

IDEAS PARA JOVENES PARA QUE FORMEN ELEMENTOS FUNDAMENTALES DEL DESARROLLO

Tu puedes hacer una diferencia para ti mismo y para tus companeros aprendiendo sobre, y formando, los elementos fundamentales del desarrollo. Algunos jovenes han empezado aprendiendose los nombres de la mayoria de sus companeros en la escuela. Algunos forman los elementos fundamentales del desarrollo haciendose amigos de ninos pequenos. Otros han enfocado sus esfuerzos en hacer una diferencia en su congregation o comunidad.

Aqui hay ideas de como empezar a ser un constructor de elementos fundamentales del desarrollo:

- Aprende los nombres de tus vecinos (incluyendo adultos, ninos y otros adolesce ntes). Pidele a uno de tus padres que te presente con los vecinos que no conozcas.
- **Pon los 40 elementos fundamentales del desarrollo en tu habitation o en tu armario. Escoge uno de los elementos fundamentales del desarrollo cada dia y enfocate en fomentar este en tus amigos.**
- Vive una variedad de experiencias y actividades en musica, teatro, arte y atletismo, en la escuela y en tu comunidad.
- **Participa en por lo menos un grupo, equipo, o busca algo creativo que te guste tal como la actuacion o la musica.**
- Conoce a un adulto que admiras.
- **Reemplace el hacerle menos o humillar con cosas positivas.**
- Conviertete en un ejemplo andante de un constructor de elementos fundamentales del desarrollo. Aprende mas sobre la encuesta y lo que implica el cuadro de los elementos fundamentales del desarrollo.
- **Haz una nota para llamar a una de las personas importantes en tu vida que forma en ti elementos fundamentales del desarrollo. Dale la gracias por hacer una diferencia en tu vida.**
- Piensa en tus mejores amigos. ^Te ayudan a levantarte el animo o te bajan el animo? ^Como forman ellos los elementos fundamentales del desarrollo en ti? ^Como tu formas los elementos fundamentales del desarrollo en ellos?
- **Anda mas alia de lo habitual para saludar a tus vecinos.**
- Empieza un club de libros con tus amigos y lee solamente por diversion.

- **Practica diferentes maneras para decir "no" cuando la gente trata de hacer que tu hagas cosas que realmente no quieres hacer.**
- Habla sobre los 40 elementos fundamentales del desarrollo con miembros de tu familia. ^Cuales de los elementos fundamentales del desarrollo piensan los miembros de la familia que son los mas solidos en tu familia?
- **Si denes un trabajo de medio tiempo durante el ano escolar, litnita tu horario de trabajo a 15 horas por semana o menos para darles tiempo a los trabajos esco-lares, hacer cosas con la familia y amigos y para otras actividades.**
- Identifica en que son buenos cada miembro de tu familia y aprende de ellos. Si tu mama es buenisima en geografia, biiscalala cuando estes leyendo un mapa o necesites ayuda con una tarea de geografia. Si tu papa es genio en matematicas, buscalo para hacer un plan de ahorros o para ayuda con problemas de matematicas.
- **Habla con los jovenes en tu vecindario sobre las cosas buenas del lugar donde vives. Tambien discute las maneras como puedes mejorar tu vecindario.**
- Aunque tu familia te proporcione calor, carifio, un lugar de apoyo en el cual cre-cer, tambien busca apoyo en otros adultos en tu escuela, en organizaciones de la comunidad o en una congregation.
- **Examina las actividades que tienes fuera de la escuela. ^Sientes que tienes de-safios? ^Disfrutas de las actividades? ^Terminas tus tareas y tambien tienes tiempo para ti mismo, tu familia y tus amistades? Si no es asi, considera hacer al-gunos cambios.**
- Busca mentores adultos y personas que te entregan sanos ejemplos.
- **Involucrate en un asunto social que te interese como la pobreza, los derechos civiles, el hanibre, el abuso y la negligencia de ninos o la discrimination.**
- Involucrate en la comunidad por hacer trabajo voluntario.
- **Escoge una manera para formar una relation con un nino ya sea a traves del cuidado del nino, jugando a la pelota con un nino en el vecindario o como voluntario asistente de entrenador.**
- Busca gente e information que te ayude a lograr que tus suefios y planes se vuel-van realidad.