



Un Verano Divertido con YMCA Project Cornerstone: Los Dichos

Una aventura de 8 semanas de lectura, juegos,
y mucho más.

Semana 8 – RECAPITULANDO EL VERANO CON PROJECT CORNERSTONE

El que persevera, alcanza.

Recordar es volver a vivir.

No dejes para mañana lo que puedes hacer hoy.

Querer es poder.

Amor grande vence mil dificultades.

¡Sí se puede!

Nunca olvides quién eres, ni de dónde vienes.

Revisión/Recapitulación: Mirando hacia atrás en las últimas siete semanas, ha habido mucha información para absorber. Tengan en cuenta que todas las herramientas que hemos descubierto nos animan a tener un buen carácter y lo más importante: ¡A ser **BUENOS!** ¡Así que vamos a divertirnos mientras encontramos formas de ser **AMABLES!**

Narración de libros: Ya has visto y escuchado siete narraciones. ¿Qué libro fue tu favorito? Haz que todos los miembros de la familia participen en un debate sobre los libros y sobre lo que más le gustó a cada uno de ellos. ¡Vuelve a ver tu historia favorita!

Actividades de la semana:

Lunes

Actividad para mejorar nuestra autoestima

La caja secreta con el tesoro más valioso del mundo.

Este juego nos encanta. Se trata de **explicarle a cada miembro de la familia que en una caja tenemos un tesoro muy especial, maravilloso, irreplicable y único en el mundo.**

¡Verás la expectativa que generarás!

De uno en uno, todos deberán ir abriendo la caja y **dentro encontrarán un espejo.** Cuando todos hayan abierto el tesoro pediremos que digan en voz alta qué es lo que han visto. A partir de ahí, **podemos aprovechar para preguntar qué creen ellos que les hace especiales y únicos.** Se trata de un juego genial para reforzar el concepto que cada quien tiene de uno mismo.

Martes

Meditación

Este video ayudara a tu familia a aprender a poner atención, calmarse y concentrarse. Esta actividad es una buena forma de conectar con nuestro yo interior.

El video se llama: Meditación para niños, atención y la concentración.

<https://www.youtube.com/watch?v=EnZUDRtt1nw>

Miércoles

Hacer deporte juntos

Piensa en Pele y hablemos sobre la importancia de hacer deporte en familia. Seamos el espejo en el que se miran tus hijos, si tú haces deporte, ¡Ellos también querrán hacerlo! Busca una actividad que puedas compartir con ellos, por ejemplo, la natación, el fútbol o andar en bicicleta. Tómense el tiempo de realizar esta actividad en familia hoy y traten de hacer esta actividad física por lo menos 3 días a la semana. ¡No te arrepentirás! Tanto tú como tus hijos harán deporte ¡Y la pasarán sensacional!

Jueves

Mirar fotos, videos o películas familiares

¿Recuerdas a Rene? Si, el que tiene dos apellidos. A los niños les encanta mirar fotografías y si es con papá y mamá, ¡Aún más! Tal vez el día de tu boda, o un cumpleaños, o cuando eran bebés. Puedes aprovechar para contarles historias sobre sus abuelos o sobre ti cuando eras pequeño. Disfruten de esos momentos de conexión y sentimiento de pertenencia a la familia.

Viernes

Voluntariado

¿Qué motivo a Dolores Huerta y Cesar Chávez? Encuentren una actividad en familia para utilizar su tiempo. Tal vez recoger basura en un parque, tal vez repartir comida en un refugio o centro comunitario, también pueden visitar un asilo de ancianos o un hospital. Esta actividad les hará sentir gratitud por todo lo que tienen además de un sentido de servicio que se convierte en orgullo personal. Un sentimiento único y muy valioso.

Gracias por participar en **Un Verano Divertido**. Esperamos que tu familia haya disfrutado compartiendo las historias y actividades. Los invitamos a seguir utilizando todas las herramientas y consejos que han descubierto juntos. Recuerda siempre, ¡Ser **Amable** y ser un **Defensor/UPstander**!