

# Superhero Activities

Brought to you by The Molina Foundation



## 1. Fighting Off Germs

Wash your hands while singing the ABCs for super-clean hands!

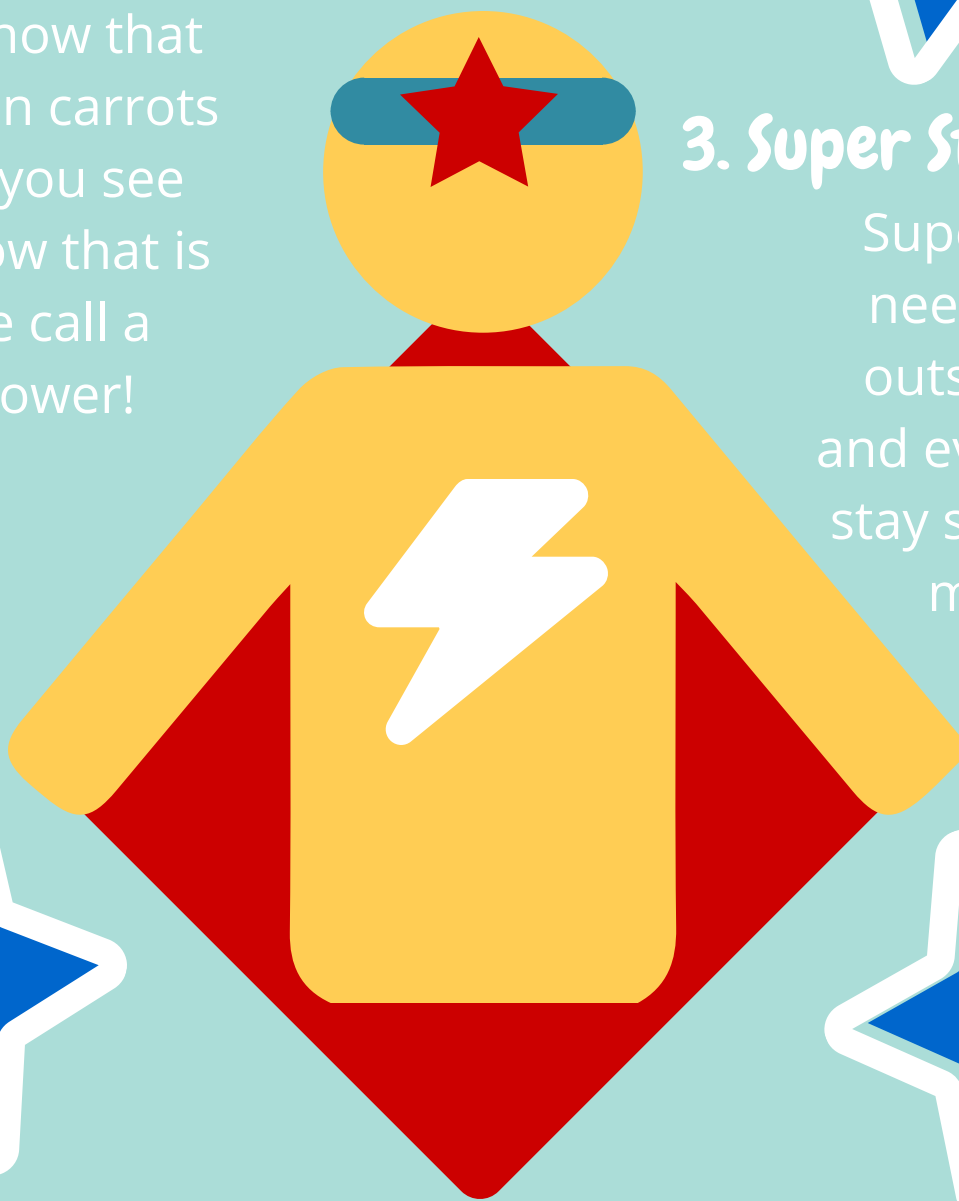


## 2. Super Foods

Superheroes eat super foods. Did you know that Vitamin A in carrots can help you see better? Now that is what we call a superpower!

## 3. Super Strength

Superheroes need to play outside each and every day to stay strong and mighty.



## 4. Build Your Superhero Costume

Create your own superhero wristbands with toilet paper rolls, crayons, and scissors. Up, up, and away you go!

## 5. What is your Superpower?

Create a story with your child to tell a tale of his or her superpower.

For more activities and ideas, find The Molina Foundation on:



#EdxHealth:





## Actividades presentadas por The Molina Foundation



### 1. Manos Limpias

Canta el alfabeto cuando te laves las manos para combatir los gérmenes.



### 2. Súper Comida

Superhéroes comen comida super. ¿Sabes que las zanahorias te ayudan a ver mejor? ¡Eso es poder!

### 3. Ejercicio y Energía

Superhéroes necesitan jugar afuera cada día para mantener la fuerza.



### 4. Traje de Superhéroe

Crea con tus niños unas pulseras con rollos de papel, crayones, y tijeras.

### 5. ¿Cuál es tu Super Poder?

Cuenta un cuento en que tus niños tienen un super poder.

Para más información, busque The Molina Foundation en:



#EdxSalud

