

Alegría DICIEMBRE 2022



DILO:

Alegría significa encontrar la manera de ser feliz, incluso cuando las cosas no suceden como esperas.

CONOCELO:

PREGÚNTALE A UN ADULTO:

- ¿Qué cosas en la vida te hacen feliz, incluso cuando no suceden como tú quieres?
- ¿Has conocido a alguien que parezca estar alegre todo el tiempo?

PREGÚNTALE A UN NIÑO(A):

- ¿Puedes pensar en alguien de tu salón de clases o familia que sea alegre? ¿Cómo te hace sentir estar cerca de esa persona?

MÍRALO:

La mayoría de nosotros ha visto la película Mi villano favorito en la que conocimos a pequeñas criaturas amarillas llenas de alegría, los Minions. Ve este video de la canción "Happy", de Pharrell Williams y habla de cómo sería tener esa clase de felicidad y alegría que parecen tener los Minions. Si quieres que sea muy divertido, inventa un baile con los movimientos de la canción. Comprueba si cantar y bailar en familia puede ayudarte a añadir un poco de alegría a tu día. <https://www.youtube.com/watch?v=MOWDb2TBYDg>

VIVELO:

Piensa en algunas de las cosas que dan alegría a tu familia y amigos. Dedicar un tiempo o gastar un poco de dinero para dar pequeños regalos que creas que darán alegría. Haz una tarjeta, hornea galletas, haz una tarea extra o un proyecto de servicio, regala un dulce. Pon atención a las personas que están teniendo un mal día y piensa en qué puedes hacer para alegrarles la vida.

PHASE

Alegría
DICIEMBRE 2022



Una vez que los niños llegan al final de la primaria, empiezan a tener su mayor primera crisis: **amistades.**

Esto no solamente ocurre con niños del cuarto y quinto grado.

Creas o no, las investigaciones están empezando a mostrar que en el kindergarten muchos niños ya empiezan a experimentar en como poder influenciar y conectarse con amigos a toda costa.

Significa que, apenas comienzan a reconocer que hay otras personas en el mundo aparte de ellos, empiezan a tomar decisiones basadas en el tipo de amigos que ellos quieren atraer.

Aquí hay algunas maneras de cómo puedes ayudar a tus niños de primaria a desarrollar amistades.

- Ayúdelos a desarrollar confianza en sí mismo.
- Incrementen el círculo de personas alrededor de ellos para incluir adultos de tu confianza.
- Hagan preguntas acerca de lo que esté ocurriendo con sus amistades.
- ¡No te preocupes! Cada fase es nueva para tu hijo o hija, y para ti también como padre. Siempre van a ver obstáculos en el camino.

Entonces, no te olvides: Desarrollar amistades es parte de la vida de un niño y cada uno está aprendiendo a medida que avanzan.