

Caring



Γεια σας Γονείς και Κηδεμόνες,

Καλώς ήρθατε στο πρόγραμμα σπουδών Ενότητα 2 του προγράμματος σπουδών μας για την Καλοσύνη στην τάξη. Για τις επόμενες 4-6 εβδομάδες θα μάθουμε τα πάντα για τη ΦΡΟΝΤΙΔΑ. Επειδή αυτή είναι μια πολύ οικεία έννοια για παιδιά αυτής της ηλικίας, θα επεκταθούμε στα ακόλουθα θέματα:

ΘΕΜΑ	ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ ΠΟΥ ΘΑ ΕΞΕΡΕΥΝΗΣΟΥΜΕ	ΠΩΣ ΜΠΟΡΕΙΤΕ ΝΑ ΒΟΗΘΗΣΕΤΕ ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ
Αυτοφροντίδα	<ul style="list-style-type: none">• Πώς μπορούμε να αυξήσουμε το επίπεδο προσωπικής μας αυτο-φροντίδας; Ποια μέρη της καθημερινής μας ρουτίνας δείχνουν κάποιο είδος αυτοφροντίδας;	Μιλήστε με το παιδί σας για το πόσο σημαντική είναι η αυτοφροντίδα καθώς μεγαλώνετε. Συζητήστε τις συνέπειες της κακής αυτοφροντίδας (τερηδόνα, δερματικά προβλήματα, κ.λπ.)
Χρησιμότητα	<ul style="list-style-type: none">• Πώς μπορούμε να χρησιμοποιήσουμε το χρόνο και το ταλέντο μας για να βοηθήσουμε τους άλλους, ακόμη και χωρίς να μας ζητήσουν; Πώς εμπνέει καλοσύνη στην οικογένειά μας η βοήθεια χωρίς να ζητάμε;	Συζητήστε διαφορετικούς τρόπους με τους οποίους το παιδί σας μπορεί να βοηθήσει στο σπίτι. Ποιοι τομείς χρειάζονται περισσότερη βοήθεια και πώς μπορούν να βοηθήσουν με τρόπο που να θεωρείτε πραγματικά χρήσιμο;
Ευγνωμοσύνη	<ul style="list-style-type: none">• Πώς δείχνουν τα λόγια και οι πράξεις μας στους άλλους ότι είμαστε ευγνώμονες για το ποιοι είναι και τι κάνουν για εμάς;	Βοηθήστε το παιδί σας να εξασκηθεί στο να δείχνει ευγνωμοσύνη τόσο προς τους ενήλικες όσο και προς τα παιδιά τη ζωή τους χρησιμοποιώντας καλά λόγια.
Συμπόνια	<ul style="list-style-type: none">• Πώς δείχνουμε συμπόνια στους άλλους της ηλικίας μας; Πώς δείχνουμε συμπόνια για ενήλικες που αγωνίζονται; Πώς σας φαίνεται η συμπόνια;	Μιλήστε με το παιδί σας για άτομα στο σχολείο του που μπορεί να δυσκολεύονται. Σκέψου τρόπους με τους οποίους μπορούν να δείξουν συμπόνια για αυτούς.
Ενσυναίσθηση	<ul style="list-style-type: none">• Τι είναι η ενσυναίσθηση; Πώς συνδέονται η συμπόνια και η ενσυναίσθηση;	Συνδέστε το παιδί σας με ευκαιρίες για να νιώσει ενσυναίσθηση για τους άλλους που περνούν παρόμοιες καταστάσεις. Παράδειγμα- μιλήστε με έναν φίλο που περνάει από διαζύγιο, φτιάξτε μια κάρτα καλά για έναν άρρωστο φίλο κ.λπ.

Βασικές δραστηριότητες που θα κάνουμε:

- Δημιουργήστε μια πέτρα επιβεβαίωσης!
- Φτιάξτε ένα κόμικ Caring!
- Αναπτύξτε τη συμπόνια μέσα από παιχνίδια ρόλων!
- Εξερευνήστε την ενσυναίσθηση μέσω της εκτίμησης της τέχνης!

Εάν έχετε οποιεσδήποτε ερωτήσεις σχετικά με το δικό μας *Η ευγένεια στην τάξη* μαθήματα, μη διστάσετε να επικοινωνήσετε μαζί μου ανά πάσα στιγμή. Είμαστε σε αυτό το μονοπάτι καλοσύνης μαζί!

Με εκτίμηση,

ΔΟΚΙΜΑΣΤΕ ΤΟ ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ!

Ενθαρρύνετε το παιδί σας να πάρει συνέντευξη από ένα μέλος της οικογένειας για την αγαπημένη του παιδική ανάμνηση. Τι ομοιότητες είχαν οι δυο τους; Ποιες θετικές συνδέσεις μπορείτε να δημιουργήσετε μεταξύ του παιδιού σας και του ατόμου που πήρε συνέντευξη; Η συμπόνια και η ενσυναίσθηση ξεκινούν όταν βρίσκουμε κοινά σημεία!