



# VIRTUDES OCTUBRE 2015



*Building Our Future Through  
Education, History and Culture!*



*Dando Vida a las Virtudes*

*Cortesía del:*

*Departamento de Educación de las Islas Vírgenes  
Division de Educación Cultural de las Islas Vírgenes*

## ***Preguntas más frecuentes***

### ***Aprenda más sobre el Proyecto de Virtudes***

#### **¿Qué es el Proyecto de Virtudes?**

El Proyecto de Virtudes que se considera una iniciativa de carácter mundial para inspirar la práctica de virtudes en todos los aspectos de vida fue fundado en 1991 por Linda Popov, el Dr. Dan Popov y John Kaveline. Reconocido por las Naciones Unidas durante el año Internacional de la Familia como un “programa global modelo para familias de culturas” sirve de catalizador para la renovación de generosidad, justicia e integridad en más de 90 países.

El Proyecto de Virtudes continua inspirando a miles de familias, educadores, líderes y empleados a cometer actos de generosidad y servicio, a sanar la violencia con virtudes y a crear comunidades seguras y atentas.

#### **¿Que son virtudes?**

Tomando prestada la descripción de Sharon, una niña de seis años, “Virtudes son lo bueno de nosotros”

Las virtudes son la esencia de lo que somos. Son el contenido de nuestro carácter y la base de una felicidad genuina.

#### **¿Por qué virtudes? ¿Por que no virtudes?**

Valores pueden ser cualquier cosa que valoramos y cuidamos. Podemos valorar hacernos ricos y famosos, podemos valorar ejercer influencia sobre los demás, pero eso no quiere decir que vamos a tener buen carácter. Los valores son específicos de la cultura ya que lo que se valora en algunas familias o culturas, en otras no se valora. Virtudes son mucho más elementales que los valores. Mientras los valores son específicos de la cultura, las virtudes son universalmente valoradas por todos.

#### **¿Por qué enseñar virtudes?**

Muchos maestros y administradores han llegado a la conclusión de que la aplicación de las estrategias del Proyecto de Virtudes transforma la cultura de la escuela lo cual ayuda a crear un ambiente de cuidado y respeto.

Han remplazado el desánimo con empoderamiento al descubrir que palabras como “holgazán”, “retardado”, “estúpido” “inaceptable”, desmoralizaba y desanimaba a los estudiantes.

Cuando los maestros desbordaban su salón de clase con palabras alentadoras tales como excelente, servicial, trabajador, compasivo, auto disciplinado, integro y bondadoso, el buen comportamiento florecía.

#### **¿Por que el Proyecto de Virtudes ha tenido tanto éxito?**

Su éxito se atribuye a la enseñanza y aplicación de las cinco estrategias. Estas estrategias son la contribución principal del proyecto de Virtudes. Están basadas en las virtudes que son universalmente valoradas por todas las culturas y religiones.

**¿Cuales son las cinco estrategias y por que son importantes?**

Las estrategias son importantes porque nos ayudan a vivir una vida más reverente y llena de propósito. Nos ayudan a criar niños llenos de compasión e idealismo y nos ayudan a crear una cultura de buen carácter en nuestras familias, escuelas y lugares de empleo.

**1. Usar el lenguaje de las virtudes:**

El lenguaje tiene el poder de inspirar y desalentar. El uso de virtudes para reconocer, guiar, corregir y agradecer, despierta lo mejor dentro de cada uno de nosotros.

¿Cuáles son sus virtudes de fuerza? ¿Cuáles son sus virtudes de crecimiento?

**2. Reconocer las oportunidades de enseñar:**

Reconocer las virtudes que necesitamos para enfrentar los retos diarios nos ayuda a convertirnos en alumnos de por vida abiertos a las lecciones de carácter.

¿Qué lecciones aprende usted en ésta etapa de su vida?

**3. Establecer limites claros:**

Limites basados en respeto y justicia restaurativa crean un clima de paz, cooperación y seguridad en nuestros hogares, escuelas y comunidades.

¿Que limites tiene usted? ¿Que limites necesita?

**4. Honrar el espíritu:**

Sostenemos nuestra visión y propósito cuando integramos virtudes en nuestras actividades, inmediaciones, celebraciones y las artes.

¿Cómo honra usted el espíritu personal y el espíritu del grupo?

**5. Ofrecer compañerismo:**

Es estar profundamente presente y escuchar con curiosidad compasiva que dirige a otros a encontrar claridad y a crear sus propias soluciones.

¿Cuan bien escucha usted a los demás, a si mismo lo que necesita escuchar realmente?

Usar el lenguaje de las Virtudes será tratado durante el mes de noviembre.

**Si necesita información adicional y / o para solicitar una presentación para PTA, reunión de personal , grupo de iglesia ,etc., ¿a quien debe contactar?**

No dude en ponerse en contacto con la facilitadora del Proyecto de Virtudes, Arlene L. Pinney-Benjamin al 340-774-0100 x:2804 o [alpbenjamin@doe.vi](mailto:alpbenjamin@doe.vi) en el Departamento de Educación División de Educación Cultural de las Islas Vírgenes, localizado en el Anexo de J. Antonio Jarvis.

# **OCTUBRE DE 2015**

## **VIRTUDES DEL MES:**

### **Responsabilidad**

*Estoy agradecido por el don de la responsabilidad.*

*Me ayuda a cumplir mi propósito.*

(4 de octubre - 10 de octubre de 2015)

### **Autodisciplina**

*Estoy agradecido por el don de la autodisciplina.*

*Es el jardinero de mi alma.*

(11 de octubre - 17 de octubre de 2015)

### **Confiabilidad**

*Estoy agradecido por el don de la confiabilidad.*

*Es la fuerza en mis promesas.*

(18 de octubre – 24 de octubre de 2015)

### **Excelencia**

*Estoy agradecido por el don de la excelencia.*

*Es mi verdadera prosperidad.*

(25 de octubre – 31 de octubre de 2015)



*Próximo*

**NOVIEMBRE DE 2015**

**VIRTUDES DEL MES:**

**Cooperación**

*Estoy agradecido por el don de la cooperación. Me integra a la comunidad.*

(1 de noviembre - 7 de noviembre de 2015)

**Unidad**

*Estoy agradecido por el don de la unidad. Me hace un instrumento de paz.*

(8 de noviembre - 14 de noviembre de 2015)

**Gratitud**

*Estoy agradecido por el don de la gratitud. Hace mi vida abundante.*

(15 de noviembre - 21 de noviembre de 2015)

**Respeto**

*Estoy agradecido por el don del respeto. Me ayuda a manejar la vida con cuidado.*

(22 de noviembre—28 de noviembre de 2015)

# RESPONSABILIDAD

Ser **responsable** significa que otros pueden confiar en que usted va a hacer las cosas con excelencia. Acepta responsabilidad por sus acciones. Cuando usted comete un error, lo trata de rectificar en vez de ofrecer excusas. Responsabilidad es la habilidad de responder bien y tomar decisiones inteligentes.

"Mi vida es una influencia en cada vida que toco. Me de cuenta o no, soy responsable y debo rendir cuentas por esa influencia".

*Ron Baron*

## La Práctica de la Responsabilidad

... Practico la Responsabilidad cuando...

Tomo mis acuerdos en serio  
Respondo con habilidad a la medida de mis capacidades  
Estoy dispuesto a hacer mi parte  
Admito mis errores sin excusas  
Estoy listo y dispuesto a aclarar malentendidos  
Doy lo mejor en todo lo que hago

## Afirmación

Soy responsable. Doy lo mejor en todo lo que hago y mantengo mis acuerdos.  
Aprendo de mis errores. Estoy dispuesto a rectificar.

## PROVERBIO CULTURAL

Cut yo garment cording to yo cloth.  
Cut yoh coat to suit yoh cloth  
Measure yoh wais' before yoh go ah tailor shop

## Significado

Tome decisiones responsables sobre lo que tiene y lo que puede pagar.  
No establezca su objetivo demasiado alto.  
Asegúrese de disponer de todos los medios .

## CUENTO ANASI

Broo Rat and Broo Cat  
Broo Nansi - - Una Selección de Cuentos Anansi  
Recopilados por el Dr. Lezmore Emanuel

Broo Rat y Broo Cat eran amigos.  
Uno de ellos fue encargado con una gran responsabilidad.  
Lea y descubra cual fue su decisión y destino.

# Actividades con

# la Responsabilidad

## Ser responsable

Cada uno debe hacer una lista de los deberes domésticos que son su responsabilidad.

## Llenar los espacios en blanco

Cuando hago mis tareas, estoy A \_\_\_\_\_ y estoy siendo R \_\_\_\_\_.

Cuando reconozco mis errores, estoy mostrando las virtudes de la V \_\_\_\_\_ y la R \_\_\_\_\_.

Cuando corrijo los errores, estoy practicando la J \_\_\_\_\_.

## Reflexión acerca de la responsabilidad

- ¿Cuál es una manera responsable de actuar cuando cometes un error?
- ¿Cuál es la virtud que hay que desarrollar en estos casos?
  1. Olvidas hacer la tarea.
  2. No haces algún mandado que prometiste hacer.
  3. Revelaste un secreto que habías prometido no contárselo a nadie.
  4. Rompes el compromiso de devolver un juguete que alguien te había prestado.
- ¿Cómo puedes corregir estos errores?
- ¿Cómo te sientes cuando haces algo indebido?
- ¿Cómo te sientes cuando reconoces el error?
- Nombra algunas responsabilidades que tienes ahora, que no tenías antes, cuando eras más joven.
- ¿Cuáles son algunas de las responsabilidades del maestro? ¿Del estudiante?

## Dibuja la responsabilidad

Haz un autorretrato en que estés haciendo algo de manera muy responsable.

## Temas para los afiches

- Tengo la capacidad para actuar.
- Mi mejor esfuerzo.
- Cumpló las promesas.

## Citas acerca de la responsabilidad

*"La vida es una serie de lecciones que uno tiene que vivir para entender."*

Helen Keller

*"En la vida, no es necesario que ser el mejor, sino hacer lo mejor que se puede."*

H. Jackson Brown, Jr.

*"Vivir es estar cambiando. Ser perfecto implica haber hecho muchos cambios."*

Henry Cardinal Newman

*"En el transcurso de la vida, tenemos que aceptar las consecuencias de cada acto, cada palabra y cada pensamiento."*

Elisabeth Kubler Ross

*"Mi vida ejerce una influencia en la vida de cada persona que he conocido. Sea o no que yo conozca este hecho, soy responsable y debo rendir cuentas por esa influencia."* Ron Baron

*"Un hombre puede fracasar muchas veces. Pero él no es un fracaso mientras que no intente echarle la culpa a otras personas."* Anónimo



## BROO RAT AND BROO CAT

Broo Rat and Broo Cat were friends. However, Broo Rat was one of those people who, whenever they can, take advantage of their friends. Broo Cat was very thrifty and was always saving up for hard times. He had saved a pound of delicious cheese and some lard which would be his food if hard times ever came. Now, Broo Rat knew about this food, and the more he thought about it, the more he wanted it! The thought would not let him rest. He had to have that food.

One day Broo Cat decided to go into town. He called Broo Rat and asked him to look after his house while he was gone. Broo Rat agreed. No sooner than Broo Cat's back was turned, than Broo Rat sneaked in through a hole in the floor and ate up all the cheese and lard. He smacked his lips and licked his whiskers.

When Broo Cat returned and found all the food gone, he questioned Broo Rat.

Broo Rat put on a look of innocence: "Broo Cat, but you really hurt me. You mean to say that we have been friends for so long and that you don't trust me? Do you think that I would eat the food that you have been saving for hard times? Me?"

"Well," said Broo Cat, "I don't know what could have happened to it. You and I were the only ones who knew where the food was. But if you say that you did not take it, I believe you."

Things returned to normal and in time Broo Cat saved up some more cheese and lard. Every time Broo Rat thought about it, his mouth watered until he thought his whiskers would drown. Finally, Broo Cat had to go into town again, and his trust in Broo Rat restored, asked him to mind the house. Broo Rat agreed with alacrity. He could almost taste the cheese and lard. Finally, Broo Cat was out of sight. Broo Rat slithered through the hole as fast as his body would go and soon ate up all the cheese and all the lard. When Broo Cat returned, he was sitting under a mesple tree dozing and relaxing.

"Well, Broo Rat, how did things go?" inquired Broo Cat.

"Fine Broo Cat, no problem, no problem!"

Broo Cat thanked Broo Rat and went into his house. There, he discovered that all his food had been eaten. He thought: "It is that mangy, greedy, ugly, flea-bitten rat. He keeps saying that we are friends and that he would never steal my food, but I know he is the one who did it. This is a violation of our friendship. I will teach him to steal. I am going to take care of him once and for all."

While Broo Rat went unsuspectingly about his business, Broo Cat planned for him. Presently, Broo Cat announced a great feast and dance and invited all the rats, mice, and cats to attend. The gentlemen animals wore tie and tails and the ladies wore embroidery and lace. Everybody was quite elegant. There was enormous quantities of food and drink and for those who wished to dance, calypso music. The guests had a marvelous time. They had so good a time, in fact, that by midnight they had all fallen out on the floor. Then Broo Cat had his revenge. He and all of his friends ate up Broo Rat and all of his friends! One tiny mouse managed to escape and as he was rushing down the street, met two sporting rats bound for Broo Cat's house. They asked, "What is the matter little brother? Why are you running so fast?"

Hardly bothering to catch his breath the mouse gasped: "I . I . I am going to fetch my musical instruments."



The rats smiled and hastened their pace. It must be some party at Broo Cat's. They rang the door bell and, as they waited, they whistled. But when Broo Cat came to the door, it was not with welcome but blood in his eye. The two gallant rats were killed and eaten. Afterwards, Broo Cat felt kind of sorry about what he had done, but not too sorry. After all, Broo Rat with his untrustworthiness had deserved his fate. And it was to be believed that all the other rats had similar bad habits. So Broo Cat had his revenge and a good square meal at the same time. And from that day to this, whenever Broo Cat sees a rat or a mouse, he remembers what Broo Rat had done to him, and he kills it and eats it. The moral of this story is: If you eat your friend's cheese and lard, you might end up being eaten yourself.

Translated from the Dutch Creole  
by Lezmore E. Emanuel

# AUTODISCIPLINA

**Autodisciplina** significa tener control. Es hacer lo que realmente se quiere hacer, en lugar de dejarse llevar por los sentimientos como una hoja en el viento. Puede actuar en lugar de reaccionar. Es hacer las cosas de una manera ordenada y eficiente. Con autodisciplina, usted es dueño de si mismo.

Aquellos que construyen los canales controlan las aguas; los fabricantes de flechas las hacen rectas; carpinteros dominan su madera y el santo controla su alma."

*The Dhammapada 10, Buddhism*

## La Práctica de la Autodisciplina

... Practico la Autodisciplina cuando...

Uso objetividad para que las emociones no me controlen  
Hablo y procedo con calma cuando estoy herido o enojado  
Creo rutinas que traen paz y orden a mi día  
Practico la moderación  
Cumpro con mis deberes sin que nadie me vigile  
Hago las cosas a tiempo

## Afirmación

Tengo autodisciplina. Aprovecho mi tiempo y logro hacer las cosas.  
Elijo mis acciones con objetividad.

## PROVERBIO CULTURAL

Mash ants sof' so yoh could fine 'e guts

## Significado

Ejerza la autodisciplina y no se exceda en hacer las cosas.

## ANANSI STORY

Turtle and Fowl-Cock

Broo Nansi - - Una Selecccion de Cuentos Anansi

Recopilado por el Dr. Lezmore Emanuel

En Turtle y Fowl-Cock,  
el destino de Turtle es evidente debido a su autodisciplina.

# Actividades con

## Haz un mapa personal

Haz un mapa que muestre cómo gastas tu tiempo durante todo el día, hasta la hora de acostarte. Muestra lo que haces y adónde vas. Explica las cosas que te gustaría mantener en esa rutina y las cosas que quisieras cambiar.

## Reflexión acerca de la autodisciplina

- ¿Cuáles problemas enfrentamos cuando no tenemos autodisciplina?
- ¿Cuáles son algunos de los beneficios de tenerla?
- ¿Cómo te sientes cuando se pierde el control de las emociones?
- ¿Cuándo es más difícil estar en control de nuestras emociones?
- Nombra tres cosas que pueden ayudarte a estar en control de ti mismo aun cuando estás enojado.
- ¿Cómo puedes dejar de gastar tanto tiempo frente al televisor?
- ¿Qué harías en lugar de mirar tanta televisión?

## Dibuja la autodisciplina

Haz un dibujo de alguien que esté haciendo un trabajo que exige mucha autodisciplina.

## Temas para los afiches

- Dispongo de mi tiempo.
- Escojo mis reacciones.
- Soy el capitán de mi barco.
- Tome control de sí mismo.
- Soy mi propio líder.

Haga buenos planes

# La Autodisciplina

## Citas acerca de la autodisciplina

*"Soy el amo de mi destino; soy el capitán de mi alma."* William Ernest Henley

*"La postergación es una ladrona de tiempo."* Edward Young

*"No pospongo hacer algo hasta que sienta ganas de hacerlo. No se logra nada así. Uno tiene que estar consciente de que éste es el momento."* Pearl Buck

*"Si tenemos el poder de hacerlo, tenemos el poder de no hacerlo."* Aristóteles

*"Aquél que domina a los demás es fuerte. Aquél que se domina a sí mismo es un gigante."* Lao-Tze

*"La disciplina devuelve a su lugar algo de nuestro ser que debe servir, pero que quiere mandar."* A. Carthusian

*"La constancia es la llave para el éxito... la gente que saca buenas notas, es aquélla que siempre se ejerce la autodisciplina."* Jim Paluch





## TURTLE AND FOWL-COCK

One time the governor had a big ball. He asked Turtle and Fowl-Cock to come to the dance. Now these two were famous for their dancing ability and their stamina. They could dance all night, next day, and next night again. When the news got around that Turtle and Fowl-Cock were going to be at the governor's ball, everybody came from miles around to see them dance.



They danced until dark, then Turtle said, "I can dance longer than Fowl-Cock." There was a big argument, and finally to settle the issue, they made a bet between them. Now the governor had a young daughter who was very beautiful. When he heard of the bet, he told them that he would have another ball the next week and that he wanted them to attend it and also made a bet with them. Now the first bet between Turtle and Fowl-Cock was that each could outdance the other. Then the governor bet them that if Fowl-Cock flew above the land and Turtle swam underwater that neither could beat the other. Naturally, they took up the challenge.

Turtle said, "I might be slow on land, but water is my element. I could easily out-distance Fowl-Cock; he is no great shakes as a flier!"

Fowl-Cock retorted, "You could out-distance me! When? Maybe you think that I cannot fly, but just wait until I beat you."

"Well," said the governor, "the first man to reach the door of my palace will marry my daughter."

It was understood that they would each have a resting period, and with this in mind they planted posts along the seashore so that Fowl-Cock would rest when he was tired. Turtle would rest under water at the same place.

Turtle, however, had a trick to play on Fowl-Cock. He rounded up all his friends and cousins who looked exactly like him and placed them at strategic points along the way.

The day for the race came and each went to his starting place. Fowl-Cock on the tallest tree and Turtle beneath the water. Soon the signal was given to start the race. Fowl-Cock flew along rather briskly at first until he came to the first resting place. When he alighted, he cried out, "Kokorioko, Salamande, oh salamande!"

Turtle answered, "Zinkaio daho amali welo marifomi marigel."

When Fowl-Cock heard Turtle's reply, he flew on until he was tired and alighted to rest again. When he did so, he cried, "Kokorioko, Salamande, oh salamande!"

Turtle answered, "Zinkaio daho ago amaniwel marifomigel maribumbi!"

Fowl-Cock went on. When he reached Mahoo Bay, he was so tired, he was forced to rest. All this time Turtle's relatives moved steadily until Turtle himself took up the race. While Fowl-Cock was resting, Turtle was already at the governor's house. Turtle went straight into the Great Hall where the young girl was. He put his arm around her neck and they sat down together.

When Fowl-Cock finally arrived, he sat down on the veranda and said, "Kokorioko, Kokorioko, Salamande, Salamande!"

And when Turtle heard this, he put his old scaly hand around the girl and led her to the dance floor where they started to dance. When Fowl-Cock saw this, he was so angry that he flew straight up and dashed himself against the floor and broke his neck.

# CONFIABILIDAD

**Confiabilidad** significa que otros pueden depender de usted. Usted cumple sus compromisos y da lo mejor en cada trabajo. Usted es responsable. No se olvida y no necesita recordatorio. Los demás pueden estar tranquilos cuando saben que todo está en manos confiables.

"Las únicas motivaciones confiables y de por vida son las que vienen de adentro y una de las más fuerte es la alegría y orgullo que crece al saber que acaba de hacer algo tan bien como usted puede hacerlo."

*Lloyd Dobens*

## La Práctica de la Confiabilidad

... Practico la confiabilidad cuando...

Hago promesas que puedo cumplir  
Me preocupo por cumplir lo que prometo  
Devuelvo las cosas que tomo prestado  
Planifico con anticipación  
Hago un buen trabajo y lo termino a tiempo  
Busco otra manera si se presentan obstáculos

## Afirmación

Soy confiable. Cumpro mis promesas. Otros pueden confiar en mí.  
Nada me impide dar lo mejor.

## PROVERBIO CULTURAL

Lil by lil, Bird build 'e nest

## Significado

Poco a poco se hacen las cosas.

## ANANSI STORY

Tukuma and the Sugar Cane  
Broo Nansi - - Una Selección de Cuentos Anansi  
Recopilado por el Dr. Lezmore Emanuel

Explore las recompensas de ser confiable en Tukuma y la Caña de azúcar.



# Actividades con

# la Confiabilidad

## Actividades con la confiabilidad

- Nombra algunas cosas que haces y que son importantes para otros. (Darle de comer a la mascota, hacer la cama.)
- Nombra algunas cosas que haces, que son importantes para ti mismo. (cepillarse los dientes, hacer la tarea.)
- Describe tu rutina matutina. ¿Puedes salir de la casa a tiempo? ¿Qué te ayudaría a ser confiable?



## Reflexión acerca de la confiabilidad

- ¿Qué les pasaría a las mascotas si sus amos no fueran confiables?
- ¿Qué piensa la gente de una persona que siempre olvida sus compromisos?
- ¿Qué te ayuda a recordar que debes ser confiable y devolver las cosas prestadas?
- ¿Cómo puede la confiabilidad ayudarte en un futuro empleo?
- ¿Por qué es importante ser confiable?
- ¿Qué tiene que ver la confiabilidad con el éxito?

## Dibuja la confiabilidad

Haz tu autorretrato, mientras que cumples con alguna responsabilidad.

## Temas para los afiches

- Puedes contar conmigo.
- Estoy a la orden.
- Tan constante como los movimientos de un reloj.
- A tiempo: todo el tiempo.
- Siempre confiable.

## Citas acerca de la confiabilidad

*"Los cambios de fortuna prueban la confiabilidad de los amigos."* Cícero

*"La palabra de un hombre honorable es tan buena como su promesa."* Cervantes

*"Honro mi palabra con pasión.  
No perderé esa reunión."*  
Alan Seeger

*"La última vez que intentes hacer algo, es la única vez que no puedes darte el lujo de fallar."*  
Charles Kettering

*"Apóyate en mí, cuando no estés fuerte. Seré tu amigo. Té ayudaré a llevar la carga."*  
Una canción

*"Decisión y cumplimiento. Estas hacen la diferencia entre los campeones y los demás competidores."* Jim Paluch

## TUKUMA AND THE SUGAR CANE

The king had a sugar cane field to be cleared. He sent for Tukuma to do the job and told him: "When the field is cleared, I will send for a man to make a fire and put on the big kettle so that we may have sugar."

Tukuma answered, "That is a masterful idea. As a matter of fact, I know the very man for the job. My friend Nansi is the man to do it because he knows how to make fire." He went and told Nansi the proposition.

Nansi said, "Yes, I will make the fire, but when I am finished, the king will have to give me fifty patacong and two tuns of sugar because it is a deep crop to clear."

Tukuma told the king what Nansi said and the king said, "Yes, I will give him that because it is a sweet crop there in the land."

On Monday morning, Tukuma rounded up several people to help him cut the sugar cane. They worked all week until the field was cleared. Then Tukuma told the workers, "You must come back next week."

The next week they returned and scoured the large coppers in the house in preparation for boiling the sugar, and prepared the big mills for grinding. They brought the sugar cane to the mill where it was ground. They then boiled the cane and took the syrup to the curing house for the molasses to come in. This was done until all the cane was ground and boiled. Then the sling was put into a tun to ferment into rum.

When the work was finished, the king called Tukuma and Nansi and asked them what they wanted for their labor. Tukuma asked for two tuns of sugar, 12 patacong, and a cow. The king decided that since they had not overcharged him, he would give them something extra. He gave them 100 patacong and a cow, plus two tuns of sugar each. He told them, "The gold you can take either in food as you need it or in parts." So they did as the king recommended. Then they took their food and went home and enjoyed the fruits of their labors.

# EXCELENCIA

**Excelencia** es hacer lo mejor, prestando atención especial a cada tarea y cada relación. La excelencia es un esfuerzo guiado por un propósito noble. Es un deseo de perfección. La perfección de una semilla se encuentra en la fruta. Cuando usted practica la excelencia, trae sus dones a fruición. La excelencia es la clave del éxito.

"Cuando el amor y la destreza trabajan juntos, espere una obra de arte".

*John Ruskin*

## La Práctica de la Excelencia

... Practico la excelencia cuando...

Doy lo mejor en todo lo que hago

Doy lo mejor en las relaciones

Establezco metas realistas y nobles

Me acuerdo de planificar y practicar

No trato de hacerlo todo

Desarrollo mis dones especiales.

## Afirmación

Doy lo mejor de mi en lo que hago. Doy lo mejor de mi a los demás. Me atrevo a fijar metas nobles. Elijo excelencia en todas las cosas.

## PROVERBIO CULTURAL

Who do good, good for them; and who do bad, bad for them.

Do-so Noh Like-so

## Significado

Lo que va, vuelve.

Al intentar hacer daño a otros, también se hace daño a si mismo.

No le haga a otro lo que no quiere que le hagan a usted.

## ANANSI STORY

Tukuma and the Prickly Bush

Broo Nansi - - Una Selecccion de Cuentos Anansi

Recopilado por el Dr. Lezmore E. Emanuel

Las recompensas de la excelencia son grandes, mientras lee Tukuma y el Arbusto espinoso usted descubrirá las recompensas que obtuvo Takuma.



# Actividades con

# la Excelencia

## Un móvil de la excelencia

Utilice un gancho para ropa, unas tarjetas e hilo para hacer un móvil. Las tarjetas deben indicar cuáles son sus virtudes y destrezas más grandes.

## Reflexión acerca de la excelencia

- Nombra un momento en que necesitabas de la excelencia pero en vez de eso tiraste la toalla.
- Nombra un momento en que mostraste excelencia.
- Nombra algún personaje de un libro o alguna historia que estás estudiando. ¿Cómo mostró excelencia esa persona? ¿Qué impacto tuvieron sus acciones?
- ¿Cómo hubieran quedado las cosas sin la excelencia?
- Nombra a tres personas que fueron excelentes en su especialidad. ¿Cómo demostraron la excelencia?
- En tu opinión, ¿cómo hicieron para llegar a ser excelentes?

## Dibuja la excelencia

Dibuja un autorretrato en el que estés haciendo algunas cosas muy bien.

Dibuja a personas haciendo tres tipos de trabajo. (por ejemplo, enfermeras, agricultores y carpinteros) Escribe o cuenta qué pasaría si ellos no practicaran la excelencia. Después, escribe o cuenta lo que pasaría si ellos la practican en esos trabajos.

## Temas para los afiches

- Equivocarse está bien. Así es como aprendemos.
- Mi máximo empeño.
- La llave del éxito.
- Cada día mejoro un poco
- La excelencia en todas las cosas.
- Cultivando nuestros dones.

## Citas acerca de la excelencia

*"Hago lo mejor que sé hacer – absolutamente lo mejor que puedo; y es mi intención seguir haciendo lo mejor hasta el fin de mis días."*

Abraham Lincoln

*"¿Piensas que eres tan solo un ser débil, cuando dentro de ti está contenido el universo?"* Imán Alí

*"Deben ustedes descubrir sus capacidades especiales y usarlas en pos de un mundo mejor."* Charlene Costanzo

*"Es una gran cosa ponerle atención a las cosas pequeñas."* San Juan Crysóstomo

*"Hay algo curioso en la vida: si te niegas a aceptar cualquier cosa, que no es lo mejor, muchas veces lo conseguirás."*

W. Somerset Maugham

*"Cuando se unen el amor y la destreza, se puede esperar una obra maestra."*

John Ruskin

*"El roble duerme en la bellota; el pájaro espera dentro del huevo... los sueños son los retoños de las realidades."* Anónimo

## TUKUMA AND THE PRICKLY BUSH

The king called Tukuma to clear a patch of prickly bush for him. He told Tukuma that he would like to give him 1200 patacong, but that at this time he was unable to do so.

Tukuma said, "As you would like to give me that, there must be something good you can give me until I finish chopping the bush."

The king said to him, "I will give you half of the gold now and the other half after you have cut the bush." Tukuma agreed.

The next week he called Nansi who helped him chop the bush. When they had chopped it, the king asked them to burn the bush. When they had finished that, he said that they had the other part to do and by that they would fulfill the whole of their promise to clean the bush.

When they were finished cutting and burning the bush, they went to the king for food. The king gave them everything they wanted; food and drink, so that they were not in want.



*Building Our Future Through  
Education, History and Culture!*



*Una iniciativa del Proyecto de Virtudes,  
Consejo de Familias y Niños del Gobernador  
coordinado por la Fundación de la comunidad  
de las Islas Vírgenes,*

*y*

*Departamento de Educación de las Islas Vírgenes  
División de Educación Cultural de las Islas Vírgenes*

*Dando Vida a las Virtudes*

## **DIVISIÓN DE EDUCACIÓN CULTURAL DE LAS ISLAS VÍRGENES**

### **ST. THOMÁS/ ST. JOHN**

**Dirección postal: 1834 Kongens Gade, STT, VI 00802**

**Dirección física: J. Antonio Jarvis Annex, STT, VI 00802**

**Número de teléfono: 340-774-0100 x: 2804, 2806, 2808, 2809**

**Número de fax: 340-777-4342**

**Correo electrónico: alpbenjamin@doe.vi, mmartin@doe.vi,**

**Websites: http://www.vide.vi/ and http://viculturaled.vide.vi/**