

# Kindness (Grades K-2)

## For PurposeFull Families



### EXPLANATION:

This month we're talking about the beautiful character trait of Kindness. The dictionary defines it as: "the quality of being friendly, generous, and considerate." But it is so much more than that! The definition we are using in class is:

**Kindness: the choice to act with words, gifts, or actions to bring appreciation, positivity, and encouragement to others and yourself.**

The key part of this definition? Kindness is a choice that we get to make every day to bring good things into our lives and the world. Those good things can look like more than just some kind words; Kindness is given through our actions and our encouragement and our attitude and our gifts. We will spend time thinking about how to be kind to ourselves, to our environment, to animals, and to one another. We will get to experience meaningful words through compliments and feel the joy that comes from showing appreciation to others. We will think about how people like Jackie Chan and Booker T. Washington and Maya Angelou teach us Kindness. It will be a powerful and positive time!

### CONVERSATION STARTERS:

- Acknowledge your child for a time they showed Kindness to you. Be specific about what they did and how it made you feel.
- Who in our neighborhood or community might need our Kindness? How will we be able to tell?
- Talk about a time when someone was unkind to you. What do you wish the person would have done differently?

### QUESTIONS YOU COULD ASK:

- What does Kindness look like in our home? What does it look like in our neighborhood? What does Kindness look like in our extended family, our faith or spiritual practices, our community centers, our sports teams, etc.?
- Why is it important to show Kindness to people who aren't kind to you?
- What acts of Kindness have others shown you lately and how did you respond? How did it make you feel? How does random acts of Kindness help you grow?

### APPLICATION:

#### Books:

- [\*What Does It Mean to Be Kind?\*](#) by Rana DiOrio
- [\*Ready, Freddy! Kindness Counts!\*](#) by Abby Klein
- [\*I Walk with Vanessa: A Story About a Simple Act of Kindness\*](#) by Kerascoet
- [\*Be Kind\*](#) by Pat Zietlow Miller
- [\*The Invisible Boy\*](#) by Trudy Ludwig
- [\*Kindness Is Cooler, Mrs. Ruler\*](#) by Marjorie Cuyler
- [\*Because Amelia Smiled\*](#) by David Ezra Stein
- [\*Try a Little Kindness\*](#) by Henry Cole

### FOR YOUR READING:

- [\*Are you raising nice kids?\*](#) by Amy Joyce
- [\*Six ways to teach kindness\*](#) by Natasha Daniels

# Kindness (Grades K-2)

## For PurposeFull Families

PurposeFULL  
People

### ACTIVITY:

Work as a family to assemble a few Kindness Kits to keep in your car to give out when you see a person struggling with homelessness. Let your children help decide what you'll put in them. Some suggestions include a bottle of water, a pair of socks, a pack of gum or some mints, lip balm, a toothbrush, toothpaste, shampoo, soap, and/or deodorant.

### PURPOSEFULL PURSUITS:

#### Need Some Help?

Over dinner tonight, brainstorm ways that you can show Kindness to your neighbors. Maybe you've noticed that your neighbor hasn't walked his dog in a while. Perhaps there are some leaves that need to be raked or flower gardens that need to be weeded. Are there trash cans that could be brought in off of the curb? Or might there be a car that you'd be willing to wash? Discuss which service you might want to offer, then knock on a door and ask, "Need some help?"

Toughness: 2

Time: 2

Type: Group

#### Cooking Up Kindness

Dust off your favorite recipe, grab your budding chefs, and get cooking. In this challenge, you'll make something to share with a neighbor, colleague, or friend. Nothing says, "*YOU are loved*" quite as tastily as some homemade Kindness from your kitchen.

Work with your child to write a note and/or write out the recipe so you can spread the love a little further and perhaps inspire your recipient to pass it on!

Toughness: 3

Time: 3

Type: Group

#### Kindness Bingo

Have each member of the family fill out a bingo board with different ways you like others to show Kindness to you. Place each bingo board somewhere accessible for the whole family such as the refrigerator. Then, when someone commits an act on your board, color it in! Be sure to celebrate when the family has collaborated to get bingo! Some ideas may include:

- Help with a household chore
- Spend quality time together with no distractions (tv, phone, etc.)
- Play a game together
- Give a hug
- Write a card or letter saying what you love about someone

Toughness: 2

Time: 3

Type: Group

#### A Kind Face

Ask your child about a friend or family member that they feel like they haven't talked to in a while. Brainstorm 2-3 kind things that they feel about that person and then call them up and let them know! Better yet, video call them if you have access so they can see your smiling faces while you share.

Challenge yourself to reach out to one adult in your life and do the same. Call your cousin or your aunt or your friend that you haven't reached out to in awhile and give them the kind gift of time.

Toughness: 1

Time: 2

Type: Individual

# Amabilidad (Grados K-2) para familias con propósito



## EXPLICACIÓN:

Este mes estaremos platicando sobre el bello rasgo del carácter llamado Amabilidad. El diccionario la define como “ la cualidad de ser amigable, generoso y considerado”. Pero es mucho más que eso! La definición que usaremos es:

**Amabilidad: la escogencia de actuar con palabras, regalos o acciones para llevar aprecio, positivismo y ánimo a las personas y a ti mismo.**

¿Cuál es la parte clave de esta definición? Amabilidad es una escogencia, una elección que debemos hacer cada día para aportar cosas buenas a nuestras vidas y al mundo. Esas cosas buenas pueden ser más que simplemente palabras amables. La amabilidad se demuestra con nuestras acciones, nuestro ánimo, nuestra actitud y nuestros regalos. Vamos a tener tiempo para pensar cómo podemos ser amables con nosotros mismos, con nuestro ambiente, con los animales y los unos con los otros. Vamos a tener la experiencia de recibir y ofrecer palabras amables a través de cumplidos y de sentir la alegría que viene cuando se demuestra aprecio y agradecimiento hacia los demás. Vamos a pensar en gente como Jackie Chan, Booker T. Washington y Maya Angelou que nos enseñan sobre la Amabilidad. Va a ser un mes intenso y positivo!

## CÓMO COMENZAR LAS CONVERSACIONES:

- Reconoce alguna de las veces que tu hija/o ha mostrado Amabilidad contigo. Sé específico/a sobre lo que él o ella hizo y cómo te sentiste.
- ¿Quién en tu barrio o en tu comunidad puede necesitar nuestra Amabilidad? ¿Por qué lo sabes?
- Platica de la vez cuando alguien fue antipático /a contigo. ¿Qué te hubiera gustado que la otra persona hubiese hecho diferente?

## PREGUNTAS QUE PUEDES HACER:

- ¿Cómo reconocer la Amabilidad en tu casa? ¿en tu barrio? ¿con tu familia extendida?
- ¿En el sitio donde practicas tu religión o espiritualidad, en los centros comunitarios, en los equipos deportivos, etc.?
- ¿Por qué es importante mostrar Amabilidad a gente que no es amable contigo?
- ¿Que actos de Amabilidad te han ofrecido últimamente y cómo has respondido?  
¿Cómo te has sentido? ¿Cómo te ayuda a crecer, la acción de dar y recibir gestos amables sin razón aparente?

## APLICACIÓN:

### Libros:

- [\*What Does It Mean to Be Kind?\*](#) (¿Qué significa ser amable? por Rana DiOrio
- [\*Ready, Freddy! Kindness Counts!\*](#) (Listo, Freddy! la Amabilidad cuenta!) por Abby Klein
- [\*I Walk with Vanessa: A Story About a Simple Act of Kindness\*](#) (Un paseo con Vanessa: un cuento sobre pequeños actos amables) por Kerascoet
- [\*Be Kind\*](#) (ser amable) por Pat Zietlow Miller
- [\*The Invisible Boy\*](#) (El chico invisible) por Trudy Ludwig
- [\*Kindness Is Cooler, Mrs. Ruler\*](#) (La amabilidad es mas que “Cool”) por Marjorie Cuyler
- [\*Because Amelia Smiled\*](#) (porque Amelia sonríe) por David Ezra Stein
- [\*Try a Little Kindness\*](#) (Ensayo un poco de Amabilidad) por Henry Cole

## PARA TU LECTURA:

- [\*Are you raising nice kids?\*](#) ¿Estás levantando niños amables? por Amy Joyce
- [\*Six ways to teach kindness\*](#) Seis maneras para enseñar Amabilidad por Natasha Daniels

# Amabilidad (Grados K-2) para familias con propósito

## ACTIVIDAD:

Trabaja en familia para juntar algunas cosas y formar un Avío de Amabilidad para tener siempre en el carro y ofrecerlo a las personas sin hogar o a quienes crean que lo necesita más. Deja que tus hijos decidan que deben poner en él. Algunas sugerencias: una botella de agua, un par de medias, unas mentas, cepillo de dientes y pasta dental, champú, jabón y desodorante.

## ACTIVIDADES INTENCIONADAS:

### Necesita ayuda?

A la hora de la cena hagan una lluvia de ideas de las maneras en las cuales pueden mostrar Amabilidad a sus vecinos. Quizá has notado que la vecina no ha vuelto a caminar su perro; o tal vez hay algunas hojas que puedas rastrillar o algunos jardines que necesitan ser desyerbados. ¿Hay canecas de basura que puedes acercar a las casas, porque aún están en la calle? O ¿podrías lavar el carro del vecino? Discutan qué servicio pueden ofrecer y golpea en la casa del vecino y dí simplemente “Hay algo en que podamos ayudarle?”

Dificultad: 2

Tiempo: 2

Tipo: Grupo

### Cocinando Amabilidad

Desempolva tu receta favorita y manos a la obra: cocínenla con tus chefs de familia. Agrega a este desafío el compartirla con tu vecino, colega o amigo. Nada que exprese mejor el Amor que una deliciosa receta de amabilidad de tu propia cocina!

Una idea adicional es escribir una nota y/o escribir la receta de tal manera que se multiplique el amor y quizás inspire a la persona que la recibe a seguir expandiendo Amabilidad.

Dificultad: 3

Tiempo: 3

Tipo: Grupo

## Bingo de Amabilidad

Pide a cada miembro de la familia que llene un tablero de Bingo con diferentes expresiones y maneras de mostrar Amabilidad los unos con los otros. Coloca los tableros de Bingo en un lugar visible para toda la familia y cuando alguien muestre un acto de amabilidad, checa y colorea en el tablero. Al final, celebren con toda la familia. Algunas ideas incluyen:

- Ayudar con tareas domésticas.
- Pasar tiempo de calidad juntos, sin distracciones como los electrónicos!
- Jugar un juego juntos.
- dar un abrazo
- escribir un mensaje o una tarjeta expresando lo que te gusta de alguien.

Dificultad: 2

Tiempo: 3

Tipo: Grupo

## Una cara Amable

Pregúntale a tu hijo/a si hay algún familiar o algún amigo/a con quien no haya platicado hace tiempo. Platiquen acerca de dos o tres cosas buenas que sienten por esa persona y comunícale con ella y déjenle saberlo. Mejor aún si hacen una video-llamada para que pueda ver sus caras sonrientes!

Rétate a ti mismo para hacer lo mismo tú con alguna persona con quien no has platicado. Puede ser tu primo, tía o algún amigo y dale el regalo de tu tiempo!

Dificultad: 1

Tiempo: 2

Tipo: Individual