

WORD PLAY

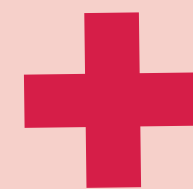
Five activities are missing in the boxes below. Find out what they are by adding the images next to each box.

For example:  +  = **Basketball**

J **p**

This activity gets your heart pumping and your legs jumping. Plus it can be played alone or with friends!

How many can you do?



L **g**

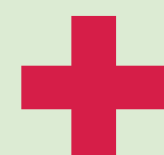
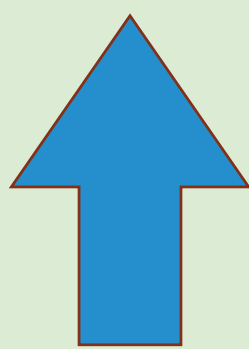
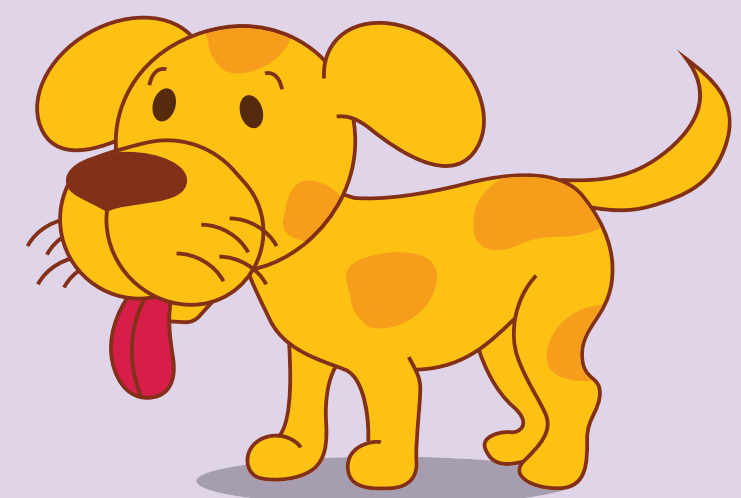
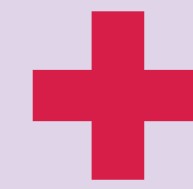
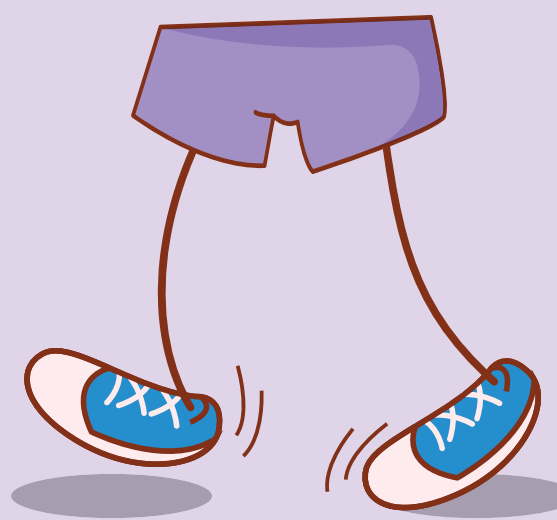
This activity is made for playing with friends. Use your hands for balance when you jump and for safety when you kneel on the ground.

How many can you do?

W **D**

This activity is good for you and your furry friend. It gets your legs moving and your pet's tail wagging.

Have you done this today?



P **U**

y

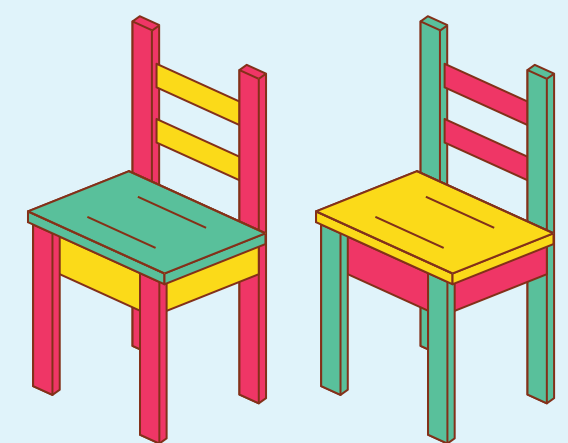
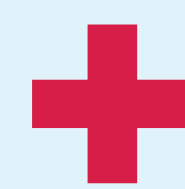
This activity gets your body moving and your room clean. Make a game to see how fast you can go!

Have you done this today?

M **s** **a**
a **r**

This activity is perfect for playing with friends. Get your heart racing as your race for a seat!

How long can you last?



Visit EatWellBeWell.org
for more ways to add play into your day.

Juego de Palabras

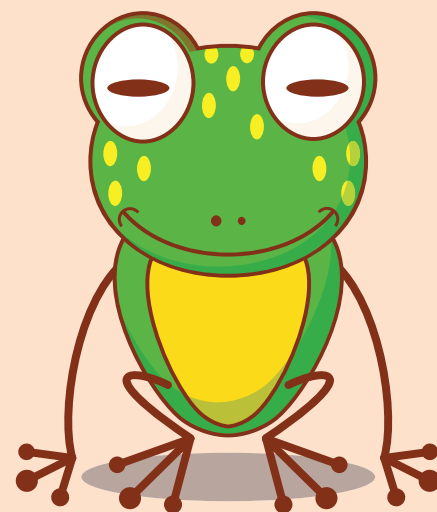
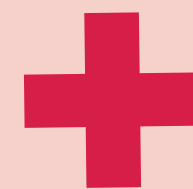
Faltan cinco actividades en las cajas de abajo. Para saber cuáles son, tienes que sumar una imagen con la otra.

Por ejemplo:  +  = **Baloncesto**

S _____ **L** _____
_____ **d** _____

Esta actividad hace bombear a tu corazón y saltar a tus piernas. Además se puede jugar solo o con amigos.

¿Cuántas veces puedes saltar?



S _____ **e** _____
_____ **a** _____

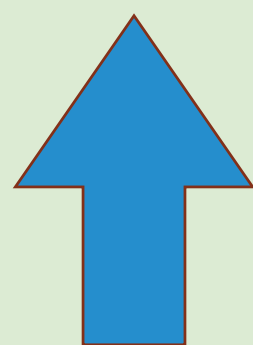
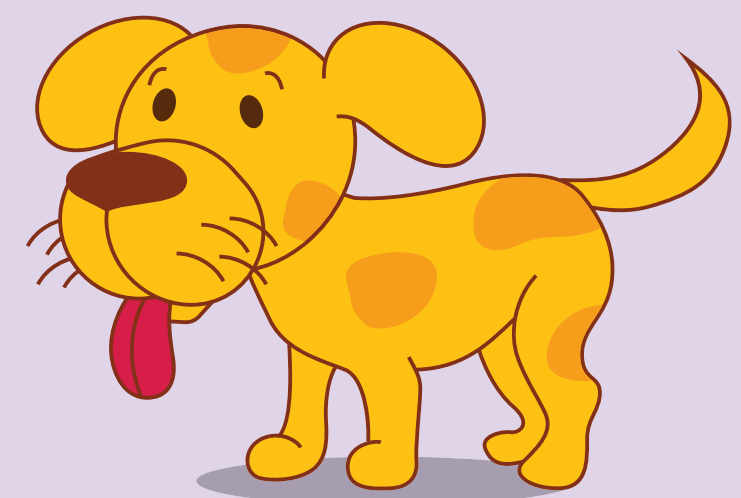
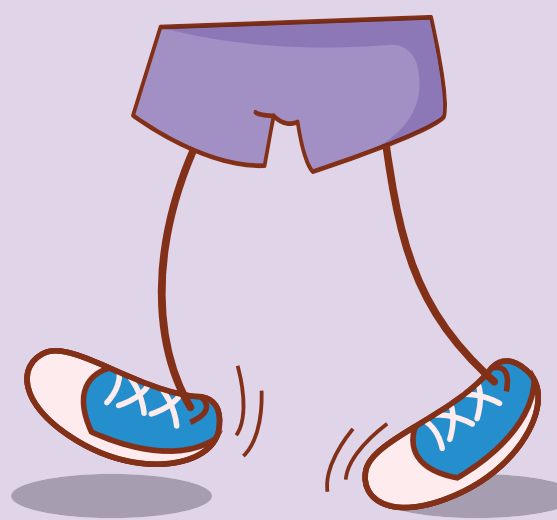
Esta actividad es para jugar con amigos. Usa las manos para balancearte cuando saltes y por seguridad cuando caigas al piso.

¿Cuántos puedes hacer?

P _____ **A** _____
_____ **r** _____

Esta actividad es buena para ti y tu amiguito peludo. Hace que muevas las piernas y que tu perrito mueva la cola.

¿Ya caminaste hoy?



L _____
_____ **g** _____

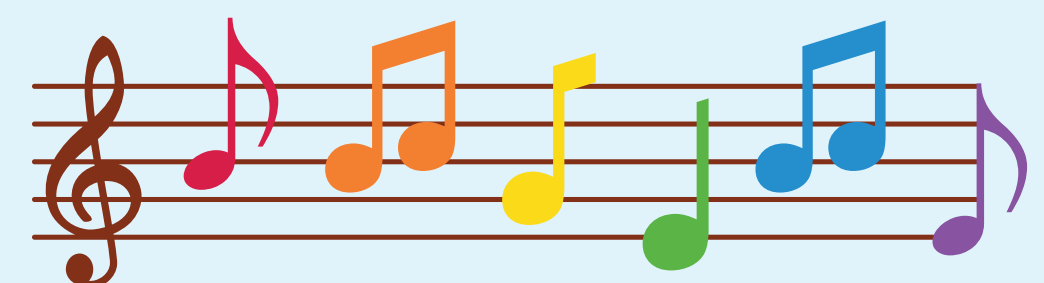
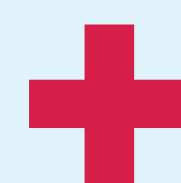
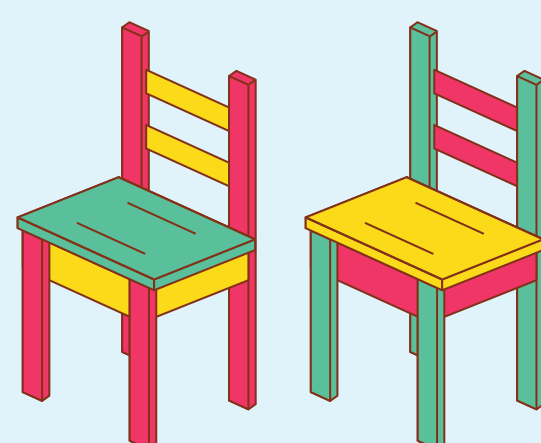
Esta actividad hace que tu cuerpo se mueva y tu cuarto esté limpio. Hazlo como un reto, ¡a ver qué tan rápido lo puedes hacer!

¿Ya hiciste esto hoy?

S _____ **a** _____
_____ **s** _____ **c** _____ **a** _____

Esta actividad es perfecta para jugar con tus amigos. ¡Acelera tu corazón para ganar una silla!

¿Cuánto puedes durar?



Visita **ComeSanoViveMejor.org**
para ver más maneras de ponerle un poco de juego a tu día.