

# The hydration Song!

**A todos los niños les encantan las canciones infantiles pegadizas, ¡para el deleite de los adultos!  
Canción pedagógica, ideal para una clase de inglés, que trata sobre la buena hidratación.**

**¡Todos a una, en inglés!**

**Objetivo:** aprender cantando y expresando con mímica los signos de la deshidratación, para inculcar el mensaje de «beber antes de tener sed». Escuchar la canción y aprender la letra mediante gestos mnemotécnicos. ¡La ocasión perfecta para crear una auténtica coreografía grupal!



**EstrIBILLO (x2)**

**Water, drink it everyday** hey

Monday to Sunday

Tell your friends about it, **water**

**Water, before** you are **thirsty,**

That's when you need it

Go and **sip on water,** all day

**Transición**

Don't wanna feel **dehydrated,**

**Drink** before you're **thirsty** yeah

**Sipping** water through the day

**Nothing** better yay yay yay



Dad I think that I'm **hungry**

But my **belly** is full

Maybe all that you need,

Is a **glass of water**

I'll take a **bottle** with me

**Everyday** at school

There's nothin' cooler

Than to have your **water**



Daddy, my pee is super yellow!  
It's because **you're not well hydrated**  
You need to **drink some water!**



**EstrIBILLO**

**Water, drink it everyday** hey

Monday to Sunday

Tell your friends about it, **water**

**Water, before** you are **thirsty,**

That's when you need it

Go and **sip on water,** all day



**Llevar consigo la mayor cantidad de agua posible**



**Fatiga inusual**



If you're **not feeling good**  
And you're having a **headache**  
Maybe all that you need  
Is a **glass of water**  
Daddy I'm **feeling tired**  
And **my mouth** is dry  
Do you know what you need?

**Water!**

**EstrIBILLO**

**Water, drink it everyday** hey

Monday to Sunday

Tell your friends about it, **water**

**Water, before** you are **thirsty,**

That's when you need it

Go and **sip on water,** all day



# The hydration Song!

## Traducción

### LA CANCIÓN DE LA HIDRATACIÓN

Papi, ¡mi pipí es muy amarillo!

**Deshidratación:** esa es la razón.

¡**Bebe agua** a mogollón!

#### **Estribillo**

**Cada día, agua** has de beber,  
de lunes a domingo y del revés.

Díselo a tus amigos: **agua**.

**Agua**, antes de **tener sed**  
es cuando la tienes que **beber**.

Sorbo a sorbo, ¿no lo ves?

Si te sientes regular  
y tu **cabeza va explotar**,

lo que necesitas es  
un **vaso de agua** beber.

Papi, **no puedo más**,

y mi **boca seca** está.

¿Qué podrías necesitar?

¡**Agua!**

#### **Estribillo**

**Cada día, agua** has de beber,  
de lunes a domingo y del revés.

Díselo a tus amigos: **agua**.

**Agua**, antes de **tener sed**  
es cuando la tienes que **beber**.

Sorbo a sorbo, ¿no lo ves?

Papá, **quiero comer**,

pero creo que **estoy lleno**.

Lo que necesitas es  
un **vaso de agua** beber.

En clase y el recreo,  
mi **botella** siempre llevo.

No hay nada más chulo  
que **beber agua** por un tubo.

#### **Transición**

Si no quieres **deshidratarte**, bebe antes de **tener sed**, ¡sí!

Sorbo a sorbo, todo el día, **beber agua** es tu deber, ¡sí!

#### **Estribillo (x2)**

**Cada día, agua** has de beber,  
de lunes a domingo y del revés.

Díselo a tus amigos: **agua**.

**Agua**, antes de **tener sed**  
es cuando la tienes que **beber**.

Sorbo a sorbo, ¿no lo ves?

¡Agua!

