

# LIBRO DE COLOREAR Y DE ACTIVIDADES

¡Explora, descubre y disfruta  
tus Parques Regionales!

East Bay   
Regional Park District



Ardenwood Historic Farm

# Iron Horse Trail

## Sé un Buen Vecino del Parque

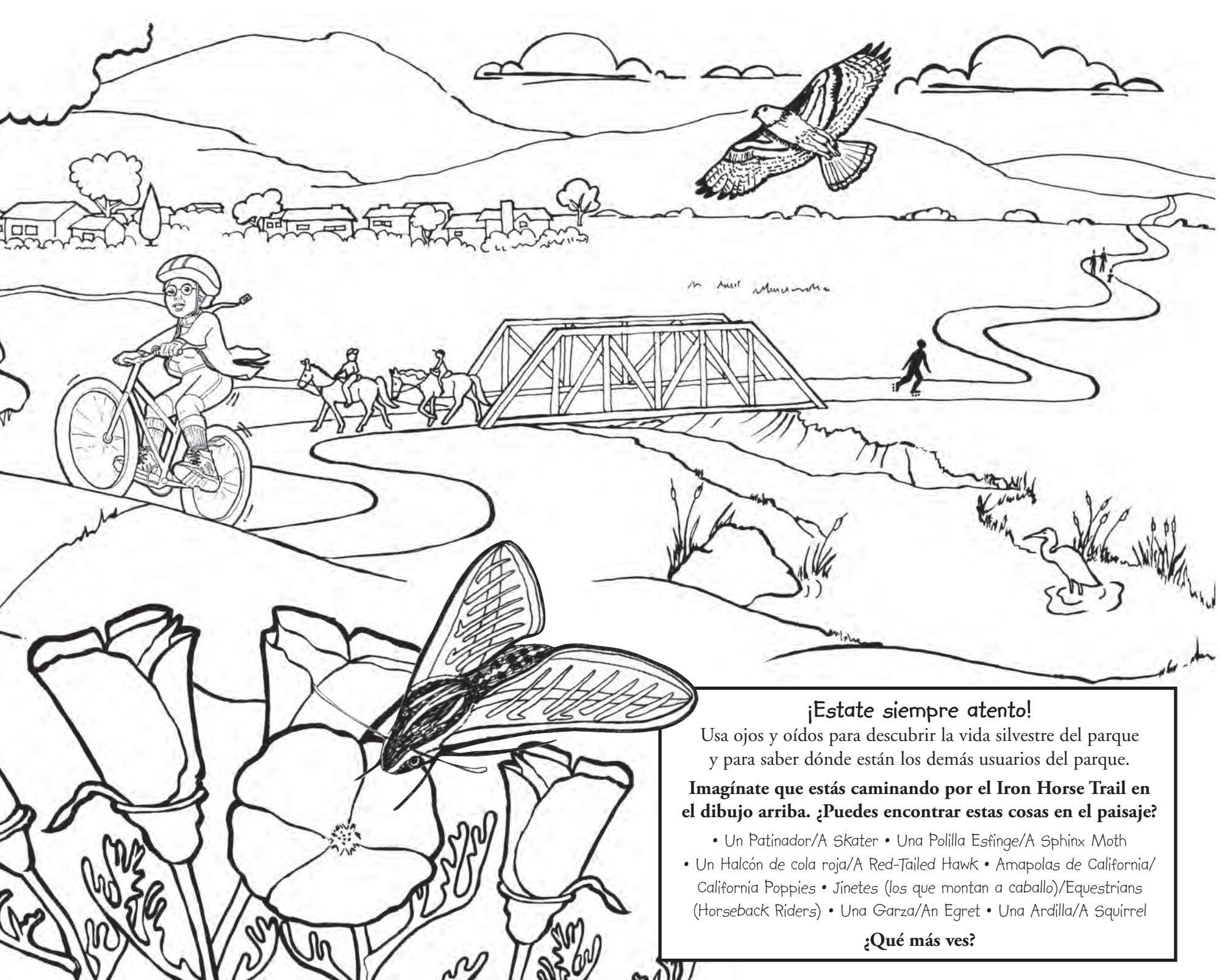
Para ser educado y no correr riesgos, sigue estos pasos al visitar un parque...

**Quédate en los senderos:** Tomar atajos o caminar fuera de los senderos dañará las plantas tiernas y causará erosión (la degradación de la tierra).

**Controla a tu perro:** Siempre ten tu perro a la vista y bajo control de voz o con una correa.

**Derecho de paso:** Quédate hacia la derecha del camino para que otros usuarios del parque te puedan pasar por la izquierda con seguridad. Los ciclistas deben dejar pasar a los caminantes y a los que montan a caballo. Los caminantes deben dejar pasar a los que montan a caballo.





### ¡Estate siempre atento!

Usa ojos y oídos para descubrir la vida silvestre del parque y para saber dónde están los demás usuarios del parque.

**Imagínate que estás caminando por el Iron Horse Trail en el dibujo arriba. ¿Puedes encontrar estas cosas en el paisaje?**

- Un Patinador/A Skater
- Una Polilla Esfinge/A Sphinx Moth
- Un Halcón de cola roja/A Red-Tailed Hawk
- Amapolas de California/California Poppies
- Jinetes (los que montan a caballo)/Equestrians (Horseback Riders)
- Una Garza/An Egret
- Una Ardilla/A Squirrel

**¿Qué más ves?**

# Sunol Regional Wilderness





# Crown Beach, Crab Cove

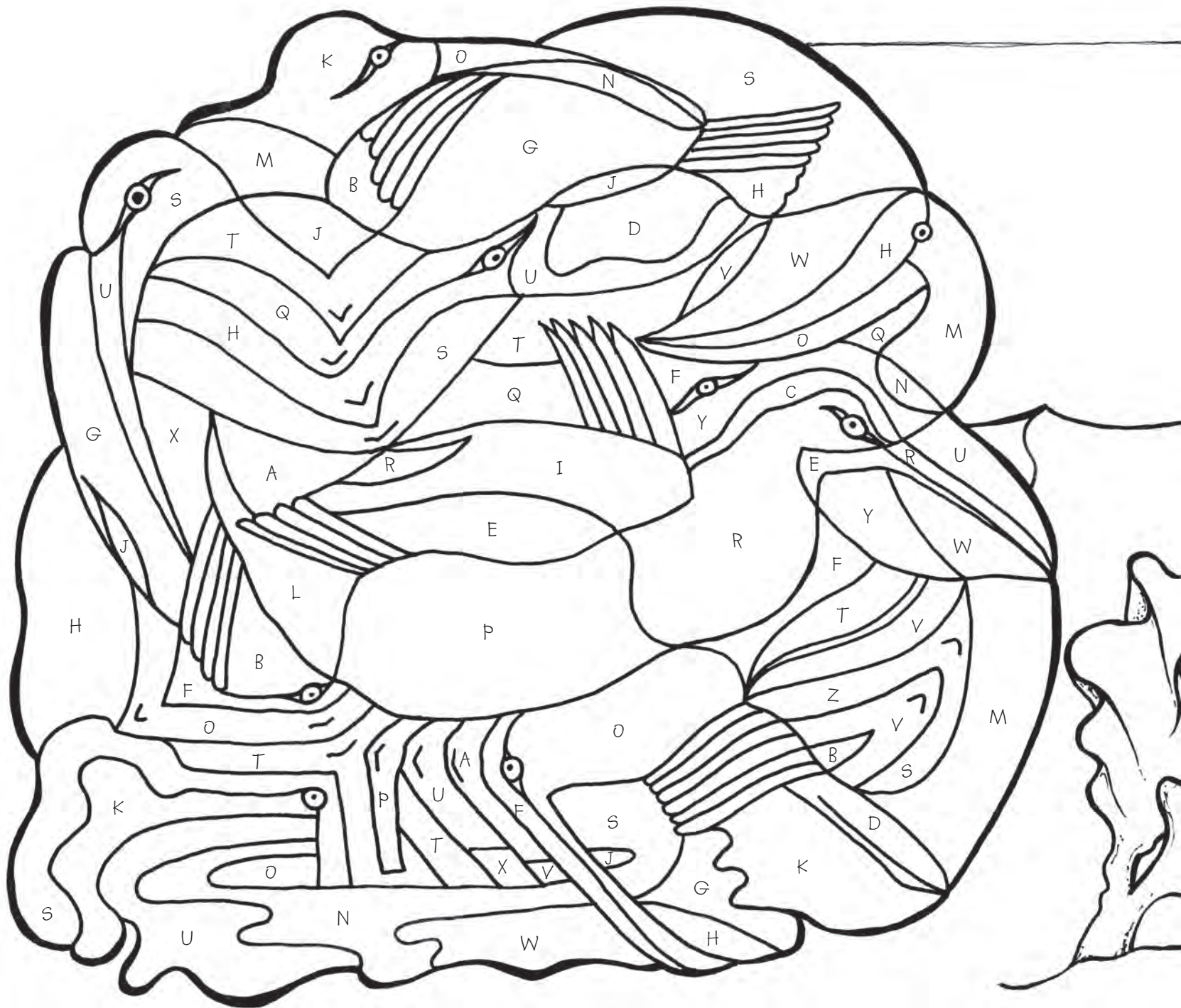
**Veo, veo...**

¿Puedes adivinar lo que es un **Clapper Rail**? Toma una pista: Se puede encontrar un Clapper Rail en el agua poco profunda de las ciénegas de la Bahía de San Francisco buscando almejas, mejillones y cangrejos para comer. Como en este rompecabezas, pueden ser difíciles de encontrar porque están en peligro de extinción, lo que significa que ya no quedan muchos en la naturaleza.

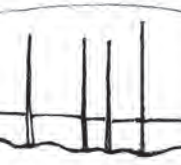
**Instrucciones:**

Encuentra el Clapper Rail en el dibujo rompecabezas a la derecha coloreando todos los espacios que tienen las letras que se encuentran en su nombre...

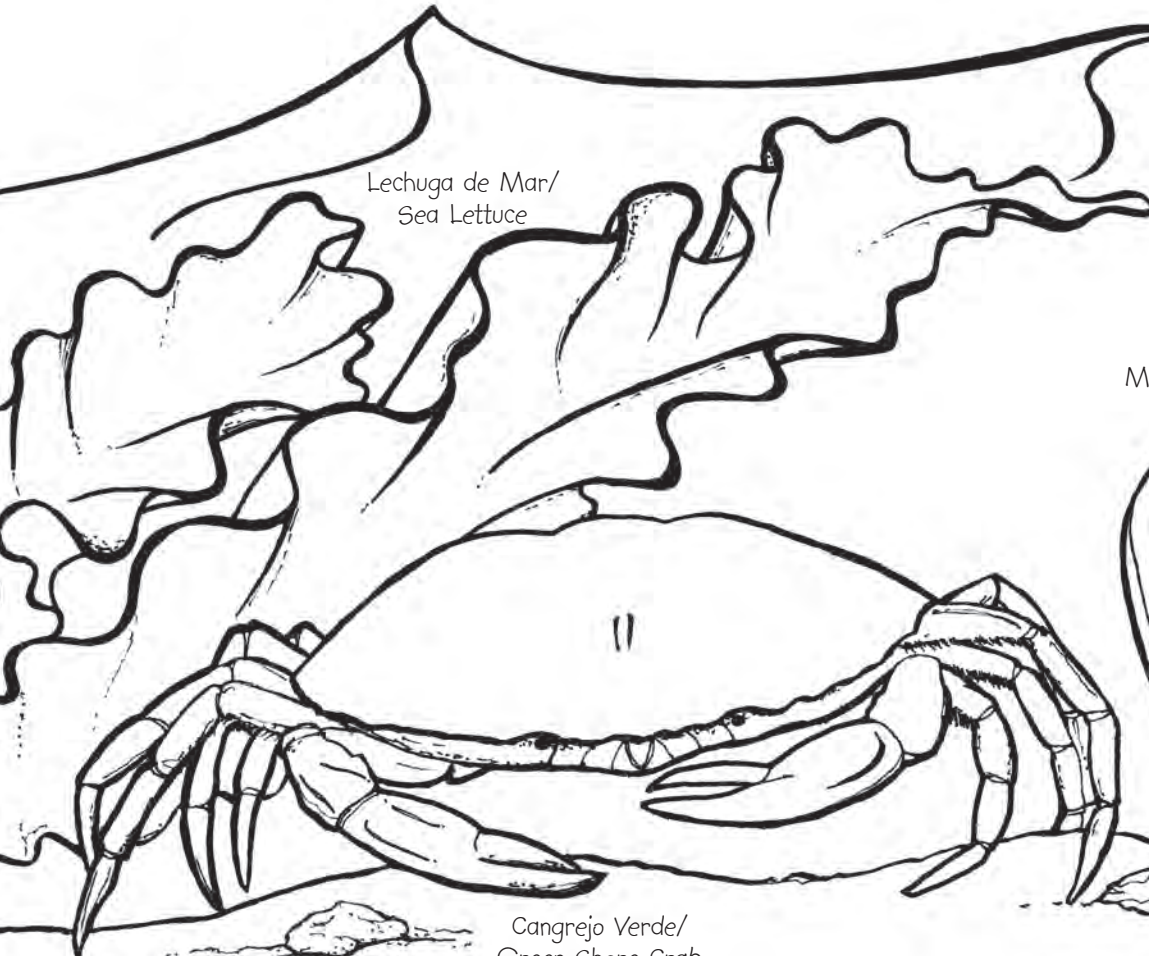
**CLAPPER RAIL.**



Gallito Marino Menor/  
Least Tern



Lechuga de Mar/  
Sea Lettuce



Mejillones Atlánticos/  
Blue Mussels



Cangrejo Verde/  
Green Shore Crab

Percebes/Rock Barnacles

# ¡Camina por Tilden Park!



## Cómo jugar:

1. Cada jugador debe encontrar un objeto pequeño para usar como marcador de lugar en la página del juego. Piedras u hojas secas funcionarán, ¡pero *devuelve todos los objetos encontrados a la naturaleza!*
2. Usa un dado, seis pennies u otros seis objetos planos que encuentres. Los jugadores toman turnos dejando caer los objetos para ver el número de espacios que deben mover. Si usas pennies u objetos encontrados, cuenta sólo las caras o la parte superior de los objetos.
3. El jugador que caiga en un espacio de ¡DIVERSIÓN EN EL PARQUE! o ¡AY, AY! tiene que seguir las instrucciones de ese espacio.
4. El primer jugador en llegar al Trenecito gana el juego.

**¡DIVERSIÓN EN EL PARQUE!**  
Visitaste el Environmental Education Center y aprendiste algo nuevo.  
(Avanza un espacio para visitar La Granjita.)



**¡AY, AY!**  
¡Roble venenosos! ¡Míralo pero no lo toques!  
(Regresa un espacio.)

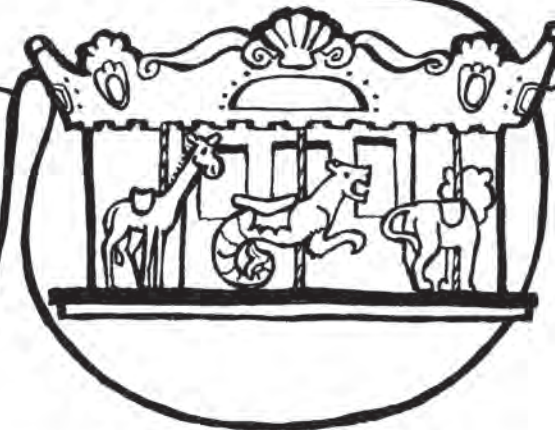


**¡DIVERSIÓN EN EL PARQUE!**  
¡A pasear en pony!  
(Haz como si montarás un pony y galopa en un círculo.)



**¡AY, AY!**  
Encontraste basura en el sendero. La contaminación es fea y daña nuestras plantas y animales. (Recoge la basura y avanza un espacio para tirarla.)

**¡DIVERSIÓN EN EL PARQUE!**  
¡Súbete al carrusel de Tilden Park!  
(Haz el ruido que tu animal de carrusel favorito haría.)



**¡AY, AY!**  
¡No alimentes a los animales salvajes! Mantenlos salvajes y libres.  
(Regresa dos espacios.)

**¡DIVERSIÓN EN EL PARQUE!**

Encontraste un nido en un árbol. Míralo, pero no lo toques, y déjalo como está. (Haz como si fueras un huevo y sal del cascarón como un pajarito bebé.)





**¡DIVERSIÓN EN EL PARQUE!**

¡Nada en el Lago Anzal!  
(Haz como si te metieras de un salto y nada un poco.)



**¡AY, AY!**  
¡No abandones a tus mascotas o a ningún animal en el parque!  
Llévalos a un refugio para animales donde se les cuidará.  
(Regresa cinco espacios.)



**¡DIVERSIÓN EN EL PARQUE!**

Huele las flores en el Jardín Botánico. (¡Haz como si fueras una pequeña semilla y crece hasta ser un árbol grande!)

**¡AY, AY!**

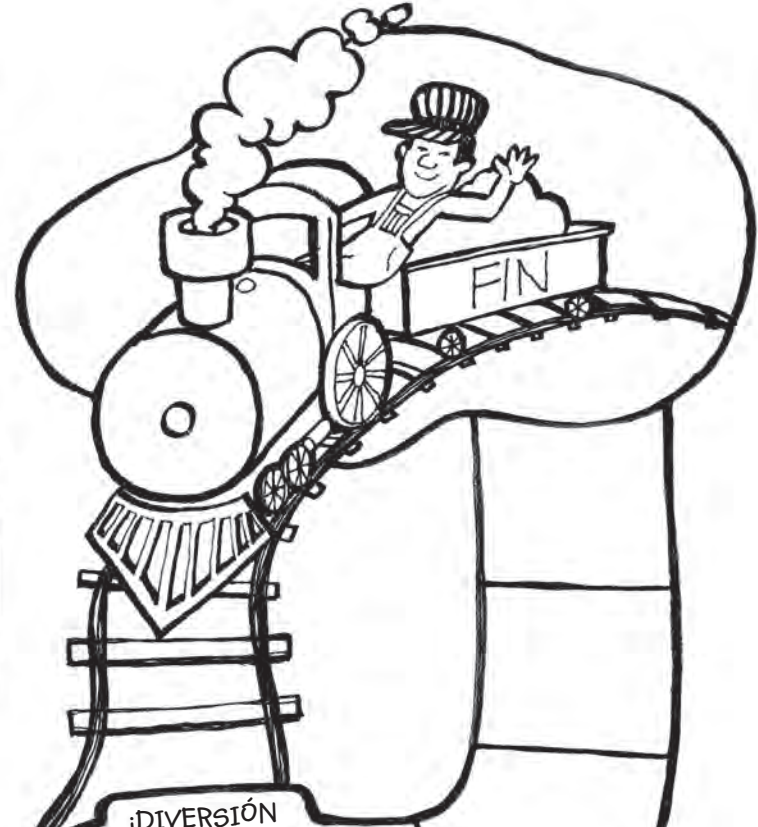
Te estás cansando, ¡pero no tomes un atajo! Quédate siempre en los senderos.  
(Regresa un espacio para descansar.)

4



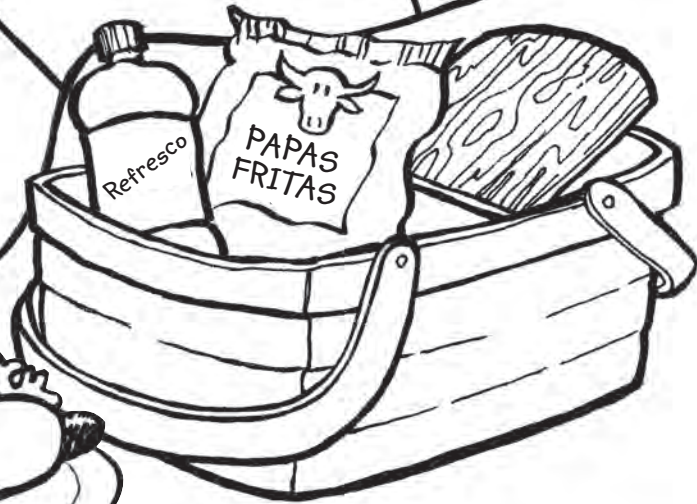
**¡DIVERSIÓN EN EL PARQUE!**

¡Tú barriga te dice que es hora de un picnic! (Haz como si cocinaras un hot dog en una fogata y ¡cómételo!)

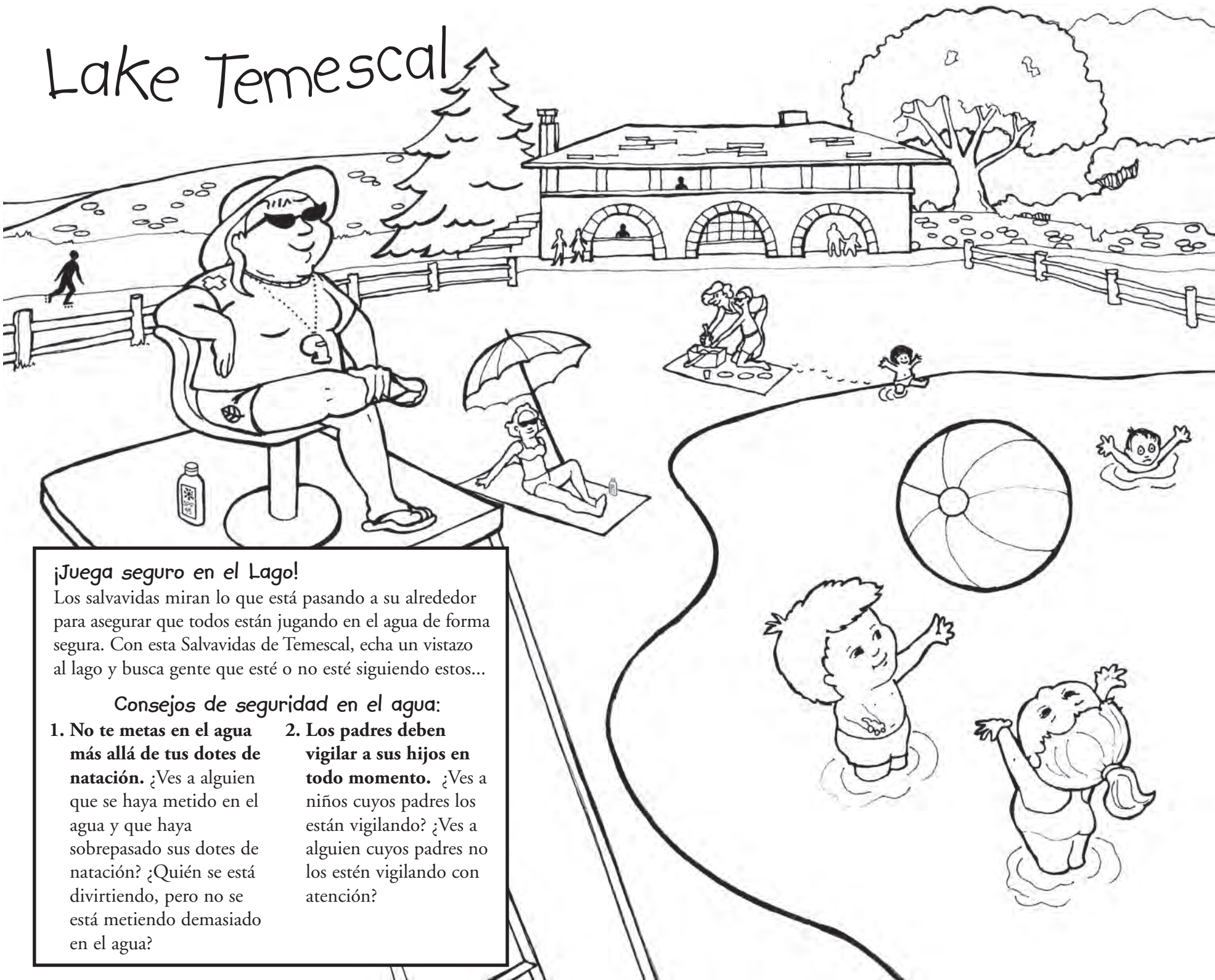


**¡AY, AY!**

Perdiste tu pelota de golf en el Campo de Golf Tilden. (Regresa tres espacios para buscarla.)



# Lake Temescal



## ¡Juega seguro en el Lago!

Los salvavidas miran lo que está pasando a su alrededor para asegurar que todos están jugando en el agua de forma segura. Con esta Salvavidas de Temescal, echa un vistazo al lago y busca gente que esté o no esté siguiendo estos...

### Consejos de seguridad en el agua:

1. **No te metas en el agua más allá de tus dotes de natación.** ¿Ves a alguien que se haya metido en el agua y que haya sobrepasado sus dotes de natación? ¿Quién se está divirtiendo, pero no se está metiendo demasiado en el agua?
2. **Los padres deben vigilar a sus hijos en todo momento.** ¿Ves a niños cuyos padres los están vigilando? ¿Ves a alguien cuyos padres no los estén vigilando con atención?

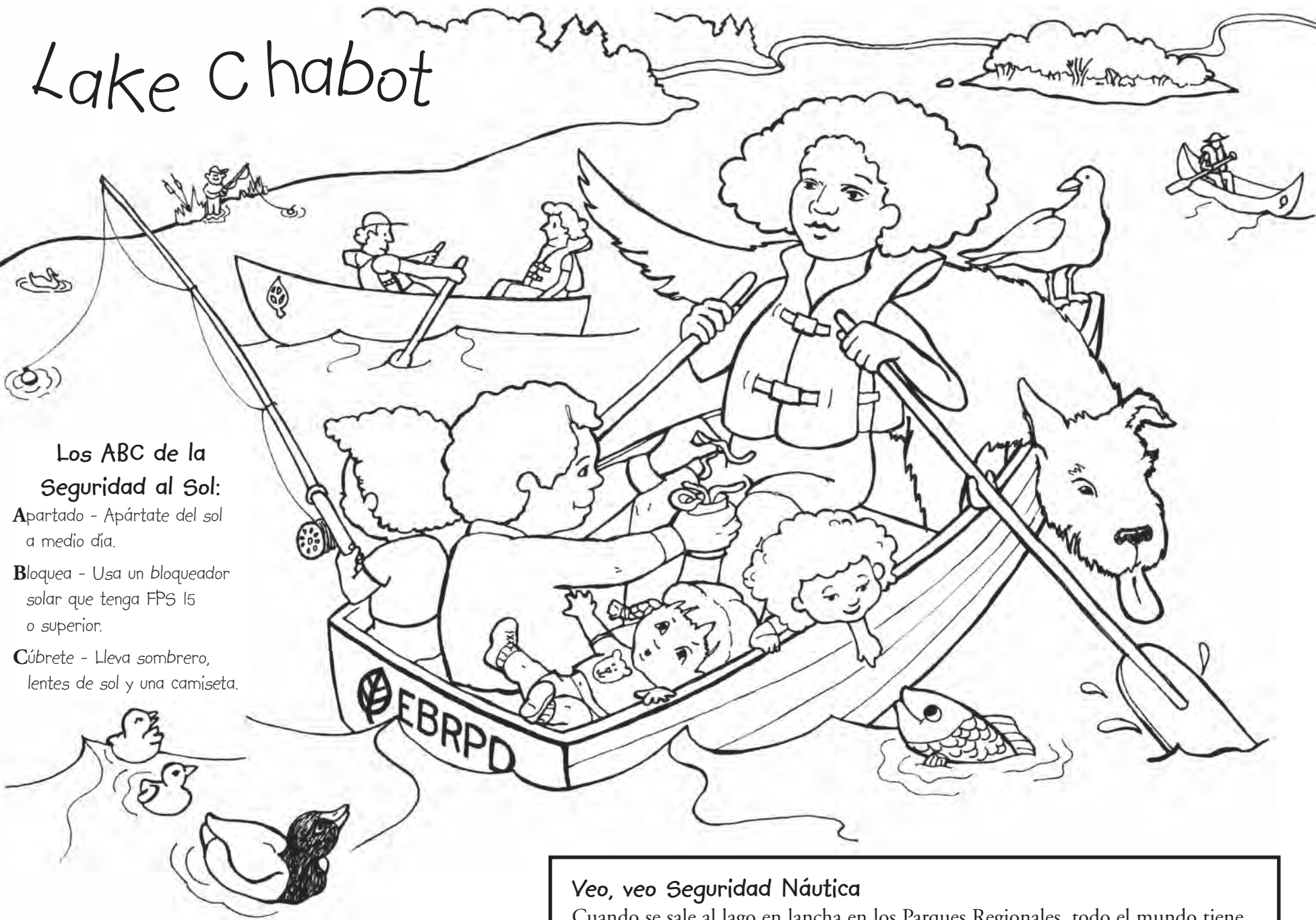
# Lake Chabot

## Los ABC de la Seguridad al Sol:

**A**partado - Apártate del sol a medio día.

**B**loquea - Usa un bloqueador solar que tenga FPS 15 o superior.

**C**úbrete - Lleva sombrero, lentes de sol y una camiseta.

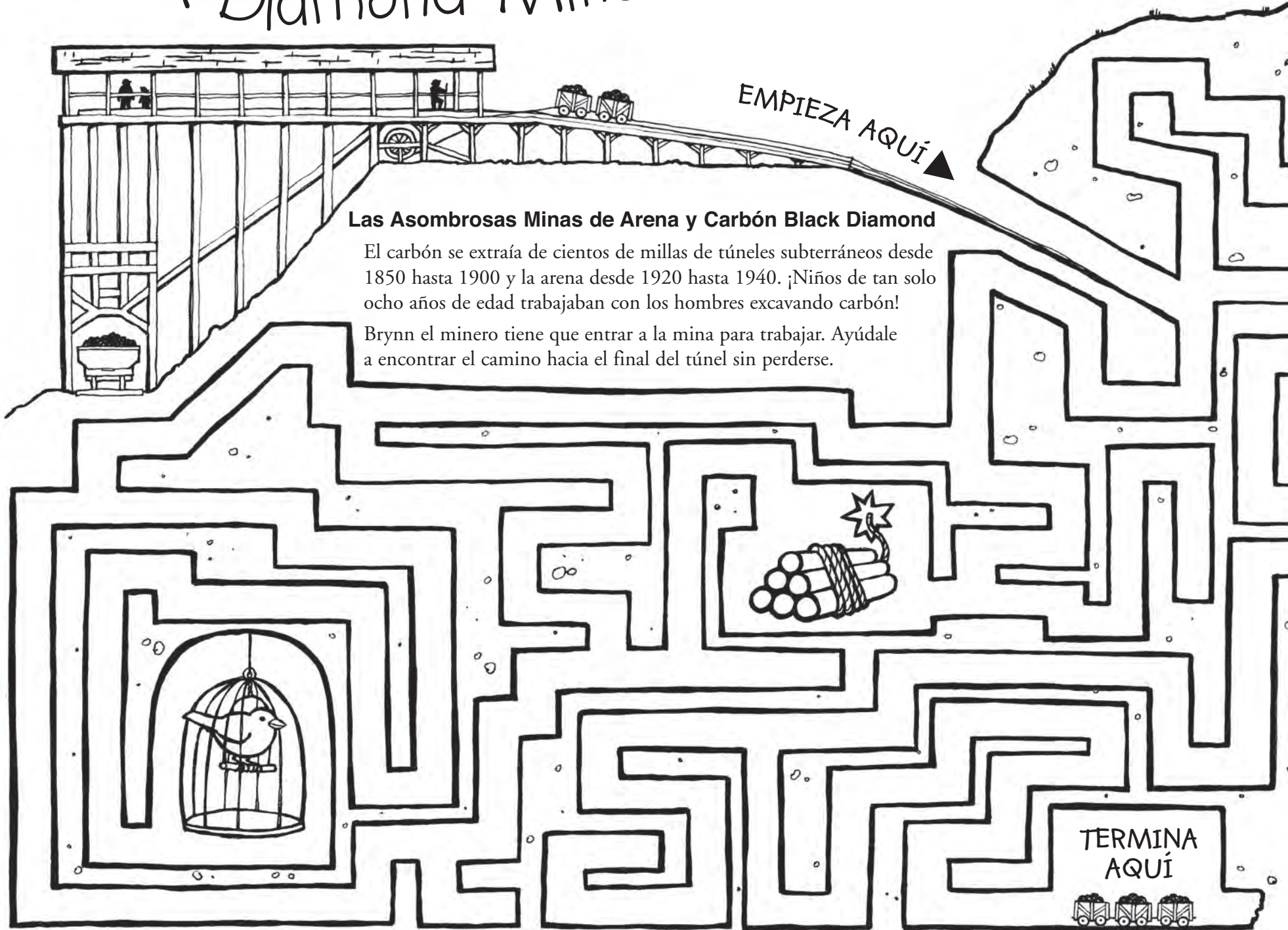


## Veo, veo Seguridad Náutica

Cuando se sale al lago en lancha en los Parques Regionales, todo el mundo tiene que llevar chaleco salvavidas y la lancha no puede estar sobrecargada. ¿Puedes ver?

1. ¿Cuánta gente lleva correctamente el chaleco salvavidas? \_\_\_\_\_
2. ¿Cuántas lanchas no están sobrecargadas? \_\_\_\_\_

# Black Diamond Mines



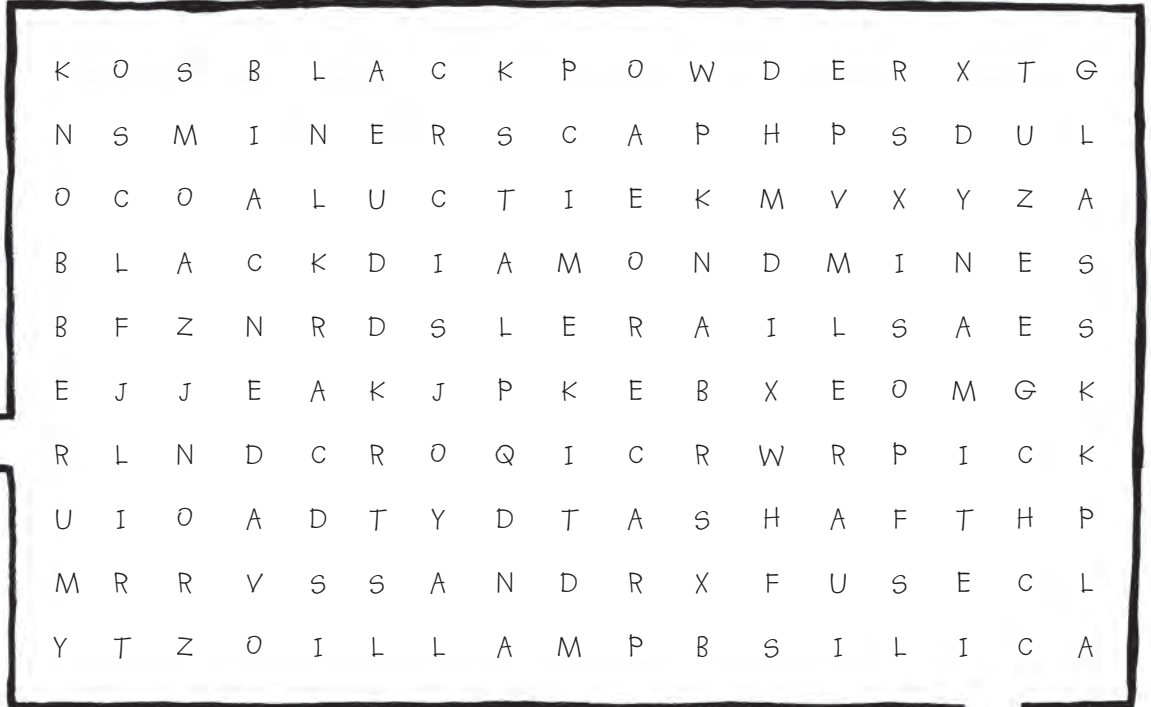
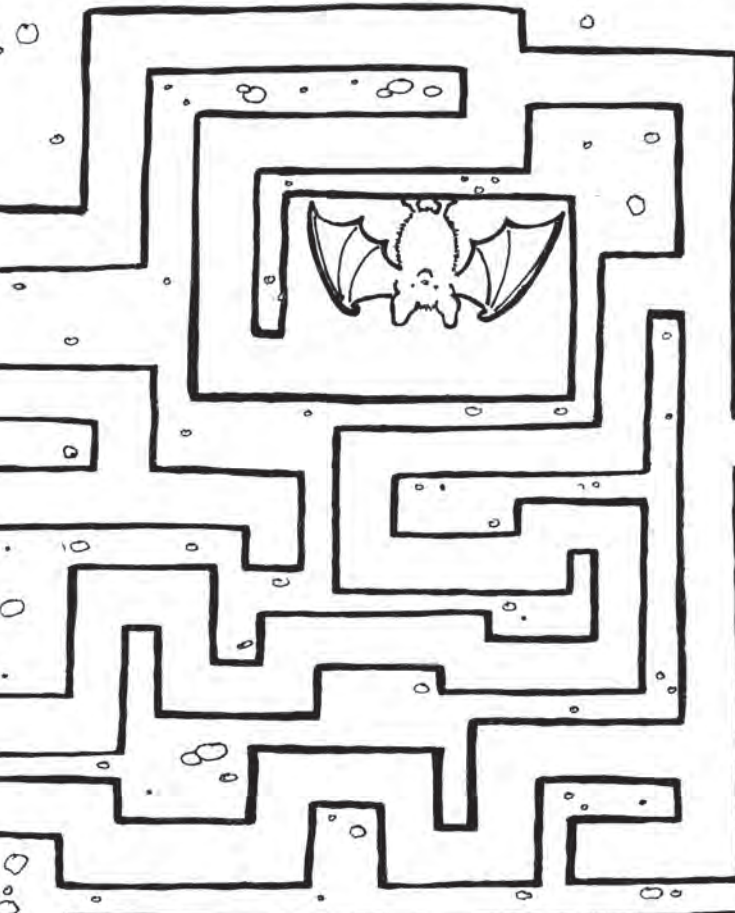
## Las Asombrosas Minas de Arena y Carbón Black Diamond

El carbón se extraía de cientos de millas de túneles subterráneos desde 1850 hasta 1900 y la arena desde 1920 hasta 1940. ¡Niños de tan solo ocho años de edad trabajaban con los hombres excavando carbón!

Brynn el minero tiene que entrar a la mina para trabajar. Ayúdale a encontrar el camino hacia el final del túnel sin perderse.

EMPIEZA AQUÍ

TERMINA  
AQUÍ



**Excava o Dinamita el camino en esta Sopa de Letras...** Aquí hay palabras que tienen que ver con la excavación de arena y carbón que provenían de las Black Diamond Mines. Busca cada una en la sopa de letras arriba. Las palabras van de izquierda a derecha hacia adelante, diagonalmente y hacia abajo.

**ADIT:** túnel de acceso, una entrada horizontal a una mina.

**AX:** hacha, una herramienta para trabajar con la madera que se usa para darle forma a vigas e instalarlas de manera que soporten el techo de la mina.

**BLACK POWDER:** pólvora negra, un explosivo para soltar el carbón de la piedra.

**BLACK DIAMOND MINES CANARY:** canario, un pájaro cantor que usaban los mineros para detectar el peligroso gas de monóxido de carbono.

**COAL:** carbón, una sustancia combustible hecha de materia vegetal parcialmente descompuesta.

**DYNAMITE:** dinamita, un explosivo que se usa en la minería de arena.

**FUSE:** fusible, una cuerda que enciende la dinamita.

**GLASS:** vidrio, el producto hecho de la arena extraída.

**KNOBBER:** un niño aprendiz que ayudaba a los mineros adultos.

**MINER:** minero, una persona que excava para buscar materiales valiosos.

**MINERS CAP:** una gorra de tela que usaban los mineros de carbón que tenía soportes en la parte delantera para colgar un quinqué.

**ORE CAR:** un carro que llevaba la arena o el carbón.

**OIL LAMP:** quinqué, una lámpara que quema aceite para producir luz.

**PICK:** pico, una herramienta pesada de acero o hierro con mango de madera.

**RAILS:** rieles, barras de acero que se usan como vías para las ruedas del carro de minerales.

**SAND:** arena, un material suelto y granular que se usa para hacer vidrio, mortero, abrasivos, y moldes de fundición.

**SHAFT:** pozo, un túnel vertical.

**SILICA:** sílice, una sustancia cristalina que se encuentra en la arena.

**STOPE:** un gran cuarto subterráneo (bajo tierra) donde se extrae la arena.

**TIE:** travesaño, el soporte de madera al que los rieles se fijan, manteniéndolos en línea para los carros de minerales.

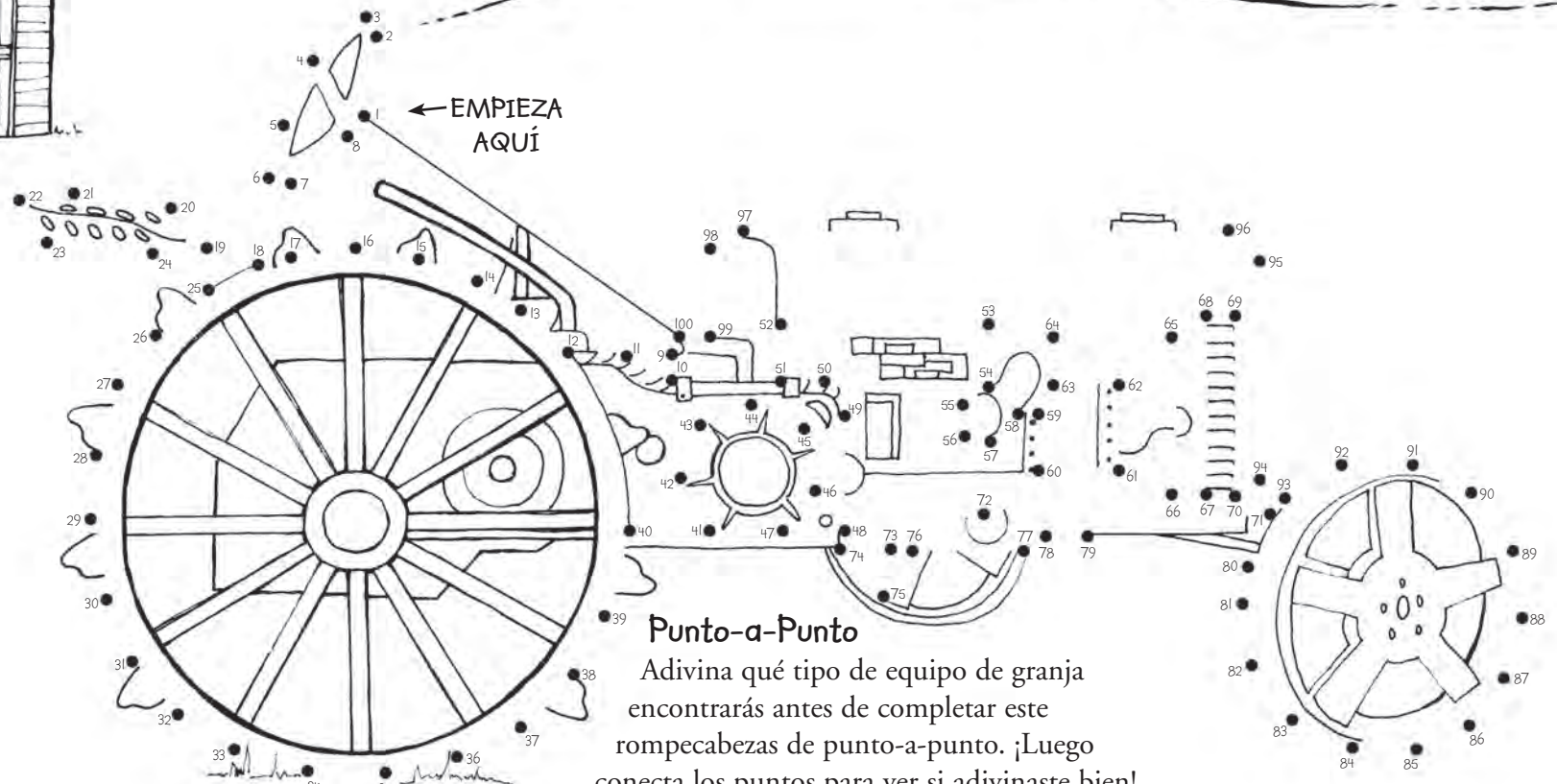
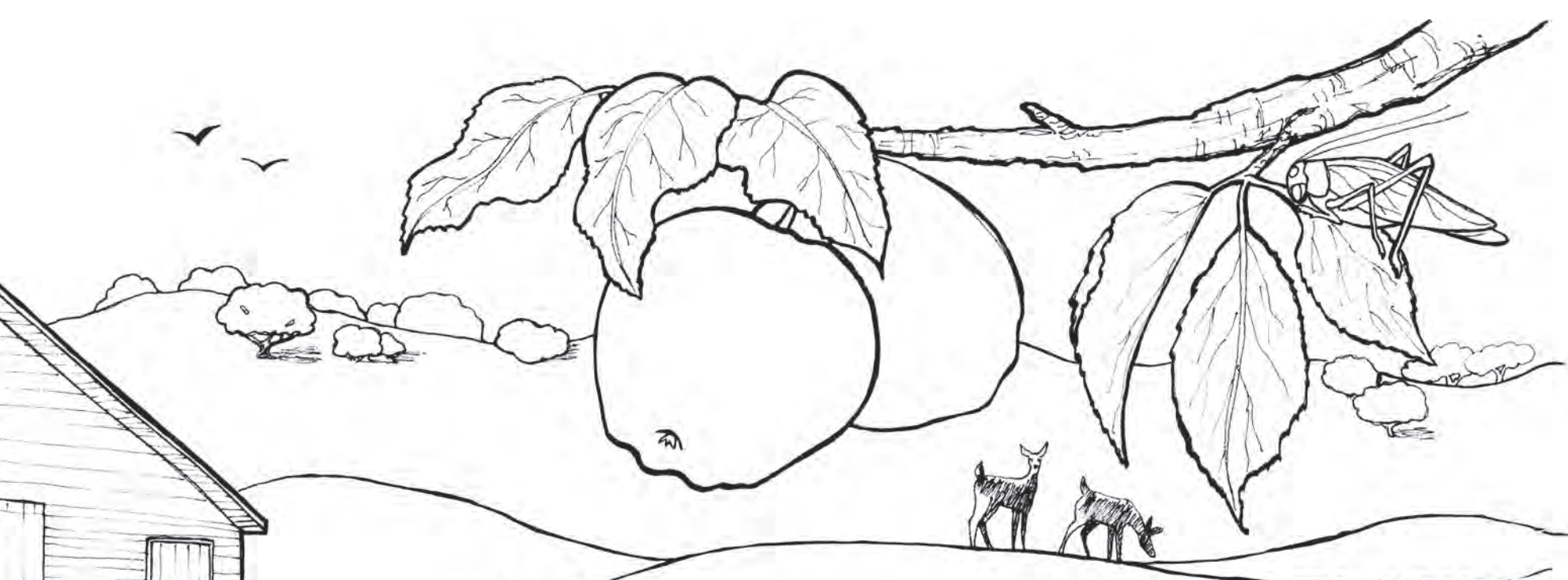
**TRACKS:** vías, los rieles y los travesaños que usan los carros de minerales.

**TUNNEL:** túnel, un largo y estrecho pasillo subterráneo que se usa para acceso a la mina y su ventilación.

# Garin Regional Park

Garin era una granja antes de que fuera Parque Regional.  
Adivina qué tipo de cultivo se sembraba y cosechaba aquí.  
(Consejo: Puedes encontrar la respuesta en este dibujo.)





← EMPIEZA  
AQUÍ

**Punto-a-Punto**

Adivina qué tipo de equipo de granja  
encontrarás antes de completar este  
rompecabezas de punto-a-punto. ¡Luego  
conecta los puntos para ver si adivinaste bien!



**East Bay**   
 Regional Park District  
 www.ebparks.org  
 ■ Zonas verdes regionales

**Estimados Padres y Madres:**  
**El Libro de Colorear y de Actividades del Distrito de Parques Regionales del Este de la Bahía** fue creado para entretener y educar a su hijo/a mientras se les presenta los Parques Regionales. Le animamos a hablar con su hijo/a de la seguridad, la cultura y el medioambiente al hablarle de los parques de este libro y al visitar los 65 Parques Regionales del Este de la Bahía.

Puede encontrar programas educativos y divertidas actividades para la familia en los parques al visitar nuestra página Web en [www.ebparks.org](http://www.ebparks.org) o en nuestro suplemento de periódico **Regional in Nature**. La guía de actividades en los parques **Regional In Nature** se publica cada dos meses y se puede encontrar en cualquier periódico ANG o en las publicaciones del Bay Area News Group.