Perseverance (Grades K-2)
For PurposeFull Families

PurposeFull People

EXPLANATION:

This month we're talking about the trait of Perseverance. The dictionary defines it as: "Persistence in doing something despite difficulty or delay in achieving success." The definition we are using in class is:

Perseverance: the ability to work through situations even when there are obstacles or challenges in the way.

A lot of research today is telling us that the highest indicators of success in our kids isn't just about their grades or their IQ. The number one skill that helps people of all walks of life be successful is GRIT! The ability to persevere in the face of adversity or even failure. Over the course of the month, we will talk about inspiring people who faced many failures before they found success. We will talk about what it means to navigate tough stuff, even when it feels overwhelming or really hard. We will talk about having a Growth Mindset - to see challenges and failure as an opportunity to grow instead of a brick wall.

CONVERSATION STARTERS:

- What do you know about rabbits? What do you know about turtles? Which one should win if they were to have a race? Have you heard the story about the Tortoise and the Hare? The hare proudly bragged about his speed and knew that he'd win, so he rested a lot and let himself get sidetracked and distracted. The turtle took a slow and steady approach to the race, plodding along at a pace that was right for him to make sure he had stamina and endurance. In the end, it's the turtle who wins by a hair. What is this story trying to tell us?
- Failure is a part of Perseverance. What does it mean to fail? Can you think of a time when you failed and were not able to reach your goal? What are some ways we can respond to failure that are both positive and negative?
- Share a personal story of Perseverance with your child. What were your challenges? What or who helped you persevere? What tangible steps did you take? What lessons did you learn?

QUESTIONS YOU COULD ASK:

- Why do you think it's important to keep on going, even when things get hard? Who do you think about when you hear, "Quitters never win and winners never quit?" What makes them so good at Perseverance? Do you think there's ever a time that it'd be okay to quit?
- Discuss a time in your life when you persevered even though it may have been difficult. What happened and how did you feel? What did you learn from the experience?
- What's a challenge for you right now? What's the hardest part? What are some resources - people, strategies, tools, inspiration - that could help you? What's one step we can take together to overcome this challenge?

APPLICATION:

Books:

- *The Most Magnificent Thing* by Ashley Spires
- *A Beautiful Oops* by Barney Saltzberg
- *Flight School* by Lita Judge
- *The Water Princess* by Susan Verde
- *Leo The Late Bloomer* by Robert Kraus
- *Dream Big*, LIttle Pig by Kristi Yamaguchi

Videos:

- *The Very Busy Spider* - A spider works diligently to spin her web. Despite numerous animals trying to distract her, she perseveres to finish the job.

- *Of Thee I Sing* - In a touching letter to his daughters, Barack Obama chronicles heroes who used Perseverance to shape our world, all the while connecting the gifts of each historical figure with those he sees in his children. The book is a lovely window into how Perseverance has changed our nation as well as a mirror for students to see this possibility in themselves.

FOR YOUR READING:

- Check out Mindset by Carol Dweck, this Growth Mindset post, and Why Mindset Matters.
  Helping children deal with challenges is a big part of Perseverance. Read this article to learn ways you can help your child cope with challenges.

© Copyright 2019 - PurposeFull People

Perseverance (Grades K-2)
For PurposeFull Families

PurposeFull People

ACTIVITY:

Set a family mindfulness mantra to help you persevere when you're tempted to give up. Consider these: *Just keep swimming. Stick with it. Keep on keeping on. Change the plan, not the goal. Keep your eye on the prize.* Encourage and help your child to write your family mantra on several 3x5 cards and post them around the house to keep them visible and use them to check in every few days.

PURPOSEFULL PURSUITS:

The Power of Yet

Watch "The Power Of Yet" as a family and then set an intention to accomplish something that you haven't successfully done (yet) - something that's going to challenge you and stretch your endurance and Perseverance. Maybe it's something like cleaning out a garage, starting a vegetable or flower garden, or purging shelves to donate or share some things you haven't used in a while.

Toughness: 3
Time: 3
Type: Group

That's Puzzling

Putting together a jigsaw puzzle can be a terrific way to sharpen your ability to persevere. Put a 300-piece jigsaw puzzle on the table and invite family members to meet and connect the pieces. How long will it take? Set a timer as a goal-setting tool if you find yourself getting frustrated and tempted to leave the table too quickly. When you finish, try a 500-piece puzzle.

If you don't have a puzzle at home or nearby, work with your child to draw one, cut it up, mix up the pieces, and recreate it together.

Toughness: 2
Time: 3
Type: Group

"Practice Makes Perseverance"

Collaborate with your child or the whole family to set a goal. The goal can be anything that requires regular attention or practice such as:

- Growing a reading level
- Learning to cook a new meal
- Developing a new athletic skill
- Practicing independence (morning routine, homework, preparing for school, managing medication, self advocacy, etc.)
- Investigating your family history to create a family tree

Once you've set the goal, think of 1-3 habits or regular action steps that you will need to achieve your goal. Create a habit tracker and check in daily to track progress.

You can check out this article about how to track habits with kids for inspiration: https://www.parentmap.com/article/what-is-habit-tracking-kids

Don't forget to set a habit goal and plan a celebration for meeting it! Achieving your original goal is one reward, but it's helpful to have a reward just for practicing and developing habits, even if you haven't accomplished your end goal...yet!

Toughness: 4
Time: 4
Type: Group

Perseverance Prize

Your family members are going to be working hard on Perseverance this month! Using items around the house, work together to create a "Perseverance Prize." The prize can be awarded to a family member who has been working hard on a goal. Family members should display the prize proudly! When the awarded family member spots another family member using Perseverance, they can pass on the prize to the next person! Keep the prize moving throughout the house to celebrate each other's accomplishments.

Toughness: 1
Time: 1
Type: Partner

© Copyright 2019 - PurposeFull People

Perseverancia (Grados K-2)
para familias con propósito

EXPLICACIÓN:

Este mes hablaremos de la Perseverancia, como otro de los rasgos del carácter. El diccionario define perseverancia como "hacer algo a pesar de ser difícil o de no ver resultados inmediatos". La definición que usamos en clase es:

Perseverancia: la habilidad de trabajar en situaciones difíciles aún cuando haya obstáculos o retos en el camino.

Muchas investigaciones nos demuestran hoy que el indicador más grande de éxito en nuestros hijos no es el cociente de inteligencia (IQ) o las calificaciones que saquen en la escuela. La habilidad más importante en las personas de cualquier edad para alcanzar el éxito es GRIT! La habilidad de perseverar frente a la adversidad o incluso el fracaso. En el curso de este mes hablaremos de gente que ha sobrepasado muchos fracasos, antes de llegar al éxito.Hablaremos de lo que significa navegar por momentos duros a pesar de sentirse algunas veces agobiada/o o verdaderamente frustrada/o. Hablaremos de tener una mente abierta, que vea en los problemas y los retos oportunidades para crecer y no como obstáculos imposibles de conquistar.

CÓMO COMENZAR LAS CONVERSACIONES:

- ¿Qué sabes acerca de los conejos? ¿Qué conoces de las tortugas? ¿Cúal de los dos debería ganar si hicieran una carrera? ¿Has escuchado el cuento de "La tortuga y la liebre"? La liebre se las dió mucho de su velocidad y sabía que iba a ganar, entonces decidió descansar y en esas se distrajo y perdió cuenta del tiempo. La tortuga tuvo un enfoque diferente de la carrera y caminó lenta, pero continuamente, teniendo en cuenta que tendría que llevar un paso que le asegurara resistencia y estamina para terminar el reto. Al final, es la tortuga la que gana por un pelo! ¿Qué nos enseña este cuento?.
- El fracaso es parte de la perseverancia. ¿Qué significa fracasar? ¿Puedes recordar un tiempo en que fracasaste y no alcanzaste tu objetivo? ¿De qué maneras podemos responder ante los fracasos que sean a la misma vez positivas y negativas?
- Comparte una historia personal de perseverancia con tu hijo/a. ¿Cuáles fueron los retos? ¿Qué o quién te ayudó a perseverar? ¿Qué pasos concretos tomaste y qué lecciones aprendiste?

PREGUNTAS QUE PUEDES HACER:

- ¿Por qué crees que es importante continuar aún cuando las cosas se ponen difíciles? ¿Piensas en alguien especial cuando oyes la frase " los que se renuncian nunca ganan, y los ganadores nunca renuncian" ? ¿Qué los hace tan buenos en perseverar? ¿Tú crees que hay un momento en que está bien darse por vencido?
- Platica sobre algún momento en tu vida en que perseveraste, aunque las condiciones eran muy difíciles. ¿Qué pasó y cómo te sentiste? ¿Qué aprendiste de esa experiencia?
- ¿Cuál es tu desafío en este momento? ¿Qué es lo más difícil? ¿Cuáles son tus fuentes de apoyo -gente, estrategias, herramientas-,inspiración- que te pueden ayudar? ¿Qué paso podríamos dar juntos/as para superar ese reto?

APLICACIÓN:

Libros:

- *The Most Magnificent Thing* (La cosa más maravillosa) por Ashley Spires
- *A Beautiful Oops* (Un oh oh bonito) por Barney Saltzberg
- *Flight School* (Escuela de vuelo) por Lita Judge
- *The Water Princess* (La princesa de agua) por Susan Verde
- *Leo The Late Bloomer* (Leo, el gran metepatas) por Robert Kraus
- *Dream Big*, (Sueña en grande, cerdito) por Kristi Yamaguchi

Videos:

- *The Very Busy Spider* - La muy ocupada araña
- Una araña trabaja diligentemente en hacer su telaraña. A pesar de que muchos animales tratan de distraerla, ella persevera y termina su trabajo.

- *Of Thee I Sing* - Para ti yo canto
- En una conmovedora carta para sus hijas, Barack Obama describe los héroes que usaron perseverancia para mejorar el mundo, mientras que conecta los dones de cada figura histórica con los dones que él ve en sus hijas. El libro es una ventana encantadora hacia cómo la perseverancia ha cambiado nuestro país a la vez que es un reflejo para los estudiantes de ver las posibilidades que ellos mismos tienen.

PARA TU LECTURA:

- Checa Mindset (Mentalidad) por Carol Dweck, este articulo de Growth Mindset (Mente abierta) y , Why Mindset Matters.(Por qué la actitud mental importa). Ayudar a los niños a manejar los desafíos es una parte importante de la Perseverancia. Lee este this article (este artículo) para aprender formas de ayudar a tus hijos a manejar los retos.

© Copyright 2019 - PurposeFull People

Perseverancia (Grados K-2)
para familias con propósito

ACTIVIDAD:

Crea una frase familiar que te ayude a perseverar cuando estés tentado a darte por vencido. Considera algo como : *sigue intentando, no te des por vencido, continúa continúa, sigue adelante, cambia el plan no el objetivo, no quites la mirada del premio*, Anima y ayuda a tu hijo/a a escribir la frase familiar en tarjetas de 3X5 y a ponerlas por toda la casa para que se vean. Usa las tarjetas para checar con frecuencia los esfuerzos de perseverancia.

ACTIVIDADES INTENCIONADAS:

The Power of Yet El poder del todavia

Miren en familia "El poder del todavía" y declaren una intención de hacer algo en lo cual no han tenido éxito (todavía) ; algo que sea un reto para ustedes y expanda su resistencia y su perseverancia. Quizá sea algo como limpiar el garaje, ir por tu ropero y regalar lo que no usas, empezar un huerto o un jardín de flores...

Dificultad: 3
Tiempo: 3
Tipo: Grupo

Rompamos cabezas

Los rompecabezas pueden ser una manera de afilar tu habilidad de perseverar. Pon sobre una mesa un rompecabezas de 300 piezas e invita a tu familia a armarlo en conjunto. Mide el tiempo que gastan en hacerlo. Pon un minutero con un mínimo tiempo límite como herramienta para alcanzar tu objetivo por si acaso se encuentran frustrados y sintieran la tentación de darse por vencido. Cuando terminen, hagan lo mismo con un rompecabezas de 500 piezas. Si no tienen un rompecabezas en casa, trabaja con tu hijo/a para pintar algo y luego cortarlo en pequeñas piezas, revuélvelas y traten de armarlo nuevamente.

Dificultad: 2
Tiempo: 3
Tipo: Grupo

"La práctica hace la perseverancia"

Colabora con tu hijo/a o con toda la familia para fijar un objetivo común. El objetivo puede ser algo que requiera atención o práctica, como:

- Subir un nivel de lectura
- Aprender a cocinar una receta nueva
- Desarrollar una habilidad en un deporte nuevo
- Practicar independencia (rutina de la mañana, asignaciones, prepararse para la escuela, manejar los medicamentos, autodefensa, etc.)
- Investigar la historia familiar y crear un árbol genealógico.

Una vez decidido el objetivo, piensa en 1-3 hábitos o pasos que se necesitan para conseguir la meta. Crea una "checador de hábitos" y consúltalo diariamente.

Puedes checar el siguiente artículo para aprender cómo se pueden rastrear los hábitos con la inspiración de niños: https://www.parentmap.com/article/what-is-habit-tracking-kids

No olvides establecer un objetivo y planear la celebración cuando lo alcancen. Alcanzar el objetivo inicial es de por sí un premio, pero también es importante tener alguna recompensa por el sólo hecho de practicar y desarrollar hábitos, aunque no se haya alcanzado el objetivo inicial...todavía.

Dificultad: 4
Tiempo: 4
Tipo: Grupo

El premio a la Perseverancia

Los miembros de tu familia van a trabajar duro este mes en la Perseverancia! Usando objetos caseros, trabajen juntos para crear un "premio a la perseverancia". Ese premio se le puede otorgar al miembro de la familia que ha trabajado mucho más para alcanzar su objetivo. Los miembros de la familia pueden mostrar con orgullo su premio. Cuando el ganador encuentre a otro miembro de la familia practicando perseverancia, puede pasarle el premio. Continúen pasando el premio hasta celebrar el éxito de todos la familia.

Dificultad: 1
Tiempo: 1
Tipo: Compañero

© Copyright 2019 - PurposeFull People

Perseverance (Grades 3-5)
For PurposeFull Families

EXPLANATION:

This month we're talking about the trait of Perseverance. The dictionary defines it as: "Persistence in doing something despite difficulty or delay in achieving success." The definition we are using in class is:

Perseverance: the ability to work through situations even when there are obstacles or challenges in the way.

Angela Duckworth is an author and researcher who discovered that the most successful people in our world right now have one big thing in common: their ability to persevere through tough situations. She calls it Grit! In fact, she found that Grit is a higher indicator of success than SAT scoores, IQ, or GPA. This month, we are talking about how we respond when things get really hard or when we feel like we've failed or can't do something. Over the next few weeks, there will be stories of inspiring and resilient role models. We will talk about what happens and what our thought process is when we feel frustrated or stumped. We will talk about having a Growth Mindset instead of a Fixed Mindset - to see challenges and failure as an opportunity to learn or try a new path instead of thinking, "I'm just not good at this" or, "If I failed this time, I will fail again next time." People that persevere are people that know failure is just the beginning of new growth or learning!

CONVERSATION STARTERS:

- Have you ever heard the word stick-to-it-tive-ness? What do you think it means? When have you shown stick-to-it-tive-ness? How did sticking to something show Perseverance? When have you decided not to stick with something? What happened? What did you learn? How, if at all, might you do that differently?
- "Positive self-talk" is when we say encouraging words to ourselves in our minds and sometimes out loud. What does positive self-talk have to do with Perseverance? Can you name some examples of positive self-talk that you can use when faced with a challenge? Examples:
  - Even though this is tough, I am going to keep trying.
  - If it gets too hard, I can ask for help.
  - Sometimes things don't go as planned and that's ok.
- Share a personal story of Perseverance with your child. What were your challenges? What or who helped you persevere? What tangible steps did you take? What lesson did you learn?

QUESTIONS YOU COULD ASK:

- What do you think the expression, "Go slow to go fast" means? How could you apply it to the last project you did? How about the next project you'll do? How could we apply it to our chores at home? To keeping the house clean? To straightening our rooms? How about in our relationships?
- How would you teach someone to persevere? What would it look like?
- What's a challenge for you right now? What's the hardest part? What are some resources - people, strategies, tools, inspiration - that could help you? What's one step we can take together to overcome this challenge?

APPLICATION:

Books:

- *Hatchet* by Gary Paulsen
- *Almost Home* by Joan Bauer
- *She Persisted Around the World* by Chelsea Clinton
- *What Do You Do With A Problem?* By Kobi Yamada
- *The Most Magnificent Thing* by Ashley Spires
- *Leo The Lightning Bug* by Eric Drachman
- *The Tortoise and the Hare* by Jerry Pinkney

FOR YOUR READING:

- Mindset by Carol Dweck
- 10 Big Ideas from Mindset
- Stop keeping score; learn instead
- Why "good job!" is the Worst Kind of Praise

© Copyright 2019 - PurposeFull People

Perseverance (Grades 3-5)
For PurposeFull Families

PurposeFull People

ACTIVITY:

Work together to create an "I Will" statement to help your children live out the value of Perseverance. For example: "I will fall down 10 times and get up 11." Once they have their own "I Will" intentions, invite them to write them down and post them on the bathroom mirror that they use, so they can see it and be reminded every time they brush their teeth.

PURPOSEFULL PURSUITS:

Unlocking Fixed Mindsets

A hallmark of having a "Growth Mindset" is persevering through challenges and mistakes to adopt an "I can" mindset and attitude. Work together as a family to unlock some fixed mindsets. Come up with a few of your own fixed mindsets to unlock, then focus this week to change **I cannots** to **I cans**:

I can't do math.
I stink at science.
I'm not that smart.
I'm not a good writer.
I'll never spell very well.
I am not an artist because I can't draw well.

Toughness: 2
Time: 1
Type: Group

Book Scavenger Hunt

Go through the books in your home or at the local library to find stories with a Perseverance theme. Set a timer and see who can find the most in a desired time frame (we suggest 15 minutes). Meet back in the living room or the middle of the library and share what you found, giving support for how each book showcases Perseverance.

Toughness: 4
Time: 4
Type: Partner

Perseverance Posters

Part of practicing perseverance is setting specific goals and developing action steps to work towards them!

Optional materials: You can gather a bunch of magazines or newspapers - you can often find inexpensive ones from local thrift stores or libraries - and print out images from online or use your own craft supplies to draw your own images!

Each member of the family should have a piece of paper or poster. Each person should choose a goal they want to work towards and an image to represent the goal. Really focus on an image that shows not only the accomplishment but how it will feel as well. Place the image in the middle of the paper. Then cut out and glue or draw images that show all of the action steps you will take to get there all around your goal. You can also glue or draw words of inspiration and encouragement. When your collages are done, share them with the rest of the family and place them together somewhere everyone can see them regularly. Now not only do you have a goal and action plan, but you have accountability partners to check in with you and motivate you to practice Perseverance!

Toughness: 3
Time: 4
Type: Flexible

Accomplishing the Impossible!

Can you fit your whole body through an index card? While it sounds impossible, with the correct folding and cutting technique, you can make it happen! Give each family member a 4x6 index card and a pair of scissors. Tip: Have extra index cards on hand to allow family members to make multiple attempts! Ready for the answer? Read the directions here: https://www.wikihow.com/Fit-Your-Body-Through-an-Index-Card for the solution.

Toughness: 3
Time: 1
Type: Group

© Copyright 2019 - PurposeFull People

Perseverancia (Grados 3-5)
para familias con propósito

EXPLICACIÓN:

Este mes vamos a platicar sobre la Perseverancia. El diccionario define perseverancia como "Persistencia en hacer algo a pesar de las dificultades o el retraso en alcanzar el éxito. La definición que vamos a utilizar en clase es:

Perseverancia: La habilidad de trabajar en situaciones difíciles aún cuando hay obstáculos y retos en el camino.

Angela Duckworth es una autora e investigadora que ha descubierto que las personas más exitosas del mundo tienen todas una cosa en común: la habilidad para perseverar en situaciones difíciles.Ella la llama GRIT! De hecho, ella encontró que Grit es un indicador mejor que el puntaje de los exámenes de SAT, el cociente de inteligencia (IQ) o el GPA (promedio de notas de la escuela). Este mes hablaremos de cómo responder cuando las cosas se ponen realmente difíciles, cuando sentimos que hemos fracasado o que no podemos hacer algo. En las próximas semanas tendremos historias que inspiran y modelos de resistencia. Hablaremos de qué pasa y cuál es nuestro proceso de pensamiento cuando nos sentimos frustrados o derrotados. Platicaremos sobre cómo tener una mente creativa o abierta y no una mente cerrada, para poder ver los desafíos y fracasos como oportunidades para aprender o tratar un camino diferente, en lugar de pensar "no soy bueno/a para esto" o " si fracasé una vez, seguro que vuelvo a fracasar". La gente que persevera es gente que sabe que los fracasos son sólo el principio de un camino de crecimiento y aprendizaje.

CÓMO COMENZAR LAS CONVERSACIONES:

- ¿Has escuchado la palabra "stick-to-it-tive-ness" o en español algo como aférrate a lo que haces? ¿Qué crees que significa? ¿Has demostrado alguna vez stick-to-it-tive-ness? ¿ Cómo crees que aferrándose a algo es muestra de perseverancia? ¿Cuándo has decidido darte por vencido? ¿Qué pasó en esa oportunidad, qué aprendiste? ¿Qué harías diferente?
- "Hablarte a tí mismo positivamente" es cuando nos decimos cosas a nosotros mismos que nos animan, bien en nuestra mente o en voz alta. ¿Cómo crees que hablarte a ti mismo con positivismo tiene que ver con perseverancia? Nombra algunos ejemplos de hablarte a ti mismo de manera positiva cuando te enfrentas a desafíos. Por ejemplo:
  - A pesar de que esto es difícil, voy a seguir intentándolo.
  - Si esto se pone muy difícil, voy a pedir ayuda. .
  - Algunas veces las cosas no salen como las planeamos y eso está bien.
- Comparte una historia de perseverancia con tu hijo/a. ¿Cuáles fueron los retos? ¿Qué o quién te ayudó a perseverar? ¿Qué pasos en concreto tomaste y qué lección aprendiste?

PREGUNTAS QUE PUEDES HACER:

- ¿Qué piensas que significa la expresión " despacio que estoy de afán"? ¿Cómo aplicas esta frase al último proyecto que hiciste o al próximo proyecto que vas a realizar? ¿Se puede aplicar esta frase para las tareas de la casa, tales como mantener la casa limpia, ordenar tu cuarto? Y ¿en nuestras relaciones personales?
- ¿Cómo le enseñarías a alguien acerca de la perseverancia? ¿Cómo crees que resulte?
- ¿Cuál es tu mayor reto en este momento? ¿Cuál es la parte más difícil? ¿Cuáles son algunos de los recursos que tienes -gente, estrategias, herramientas, inspiración- que te podrían ayudar? ¿Qué pasos podrían tomar juntos que te ayuden a sobreponer este reto?

APLICACIÓN:

Libros:

- *Hatchet* (Hacha) por Gary Paulsen
- *Almost Home* (Casi en casa) por Joan Bauer
- *She Persisted Around the World* (Ella persistió por todo el mundo) por Chelsea Clinton
- *What Do You Do With A Problem?* (¿Qué haces con un problema?) por Kobi Yamada
- *The Most Magnificent Thing* (La cosa más maravillosa) por Ashley Spires
- *Leo The Lightning Bug* (Leo, la libélula) por Eric Drachman
- *The Tortoise and the Hare* (La tortuga y la liebre) por Jerry Pinkney

PARA TU LECTURA:

- Mindset (Mentalidad) por Carol Dweck
- 10 Big Ideas from Mindset (10 grandes ideas de Mentalidad)
- Stop keeping score: learn instead (deja de llevar cuentas; mejor aprende)
- Why "good job!" is the Worst Kind of Praise (¿Por qué "buen trabajo" es la peor alabanza?)

© Copyright 2019 - PurposeFull People

Perseverancia (Grados 3-5)
para familias con propósito

ACTIVIDAD:

Trabajen juntos para crear un tablero de "yo lo haré" que le ayude a su hijo/a a vivir y practicar el rasgo de la Perseverancia. Por ejemplo, "caeré 10 veces, pero me levantaré 11". Una vez que ellos tengan su propio tablero, invítalos a que lo tengan visible -por ejemplo en el espejo del baño que usan- para que recuerden ser perseverantes cada vez que lo vean y se laven los dientes.

ACTIVIDADES INTENCIONADAS:

Abrir las mentes cerradas

Una señal inequívoca de una mente abierta es perseverar de cara a los retos y errores y adoptar una actitud de "yo sí puedo". Trabajen juntos como familia para abrir algunas mentes cerradas. Tú mismo trata de cambiar algunas de tus actitudes cerradas por unas más abiertas. El énfasis esta semana es en cambiar el "**no puedo**" por "**sí puedo**".

No puedo con las matemáticas.
Soy pésimo para las ciencias.
No soy inteligente.
No soy un buen escritor.
Nunca podré deletrear bien.
No soy artista, porque no se dibujar bien.

Dificultad: 2
Tiempo: 1
Tipo: Grupo

Búsqueda de libros

Revisa los libros en tu casa y en la biblioteca pública para encontrar libros sobre el tema de la Perseverancia. Pon un minutero y rétense a ver quién encuentra más dentro de un tiempo límite. (sugerimos 15 minutos). Reúnanse luego en la sala de la casa o en la mitad de la biblioteca y comparten lo que han encontrado, demostrando que cada libro habla de Perseverancia de alguna manera.

Dificultad: 4
Tiempo: 4
Tipo: Compañero

Carteles de perseverancia

Parte de practicar la perseverancia es fijar objetivos definidos y desarrollar pasos concretos para lograrlos.

Materiales opcionales : Puedes reunir un poco de revistas o periódicos -puedes encontrar algunos baratos en tiendas de segunda mano o en las bibliotecas- o imprime imágenes del internet o simplemente dibuja tus propias imágenes!

Cada miembro de la familia debe tener una hoja de papel o una cartulina para preparar su propio cartel. Cada persona debe elegir un objetivo que quiera alcanzar e incluir una imagen que represente la meta. Realmente en enfoque debe ser en una imagen que muestre no sólo el logro, pero el sentimiento de lograrlo. Colocar la imagen en la mitad de la hoja. Cortar y pegar las imágenes que muestran los pasos que se van a tomar para lograr el objetivo. Se pueden incluir frases inspiradoras y de estímulo. Cuando los carteles estén listos, compartir con toda la familia y colocarlos en un lugar visible para que todos los vean regularmente. Ahora no solo tienes un objetivo y un plan de acción, sino que tienes compañeros que te van ayudar para checar y motivar la práctica de la Perseverancia.

Dificultad: 3
Tiempo: 4
Tipo: Flexible

Lograr lo imposible

¿Puedes poner todo tu cuerpo en una tarjeta de 4X6? Suena imposible, ¿verdad? Pero sabiendo la técnica correcta para doblarla y cortarla puedes lograrlo. Reparte a cada miembro de la familia las tarjetas y unas tijeras. Clave: Ten varias tarjetas para que se puedan hacer varios intentos. ¿Listo/a para la respuesta? Lee las directions aquí o mira este video video para la solución.

Dificultad: 3
Tiempo: 1
Tipo: Grupo

© Copyright 2019 - PurposeFull People