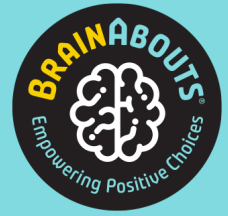


Grit - De prekínder a segundo grado

Recurso para la familia

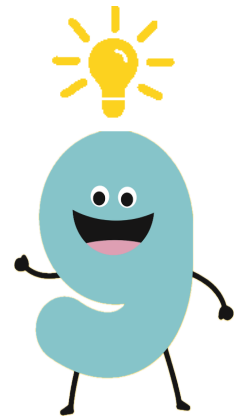


¿Qué es BrainAbouts?

BrainAbouts es un ecosistema de prevención e intervención temprana que empodera a los jóvenes para tomar decisiones positivas, apoya a los padres y ayuda al personal escolar a superar obstáculos en la implementación de programas basados en el cerebro.

Aprendiendo sobre la perseverancia – Los estudiantes aprendieron que...

1. La perseverancia significa no rendirse, incluso cuando las cosas se ponen difíciles. Se trata de dar lo mejor de ti, enfrentar los desafíos y seguir adelante hasta terminar. Tener perseverancia es ser fuerte y continuar trabajando, aunque las cosas no salgan como esperabas al principio.
2. Nuestro lóbulo frontal nos ayuda a superar la frustración, manejar los pensamientos de rendirse y seguir trabajando para alcanzar nuestras metas.
3. Algunas herramientas para ayudarnos a no rendirnos y demostrar perseverancia incluyen: tomar descansos, decir cosas positivas sobre nosotros mismos, tomar un refrigerio o beber agua.



Conexión Familiar

1. Conversen sobre una ocasión en que los adultos de la familia demostraron perseverancia durante una situación difícil.
2. Pregunten a los niños sobre un momento en que ellos tuvieron perseverancia, o notaron que alguien en la familia la demostró.
3. Inventen una afirmación familiar para cuando las cosas sean difíciles: una frase positiva que los anime a no rendirse.
4. Canten juntos la “Canción de la Perseverancia” y ¡deja que tu hijo(a) te enseñe la melodía!

Grit canción

♪ Cuando un problema pinte requetemal, ♪
no me rendiré y seguiré hasta el final.
Con tenacidad, fuerza y corazón,
sé que venceré a cualquier adversidad.
♪ Siempre me esforzaré y no me rendiré. ♪
Tenacidad, esfuerzo y lo superaré.

