



VALENTÍA

PurposeFULL
People

Conexión Familiar de Primer Grado

Visión General

¡Estamos emocionados de enfocarnos en el rasgo de la Valentía este mes! Una forma de pensar en Valentía es “elegir lo que es útil, correcto y amable, incluso cuando es difícil o da miedo”.

El Valor es 1 de los 3 rasgos en los que nos enfocaremos a lo largo del año que ayuda a los estudiantes a Ser Fuertes. A lo largo de la escuela, los estudiantes desarrollarán habilidades como enfocarse, organizarse y establecer metas.

En el Salón

En 1er grado, estamos aprendiendo estrategias de concentración junto con el rasgo de la Valentía. Centrarse en una tarea, seguir instrucciones o incluso una conversación nos ayuda a crecer en Valentía y tener más éxito.

Estrategias para enfocar nuestra mente:

- Respirar profundo (haz una respiración profunda y agradable y presta atención)
- Moverse (toma agua o muévete un poco, luego vuelve a enfocarte)
- Ignorar o alejarse de las distracciones

¡Trata de recordarle a tu estudiante en casa estas estrategias cuando concentrarse parezca un desafío!

Colorear con Valentía



Iniciadores de Conversación

- ¿Puedes compartir o mostrar lo que significa tener Valor?
- ¿Cuáles son las estrategias que puedes usar para ayudarte a concentrar?





VALENTÍA

Actividades Intencionales

PurposeFULL
People

Diviértanse conectando en familia este mes mientras practican Valentía. Aquí hay 3 "Actividades Intencionales" para que completen juntos. ¿Cuántas puedes hacer este mes?

Actividad Intencional #1

Reflexiona, piensa y discute con tu hijo o hija cosas que les gustaría hacer, pero que encuentran intimidantes o aterradoras. Tal vez sea un nuevo pasatiempo, probar un nuevo juego, compartir su arte o invento con otros, o emprender una aventura en algún lugar. ¡Ensayen una de estas cosas juntas/os y tomen una selfie para capturar el recuerdo!

Actividad Intencional #2

¡Revisa el concepto de Valentía o coraje en familia! Recuerda que Valentía es elegir lo que es útil, correcto y amable, incluso cuando es difícil o aterrador. ¿Qué es algo que has tenido miedo de discutir con tu estudiante? ¿Algo que podría ser difícil de explicar sobre nuestra comunidad o el mundo?. Lo más probable es que se enteren eventualmente y puede provenir de alguien que está menos informado o menos comprensivo que tú. Ten una conversación valiente con tu estudiante. Puede ser sobre el bullying, el ambiente, la incertidumbre, etc. Recuérdales que el amor y el apoyo son dos herramientas que podemos usar para practicar ser Valientes. Discutan en familia las formas en que pueden practicar el coraje en torno al tema que discuten.



Actividad Intencional #3

Todos hemos demostrado Valentía en nuestras vidas. Muchos de nosotros hemos visto a personas practicar coraje de maneras que nos han inspirado. Las historias son herramientas poderosas para conectarse como familia. Reserva tiempo esta semana para compartir entre todos historias sobre gente Valiente (puedes usar las indicaciones de la historia para comenzar). Al final de la conversación, piensen en una forma en que pueden practicar la Valentía esta semana.

Indicaciones de la historia:

- Una vez que yo (o alguien más) mostré Valentía fue ____.
- Un acto de coraje que me cambió/desafió fue ____.

