  
no juegues fútbol en la casa.

¡Lo siento, mamá!

I play soccer  
Everything is soccer  
I live for soccer  
Let's play soccer?  
I got 44 soccer balls in my locker.

I play soccer all day long  
I'd rather play soccer than  
sing this soccer song  
sing this soccer song

I love soccer. Soccer soccer. soccer  
socco socco socco  
soccer. soccer  
soccer. soccer  
soccer

Yo juego fútbol  
A mi me gusta mucho, mucho el fútbol  
¿Quieres jugar?  
¡Te voy a ganar!

El fútbol me da mucha emoción  
Prefiero jugar fútbol que cantar esta canción  
Esta canción  
Esta canción

Fútbol. Fútbol. Fútbol. Fútbol.  
Futo futo futo futo futo futo  
Fútbol. Fútbol. Fútbol. Fútbol.  
Fútbol. Fútbol.

Soccer

Fútbol.

Soccer

El Fútbol.

Soccer

Fútbol.

Soccer

Fútbol.

Socco socco socco...

Futo futo futo futo...

I like fútbol

Me gusta el Soccer

I live for fútbol

Vivo por el soccer

I love soccer

Yo amo el fútbol

You love soccer

Tu amas el fútbol

Everybody loves soccer!

¡Todos aman el fútbol!

# Sing-A-Long To: **ALCE FABIO LOS CALCETINES PERDIÓ**

A ding dong, dong, dong, dong A ding dong,  
dong, dong, dong A ding dong, dong, dong,  
dong A ding dong

Alce Fabio, los calcetines perdió

A ding dong

Yo vi bien cuando se los quitó

A ding dong

Sobre la cerca él los arrojó

A ding dong

Y el vecino desapareció.

A ding dong, dong, dong, dong A ding dong,  
dong, dong,

dong A ding dong, dong, dong, dong A ding  
dong

Alce Fabio, los calcetines perdió

A ding dong

Yo vi bien cuando se los quitó

A ding dong

A un lago él los fue a arrojar

A ding dong

Y a los peces hizo vomitar

A ding dong, dong, dong, dong A ding dong,  
dong, dong, dong A ding dong, dong, dong,  
dong A ding dong

Alce Fabio, los calcetines perdió

A ding dong

Yo vi bien cuando se los quitó  
A ding dong  
En mi cama los quiso guardar  
A ding dong  
Al establo tuve que escapar  
A ding dong, dong, dong, dong A ding dong,  
dong, dong, dong A ding dong, dong, dong,  
dong A ding dong  
Alce Fabio, los calcetines perdió  
A ding dong  
Yo vi bien cuando se los quitó  
A ding dong  
Hacia el cielo se los vi arrojar  
A ding dong  
Y ahora Superman se niega a volar  
A ding dong, dong, dong, dong A ding dong,  
dong, dong, dong A ding dong, dong, dong,  
dong A ding dong  
Alce Fabio, los calcetines perdió  
A ding dong  
Yo vi bien cuando se los quitó  
A ding dong  
Los lanzó hasta el espacio exterior  
A ding dong  
Y a la raza humana casi aniquiló  
A ding dong, dong, dong, dong A ding dong,  
dong, dong, dong A ding dong, dong, dong,  
dong A ding doooooong  
Fabio/ todos cooperamos/ ¡y te compramos  
calcetines nuevos!  
¡Oh, Grazie! Son mis colores favoritos  
(RISA) Ah, Fabio es tan gracioso.  
(Lindsey de fondo: Deberías usarlos)  
A ding dong, dong, dong

# Sing-A-Long To: **GUISO MORADO**

(lento) Estamos haciendo un guisado morado

Wip wip wip wip

Estamos haciendo un guisado morado

Shubi dubi du

Con papas moradas

Y tomates morados

Ahora / te toca / a ti - Fabio

¿Qué le vas a poner a nuestro guisado morado?

¡Albóndigas moradas! (REAC)

(lento) Estamos haciendo un guisado morado

Wip wip wip wip

Estamos haciendo un guisado morado

Shubi dubi du

Con papas moradas

Y tomates morados

Ahora / te toca / a ti - Bridgette

¿Qué le vas a poner a nuestro guisado morado?

¡Brillantina morada! (REAC)

Oh, es mágico

(lento) Estamos haciendo un guisado morado

Wip wip wip wip

Estamos haciendo un guisado morado

Shubi dubi du

Con papas morada

Y tomates morados

Ahora / te toca / a ti - Best Boy

¿Qué le vas a poner a nuestro guisado morado?

¡Lagartijas moradas! (REAC)

¡Deliciosas!

Eeww

(lento) Estamos haciendo un guisado morado

Wip wip wip wip

Estamos haciendo un guisado morado

Shubi dubi du

Con papas moradas

Y tomates morados

Ahora / te toca / a ti - gorila

¿Qué le vas a poner a nuestro guisado morado?

Bananas moradas (REACS) bananas moradas.

Deliciosas...(REACS)

¡Qué sabroso!

(lento) Estamos haciendo un guisado morado

Wip wip wip wip

Estamos haciendo un guisado morado

Shubi dubi du

Con papas moradas

Y tomates morados

Ahora / te toca / a ti

¿Qué le vas a poner a nuestro guisado morado? (Lindsey de fondo: Excelente)

¡Suenan deliciosos!

(lento) Estamos haciendo un guisado morado

Wip wip wip wip

Estamos haciendo un guisado morado

Shubi dubi du

Con papas moradas

Y tomates morados

Ahora / nos toca / comer!

¿Alguien quiere pimienta fresca? Me encanta la pimienta fresca (REACS), pero ¡no tanto como las albóndigas! Las albóndigas son mis favoritas...

# Sing-A-Long To: QUE DIJISTE

¿Cómo hace tu cocodrilo loco?

¿Qué dijiste?

Que, ¿Cómo hace tu cocodrilo loco?

¿Qué dijiste?

Hace así

Oo, ah ah ah

Oo, ah, ah ,ah,

Oo, ah, ah, ah

Oo

Otra vez!

Oo, ah ah ah

Oo, ah, ah ,ah,

Oo, ah, ah, ah

Oo

Alto! !

¿Cómo hace tu pollito loco?

¿Qué dijiste?

Que, ¿Cómo hace tu pollito loco?

¿Qué dijiste?

Hace así

Pío, Pío ,Pío, Pío

Pío, Pío, Pío, Pío,

Pío, Pío, Pío

Otra Vez!

Pío, Pío ,Pío, Pío

Pío, Pío, Pío, Pío,

Pío, Pío, Pío

COCODRILO

Oo, ah ah ah

Oo, ah, ah ,ah,

Oo, ah, ah, ah

Oo

ALTO (Ahl-to) !

¿Cómo hace tu monito loco?

¿Qué dijiste?

Que, ¿Cómo hace tu monito loco?

¿Qué dijiste?

Hace así

i, i, i, i

i, i, i, i

i, i, i, i

i

Otra vez!

i, i, i, i

i, i, i, i

i, i, i, i

i

POLLITO

Pío, Pío ,Pío, Pío

Pío, Pío, Pío, Pío,

Pío, Pío, Pío

COCODRILO

Oo, ah ah ah

Oo, ah, ah ,ah,

Oo, ah, ah, ah

Oo

Alto!

¿Cómo hace tu gatito loco?

¿Qué dijiste?

Que, ¿Cómo hace tu gatito loco?

¿Qué dijiste?

Hace así

Miau, Miau, Miau, Miau,  
Miau, Miau, Miau, Miau,  
Miau, Miau, Miau, Miau,  
Miau

Otra vez!

Miau, Miau, Miau, Miau,  
Miau, Miau, Miau, Miau,  
Miau, Miau, Miau, Miau,  
Miau

MONITO

i, i, i, i  
i, i, i, i  
i, i, i, i  
i

POLLITO

Pío, Pío ,Pío, Pío  
Pío, Pío, Pío, Pío,  
Pío, Pío, Pío

COCODRILO

Oo, ah ah ah  
Oo, ah, ah ,ah,  
Oo, ah, ah, ah  
Oo

Alto!

¿Cómo hace tu pingüino loco?

¿Qué dijiste?

Que, ¿Cómo hace tu pingüino loco?

¿Qué dijiste?

Hace así

waa, waa, waa, waa  
waa, waa, waa, waa  
waa, waa, waa, waa  
waaa

Otra vez!

waa, waa, waa, waa  
waa, waa, waa, waa  
waa, waa, waa, waa  
waaa

GATITO

Miau, Miau, Miau, Miau,  
Miau, Miau, Miau, Miau,  
Miau, Miau, Miau, Miau,  
Miau

MONITO

i, i, i, i  
i, i, i, i  
i, i, i, i  
i

POLLITO

Pío, Pío ,Pío, Pío  
Pío, Pío, Pío, Pío,  
Pío, Pío, Pío

COCODRILO

Oo, ah ah ah  
Oo, ah, ah ,ah,  
Oo, ah, ah, ah  
Oo

Alto!

¿Cómo hace tu alce Loco ?

¿Qué dijiste?

Que, ¿Cómo hace tu alce Loco?

¿Qué dijiste?

Hace así

Fancy Foot work Huh?

ALCE LOCO, LOCO LOCO

Go FABIO

It's a worm Fabio  
woooo

It's a so fast

Fabio Eres un Alce loco

AH Gracias!

This a crazy moose is done!

# Sing-A-Long To: **WE ARE ONE**

Con ustedes  
Enmoción

Si te gusta la playa,  
Si te gusta el mar  
Si te gusta la música y quieres cantar  
Si te gustan las rimas,  
Si tú quieres rapear  
Si sientes el ritmo, mueve tu cuerpo y ponte a bailar.

Si te gusta sumar  
O te gusta pintar  
Lo importante es disfrutar!

Hey! Todos unidos  
Todos somos amigos  
Los queremos invitar  
Un paso adelante y uno atrás  
Vamos todos a gritar

We are one!  
Somos uno!  
Somos uno!  
Somos uno!

We are one!  
Somos uno!  
Somos uno!  
Somos uno!

Me gusta surfear y el ambiente cuidar  
Me gustan los libros y también el rap  
Me gusta el fútbol me gusta el breakdance  
Y Melodías inventar

Yo sueño con el planeta salvar  
Con mis palabras el mundo cambiar  
Con mi equipo la copa ganar  
Y con mi voz corazones tocar

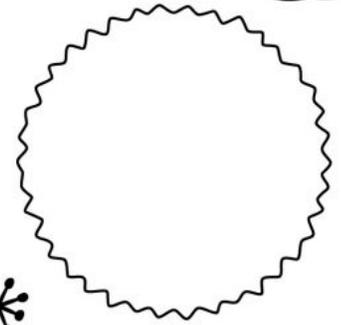
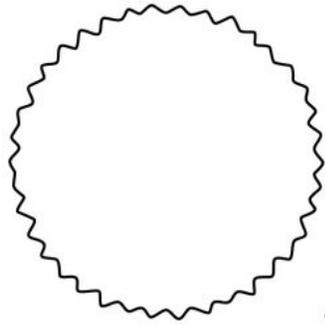
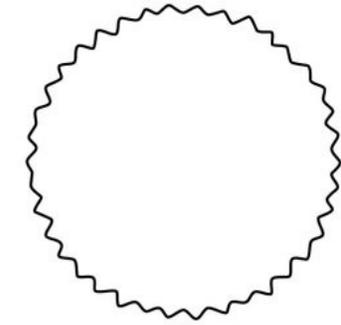
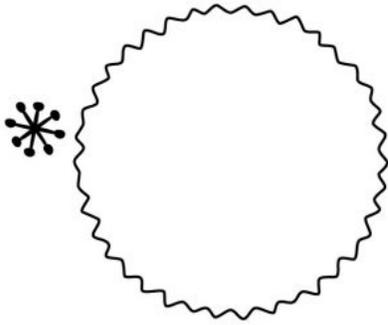
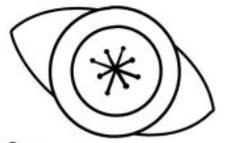
No importa lo que a ti te guste  
Con nosotros tú puedes contar  
No importa cual sea tu sueño  
Con esfuerzo lo vas a lograr

Hey! Todos unidos  
Todos somos amigos  
Los queremos invitar  
Un paso adelante y uno atrás  
Vamos todos a gritar

We are one!  
Somos uno!  
Somos uno!  
Somos uno!

We are one!  
Somos uno!  
Somos uno!  
Somos uno!

# BUSCANDO COLORES

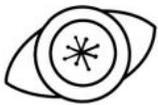
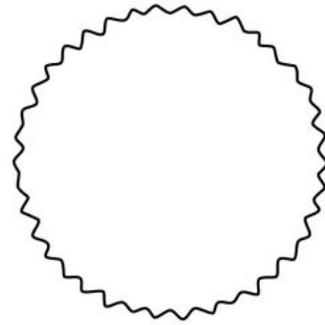
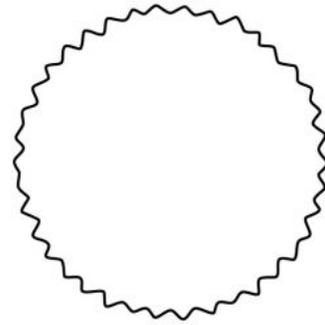
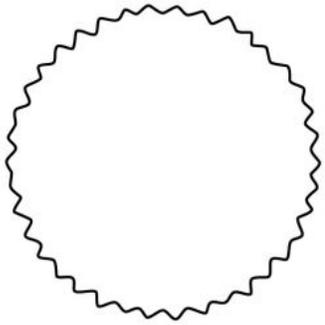


ROJO

ANANRANJADO

AMARILLO

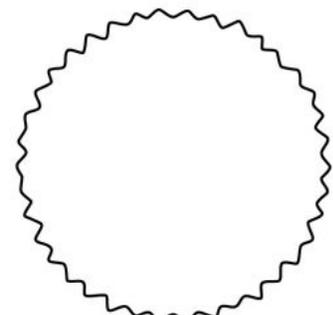
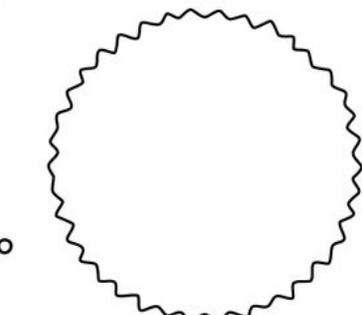
VERDE



AZUL

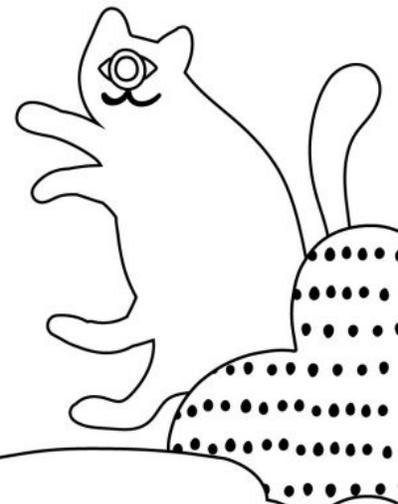
ROSADO

NEGRO



GRIS

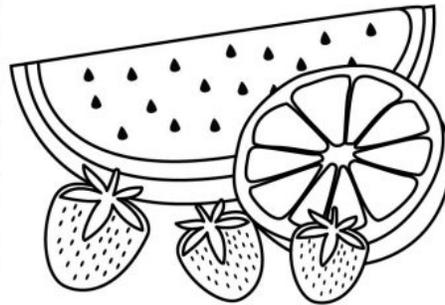
MORADO



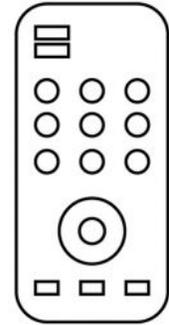
# JUEGO DE BÚSQUEDA



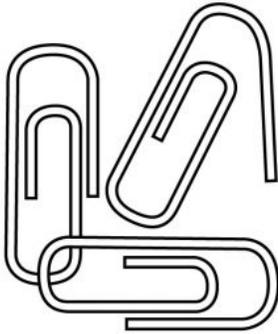
**ALMOHADA**



**FRUTA**



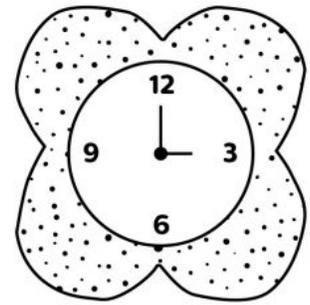
**CONTROL REMOTO**



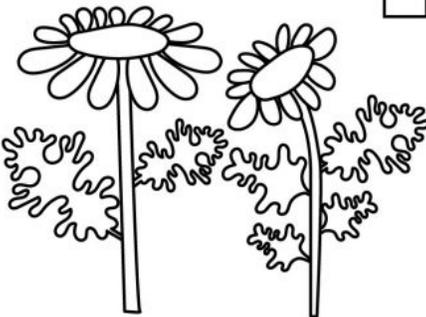
**UN CLIP**



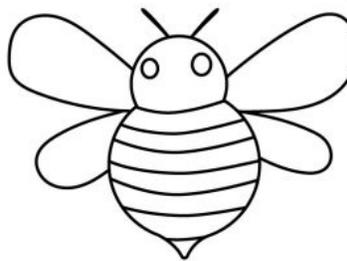
**UN MAPA**



**UN RELOJ**



**UNA FLOR**



**INSECTO**

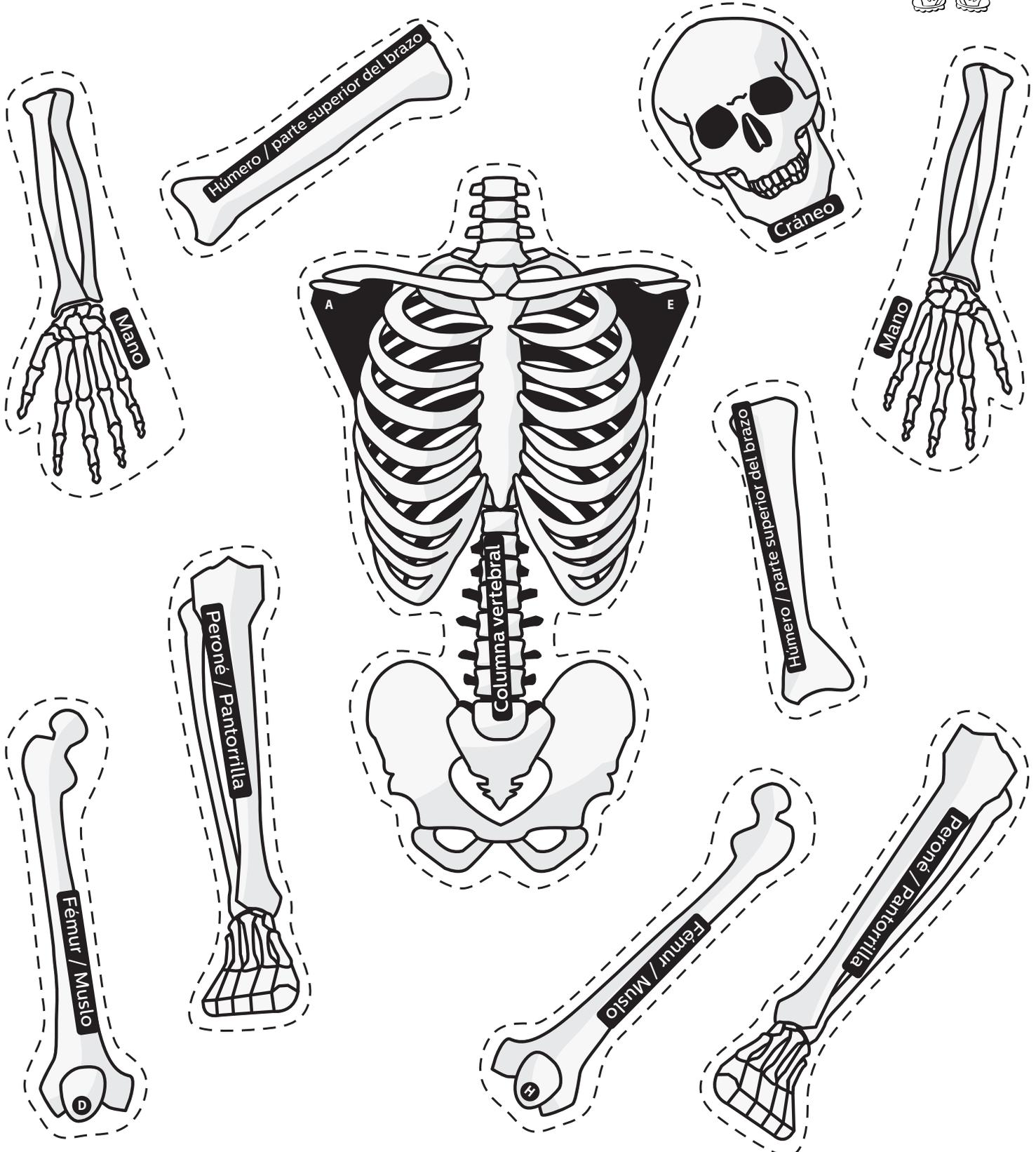
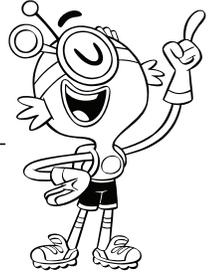


**VEGETAL**

# ¡Construye un Esqueleto!

Mira el video de **Bones** en el canal **Awesome Sauce**.

Corta los huesos y júntalos para formar un esqueleto completo. Luego, pega tu esqueleto completo en una hoja de papel.



Nombre \_\_\_\_\_

Fecha \_\_\_\_\_

# Haz un Cartel de Celebración

Mira el video **Celebrate** en el canal **Blazer Fresh**.



Completa los espacios en blanco a continuación sobre lo que estas celebrando.

1. Hoy estamos celebrando \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

2. Celebramos esto porque \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

3. Una forma en que vamos a celebrar es \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

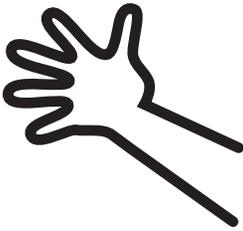
¡Dibuja un cartel para tu celebración!

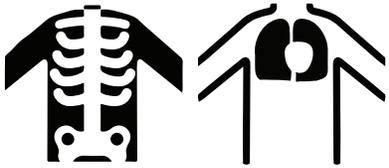
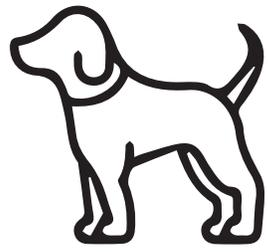
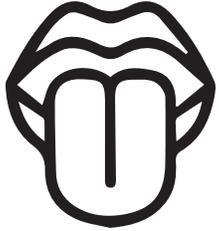
# A-Moose-Ta-Cha: ¡Datos y movimientos corporales!

Mira el video de **A-Moose-Ta-Cha** en el canal de **Moose Tube**.

¡Lee los datos sobre las partes del cuerpo que se utilizan en A-Moose-Ta-Cha! Luego, trata los movimientos para cada parte del cuerpo con un compañero y responde la siguiente pregunta.



Parte del Cuerpo	¿Sabías?	¡Trata este Movimiento!
<b>Pulgar</b> 	<p>Los pulgares humanos son oponibles. Eso significa que, a diferencia de otros dedos, el pulgar puede moverse para tocar todos los otros dedos</p> <p><small>Source: <a href="http://www.nsta.org/publications/news/story.aspx?id=49036">http://www.nsta.org/publications/news/story.aspx?id=49036</a></small></p>	<p>¡Dale a alguien 5 pulgares arriba!</p>
<b>Codo</b> 	<p>Un nombre tonto para un codo es “funny bone”, ¡aunque no es nada divertido cuando te lo golpeas contra algo!</p> <p><small>Source: <a href="http://www.livescience.com/32215-what-is-the-funny-bone.html">http://www.livescience.com/32215-what-is-the-funny-bone.html</a></small></p>	<p>¡Toca tu rodilla con el codo 5 veces!</p>
<b>Pie</b> 	<p>¡Cada pie está formado por 28 huesos!</p> <p><small>Source: <a href="http://www.arthritis.org/about-arthritis/where-it-hurts/foot-heel-and-toe-pain/foot-anatomy.php">http://www.arthritis.org/about-arthritis/where-it-hurts/foot-heel-and-toe-pain/foot-anatomy.php</a></small></p>	<p>¡Salta hacia arriba y hacia abajo 10 veces lo más rápido que puedas!</p>
<b>Rodilla</b> 	<p>La rodilla es la articulación más grande del cuerpo. Conecta el hueso del muslo con el hueso de la parte inferior de la pierna.</p> <p><small>Source: <a href="https://www.britannica.com/science/knee">https://www.britannica.com/science/knee</a></small></p>	<p>¡Toca tus codos a tus rodillas 10 veces!</p>

Parte del Cuerpo	¿Sabías?	¡Trata este Movimiento!
<p><b>Pecho</b></p> 	<p>Tu corazón, costillas y pulmones están en tu pecho.</p> <p><small>Source: <a href="https://www.britannica.com/science/thorax">https://www.britannica.com/science/thorax</a></small></p>	<p>Pon tus manos sobre tus costillas. Inhala y exhale profundamente 5 veces, para que pueda sentir tu pecho subir y bajar.</p>
<p><b>Cola</b></p> 	<p>No tienes una cola como la de un animal, pero tienes un coxis, que está justo al final de tu columna.</p> <p><small>Source: <a href="https://www.britannica.com/science/coccyx">https://www.britannica.com/science/coccyx</a></small></p>	<p>Finge ser un animal y mueve la cola hacia adelante y hacia atrás 10 veces.</p>
<p><b>Lengua</b></p> 	<p>Algunas personas pueden hacer una "U" con sus lenguas, ¡y otras no!</p> <p><small>Source: <a href="https://udel.edu/~mcdonald/mythongueroll.html">https://udel.edu/~mcdonald/mythongueroll.html</a></small></p>	<p>¡Intenta curvar tu lengua 5 veces! Si no puedes doblar la lengua, ¡sáquela lo más que puedas!</p>
<p><b>Ojos</b></p> 	<p>Cuando parpadeas, produces lágrimas que limpian el polvo y los gérmenes. ¡La gente parpadea entre 15 y 20 veces por minuto!</p> <p><small>Source: <a href="http://www.smithsonianmag.com/science-nature/why-do-we-blink-so-frequently-172334883/">http://www.smithsonianmag.com/science-nature/why-do-we-blink-so-frequently-172334883/</a></small></p>	<p>¡Parpadea 10 veces!</p>

¿Qué movimiento fue el más divertido? \_\_\_\_\_

# ¡Ejercicio y Tu Corazón Acelerado!

Mira el video de **My Racing Heart** en el canal **Awesome Sauce**



?

## Hechos:

¡El ejercicio regular es muy importante para un corazón sano!

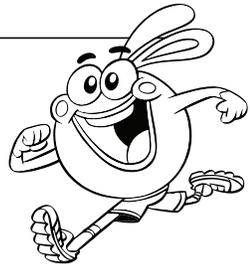
- El ejercicio mantiene tu corazón latiendo a un ritmo tranquilo para que tu corazón no tenga que trabajar tanto para suministrar sangre a tu cuerpo.
- El ejercicio reduce el estrés. (El estrés hace que tu corazón trabaje más).
- El ejercicio fortalece los músculos, incluyendo el corazón.
- El ejercicio le ayuda a mantener un peso saludable. Cuanto más peso extra tenga, más duro tiene que trabajar tu corazón para mover la sangre por tu cuerpo.

\*Fuente: [http://www.hopkinsmedicine.org/heart\\_vascular\\_institute/clinical\\_services/centers\\_excellence/womens\\_cardiovascular\\_health\\_center/patient\\_information/health\\_topics/exercise\\_heart.html](http://www.hopkinsmedicine.org/heart_vascular_institute/clinical_services/centers_excellence/womens_cardiovascular_health_center/patient_information/health_topics/exercise_heart.html)

Observa cómo el ejercicio afecta tu frecuencia cardíaca haciendo los ejercicios de la tabla.

1. Controla los latidos de tu corazón antes de hacer cada ejercicio. Para encontrar los latidos de tu corazón pon tu mano sobre tu corazón, en el lado izquierdo del pecho.
2. Haz el ejercicio.
3. Completa la tabla sobre la velocidad de los latidos de tu corazón.
4. Descansa 1 minuto después de hacer cada ejercicio y luego comienza con el siguiente.

Movimiento	My Heartbeat Is
Haz 10 saltos de tijera	<input type="checkbox"/> Más lento que antes <input type="checkbox"/> Igual que antes <input type="checkbox"/> Más rápido que antes
Levante los brazos lentamente para alcanzarlos por encima de su cabeza 10 veces.	<input type="checkbox"/> Más lento que antes <input type="checkbox"/> Igual que antes <input type="checkbox"/> Más rápido que antes
Trota en el lugar durante 15 segundos.	<input type="checkbox"/> Más lento que antes <input type="checkbox"/> Igual que antes <input type="checkbox"/> Más rápido que antes
Toma 10 respiraciones lentas y profundas.	<input type="checkbox"/> Más lento que antes <input type="checkbox"/> Igual que antes <input type="checkbox"/> Más rápido que antes



# ¡Lee y Escribe Con Expresión!

Mira el video **No Leas Como un Robot** en el canal **Blazer Fresh**.

**Practica leyendo las siguientes oraciones con expresión. Primero, lee las frases como un robot. Luego, léelas con la expresión correcta.**

1. ¿Saltarías a un charco de lodo plateado, resbaladizo y maloliente?
2. ¡Estoy tan molesto que la fiesta terminó! ¡No puedo creer que el mago sacó un hipopótamo de su sombrero!
3. ¡Cuidado! Hay una cáscara de plátano en la acera.
4. ¿Acabo de ver a un oso polar conduciendo un coche?
5. ¡No pongas tus zapatillas en el refrigerador! ¡Se congelarán!

Escriba sus propias oraciones expresivas que sean felices, emocionadas, enojadas, sorprendidas o tristes. Luego, practica leerlas con expresión.

1. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

4. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

5. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

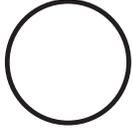




# ¡Aprende Más Sobre los Planetas!

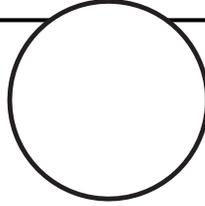
¡Mira el juego **Airtime Space** en **Game On!** canal.

Colorea los planetas, asegurándote de que se vean como se describen a continuación.



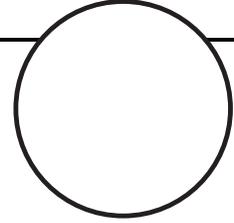
## Mercurio

Mercurio es el planeta más pequeño del sistema solar. Su superficie tiene arrugas llamadas escarpas lobuladas.



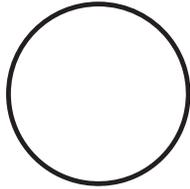
## Venus

Venus está cubierto de cráteres y volcanes, y su "aire" es demasiado tóxico para respirar.



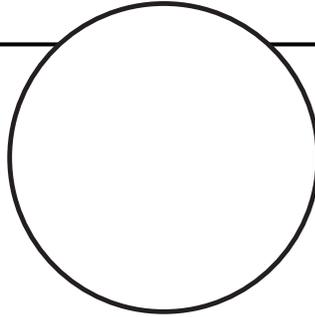
## Tierra

La Tierra, el planeta al que llamas hogar, está cubierto de tierra y agua. Es el único planeta conocido que alberga seres vivos.



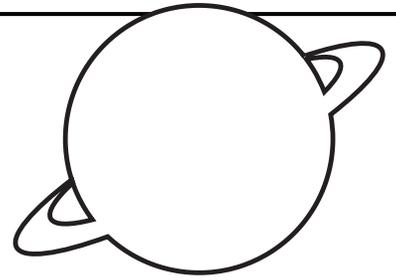
## Marte

Marte es conocido como el Planeta Rojo porque el hierro en su suelo lo hace parecer rojo.



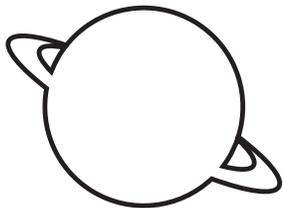
## Júpiter

Júpiter tiene rayas que en realidad son nubes y manchas que en realidad son tormentas.



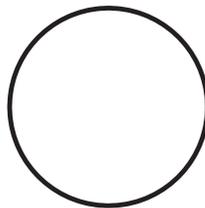
## Saturno

Saturno tiene 7 anillos separados que están compuestos principalmente de agua, hielo y rocas espaciales.



## Urano

Urano es de color verde azulado y gira de lado, como un barril. Tiene aproximadamente 3 veces el tamaño de la Tierra.



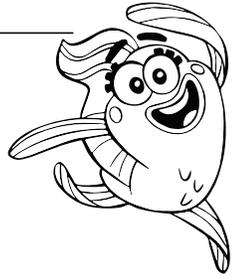
## Neptuno

Neptuno es casi 4 veces el tamaño de la Tierra y tiene 4 anillos débiles que son bastante difíciles de ver.



## Plutón

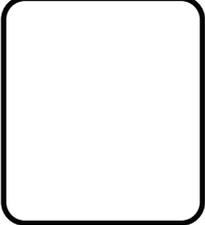
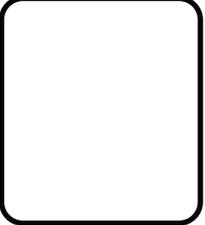
La gente solía pensar que Plutón era un planeta, pero en realidad es un planeta enano, lo que significa que es demasiado grande para ser un asteroide y demasiado pequeño para ser un planeta. Plutón tiene montañas, valles, llanuras, cráteres y posiblemente glaciares.

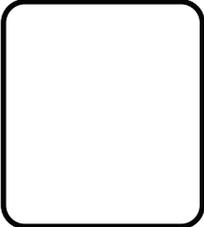
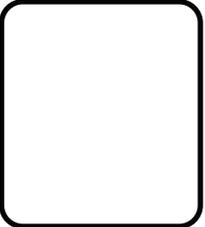


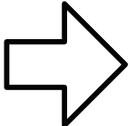
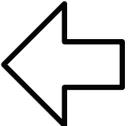
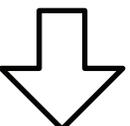
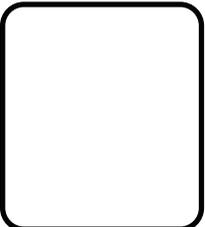
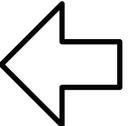
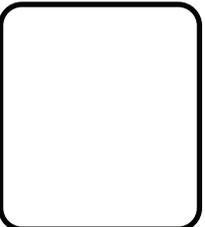
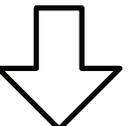
# Make a Pattern!

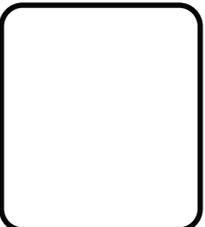
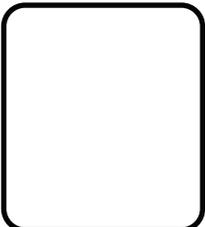
Mira el video de **Banana Banana Meatball** en el canal **Blazer Fresh**.

Completa los elementos que faltan en los patrones con las palabras y la imagen correctas.

1.  mano  pie  mano   mano  pie 

2.  plátano  plátano  albóndiga  plátano  

3.  derecha  izquierda  arriba  abajo   izquierda   abajo

4.  béisbol  pelota de baloncesto  balón de fútbol  béisbol   balón de fútbol 

Nombre \_\_\_\_\_

Fecha \_\_\_\_\_

5.



guitarra



guitarra



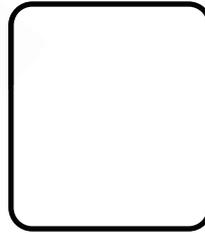
piano



tambor



guitarra



piano



tambor

6.



flor



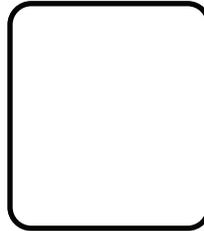
flor



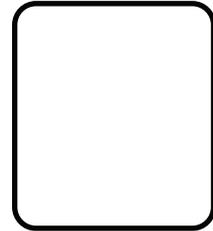
hoja



hoja



flor



hoja

7.



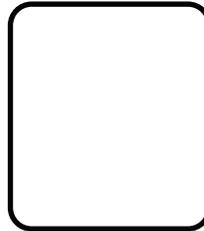
Fablo



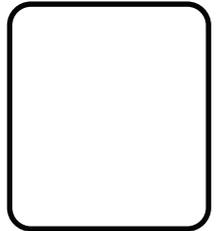
Maximo



Sr. Catman



Maximo



8.



jirafa



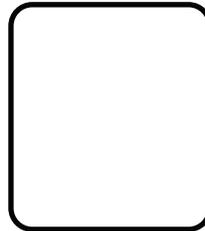
mono



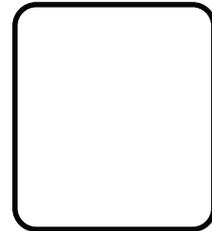
mono



jirafa



mono



mono

# Guiso Morado: ¡Come el Arcoíris!

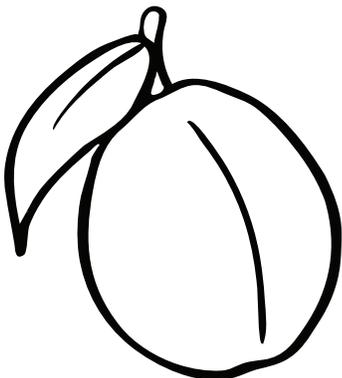
Echale un vistazo a **Purple Stew** en el canal **Moose Tube**.

Las frutas y verduras vienen en diferentes colores, y cada alimento de color está lleno de diferentes nutrientes y vitaminas. ¡Por eso es importante comer alimentos de todos los colores! En el cuadro a continuación, dibuja y etiqueta dos frutas o verduras de cada color.

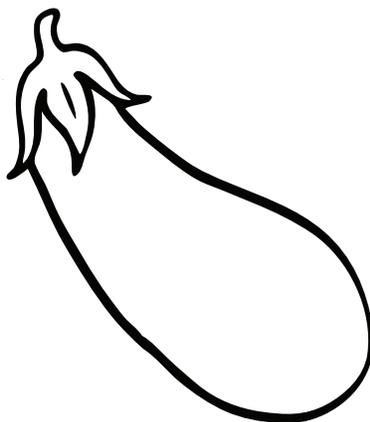


<b>Frutas y Vegetales Rojos</b>		
<b>Frutas y Verduras Naranjas</b>		
<b>Frutas y Vegetales Amarillas</b>		
<b>Frutas y Vegetales Verdes</b>		

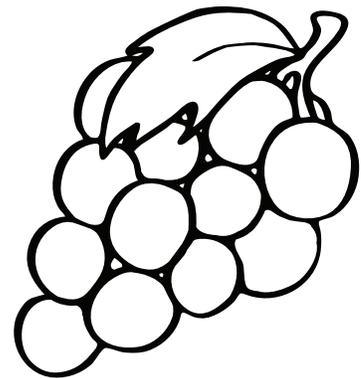
¡Moose Fabio necesita tu ayuda para hacer un guiso morado! Ya tiene albóndigas y lagartijas moradas, ¡pero ahora necesita algunas frutas y verduras moradas! Colorea las frutas o verduras moradas para su guiso.



**Ciruela**



**Berenjena**



**Uvas**