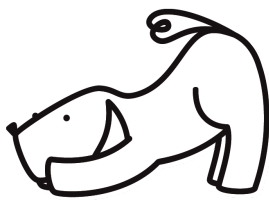


Respect



Γεια σας Γονείς και Κηδεμόνες,
Καλώς ήρθατε στο πρόγραμμα σπουδών Ενότητα 1 του προγράμματος σπουδών μας για την Καλοσύνη στην τάξη. Για τις επόμενες 6 εβδομάδες θα μαθαίνουμε τα πάντα για τον ΣΕΒΑΣΜΟ. Θα αφιερώνουμε 30 λεπτά μια φορά την εβδομάδα για το κύριο μάθημά μας, με μερικά μίνι μαθήματα 15 λεπτών που θα είναι πασπαλισμένα όλη την εβδομάδα για να βοηθήσουμε το παιδί σας να εμβαθύνει στην ιδέα. Θα τελειώσουμε την ενότητα με ένα έργο που θα δουλέψουμε όλοι μαζί. Δεδομένου ότι αυτό το θέμα είναι ήδη γνωστό σε πολλούς από τους μαθητές μας φέτος, θα βουτήξουμε βαθύτερα καθώς εξερευνούμε τα ακόλουθα θέματα:

ΣΤΟΧΟΙ ΓΙΑ ΑΥΤΗ ΤΗ ΜΟΝΑΔΑ

- ✓ Χρησιμοποιήστε υγιεινές στρατηγικές αυτοεξυπηρέτησης ως επίδειξη αυτοσεβασμού
- ✓ Διευρύνετε την κατανόηση του σεβασμού από μια βιολογική προοπτική βασισμένη στον εγκέφαλο
- ✓ Αναγνωρίστε ότι ο σεβασμός είναι θεμελιώδες ανθρώπινο δικαίωμα

ΘΕΜΑ

ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ ΠΟΥ ΘΑ ΕΞΕΡΕΥΝΗΣΟΥΜΕ

ΠΩΣ ΜΠΟΡΕΙΣ ΝΑ ΒΟΗΘΗΣΕΙΣ

Αυτοσεβασμός και νοοτροπία

- Πώς μπορούμε να δείξουμε σεβασμό στον εαυτό μας;
- Πώς συμπεριφερόμαστε στον εαυτό μας με καλοσύνη;
- Πώς μπορούμε να διαμορφώσουμε τη νοοτροπία μας από μια σταθερή νοοτροπία σε μια νοοτροπία ανάπτυξης;

Μιλήστε με τον μαθητή σας για τη σημασία του σεβασμού του εαυτού σας σε ό,τι σκέφτεστε, λέτε και κάνετε! Ο σεβασμός ξεκινά από ΕΣΕΝΑ. Ρωτήστε τους επίσης τι σημαίνει να έχετε μια σταθερή νοοτροπία έναντι μιας νοοτροπίας ανάπτυξης. Στη συνέχεια, αξιολογήστε: Πόσο σταθερή ή ρευστή είναι η νοοτροπία σας;

Αυτοεικόνα & Αυτοεκτίμηση

- Τι επηρεάζει την αυτοεικόνα και την αυτοεκτίμησή μας και πώς μπορούμε να έχουμε υγιή οράματα και για τα δύο;

Σκεφτείτε πώς αισθάνεστε και μιλήστε για τον εαυτό σας. Επικοινωνείτε υγιή αυτοεικόνα και μηνύματα αυτοεκτίμησης; Καθώς το σώμα και το μυαλό του μαθητή της όγδοης δημοτικού αλλάζουν και αναπτύσσονται, είναι σημαντικό να ενισχύσετε τα θετικά για το μυαλό και το σώμα μηνύματα στο σπίτι.

Ο σεβασμός ως ανθρώπινο δικαίωμα

- Πώς μπορούμε να διασφαλίσουμε ότι σε όλους, παντού, παρέχεται ο σεβασμός που έχει κερδίσει και του αξίζει;

Συχνά σκεφτόμαστε τον σεβασμό ως κάτι που πρέπει να κερδηθεί και όχι ως εγγενές δικαίωμα. Όμως, στην πραγματικότητα, ο καθένας έχει το δικαίωμα του σεβασμού μέχρι να καταχραστεί ή να αγνοήσει αυτό το δικαίωμα. Μπορεί να είναι εύκολο να απορρίψουμε την ιδέα του σεβασμού των άλλων με βάση τις επιφανειακές διαφορές, αλλά πρέπει να θυμόμαστε ότι ο σεβασμός ξεκινά ως θεμελιώδες ανθρώπινο δικαίωμα.

ΔΟΚΙΜΑΣΤΕ ΤΟ ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ!

Ως οικογένεια, κάθε άτομο συζητά ένα πράγμα που απλώς υποθέτει ότι δεν μπορείτε να κάνετε ή δεν μπορείτε να κάνετε καλά. Στη συνέχεια, βάλτε έναν στόχο να το κάνετε αυτό! Πρέπει να πιστεύετε ότι μπορείτε να αυξηθείτε στις γνώσεις, τις δεξιότητες και τις ικανότητές σας (νοοτροπία ανάπτυξης) - και στη συνέχεια να εργαστείτε για να το πραγματοποιήσετε. Γράψτε τους στόχους σας και δημοσιεύστε τους όπου τα άλλα μέλη της

οικογένειας μπορούν να σας κρατήσουν υπόλογους. Αν θέλετε να μάθετε περισσότερα σχετικά με την ανάπτυξη νοοτροπίας, ρωτήστε το μαθητή της 8ης δημοτικού!

Τείναι μόνο η αρχή! Θα εργαζόμαστε μέσω του προγράμματος σπουδών μας για το Kindness in the Classroom καθ' όλη τη διάρκεια του έτους. Ελάτε μαζί μας σε αυτό το ταξίδι χρησιμοποιώντας αυτό το φυλλάδιο και τη δραστηριότητα στο σπίτι ως τρόπο να συνδεθείτε με τον μαθητή σας σχετικά με την ιδέα της ενότητας μας. Μη διστάσετε να επικοινωνήσετε μαζί μου για τυχόν ερωτήσεις ή σχόλια καθώς προχωράμε.

Με εκτίμηση,