



PERSEVERANCIA

Conexión familiar de quinto

PurposeFULL
People

Visión general

Este mes tiene que ver con la Perseverancia. Una forma de pensar en la Perseverancia es “empujarse a sí mismo a través de desafíos y obstáculos”. Todos experimentamos desafíos en nuestras vidas. Todos tenemos momentos en los que sentimos que no podemos hacerlo o qué queremos renunciar a una gran tarea. Es importante desarrollar herramientas que nos ayuden a superar esos desafíos para crecer en esos momentos en lugar de rendirnos. ¿Cómo podrían practicar la perseverancia en familia este mes?

La Perseverancia es 1 de los 3 rasgos en los que nos centraremos durante todo el 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.

Iniciadores de conversación



- ¿Cómo puede ayudarte la planificación para enfrentar los desafíos, a lograr tus metas?
- Cuando trabajamos para lograr objetivos, ¿cómo nos ayuda la Perseverancia a alcanzarlos?

En el salón

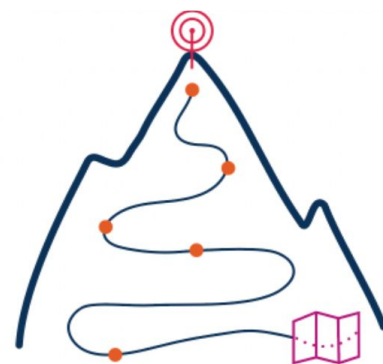
Mientras practican Perseverancia este mes, los estudiantes de 5to grado se enfocarán en establecer metas. Los estudiantes practicarán establecer un objetivo importante para trabajar, anticipar obstáculos y hacer un plan. Lo harán mediante el uso de OOP Goals.

OOP significa...

- **Objetivo:** visualizar el objetivo y pensar por qué es importante para ti.
- **Obstáculos:** Planear para desafíos. Si ____ se interpone en el camino, ¿qué puedes hacer?
- **Plan:** Desarrollar 3 acciones que necesitarás tomar para completar la meta.

Esta técnica ayuda a los estudiantes a Perseverar a través de los desafíos y los equipa para alcanzar sus metas.

O bjetivo
O bstáculo
P lan
METAS





PERSEVERANCIA

Actividades Intencionales

PurposeFULL
People

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

Actividad Intencional #1

La consistencia es difícil. Pide a cada miembro de la familia que se comprometa a hacer una cosa cada día de esta semana. Tal vez sea usar hilo dental, beber cierta cantidad de agua, acostarse a una hora determinada, limitar el tiempo de pantalla o hacer ejercicio. ¡Prepara un lugar donde cada persona pueda contar su progreso y mira quién puede mantener su racha por más tiempo!

Actividad Intencional #2

¡Revisa el concepto de Perseverancia en familia! Recuerda que la perseverancia es empujarse a sí mismo para superar desafíos y obstáculos. **Aquí hay un desafío divertido:** ¿Puedes pasar todo tu cuerpo a través de una ficha? Si bien parece imposible, con la técnica correcta de plegado y corte, ¡puedes lograrlo! Entrega a cada miembro de la familia una ficha de 4x6 y un par de tijeras. ¿Listos para la respuesta? Puedes encontrar las instrucciones y la solución en el internet buscando: "Pase su cuerpo a través de una tarjeta".



Actividad Intencional #3

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



Indicación de la historia:

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

