

Mayo de 2021



Extend the learning at home with a FREE Family Kit!

Create an account at www.positiveaction.net/teach to get access to the Family Kit Activities

TERMINANDO EL AÑO EN UNA MANERA FUERTE

Estimadas familias de LSC,

Hemos tenido todo un año de áquellos! Ya sea haya tomado la decisión de que sus hijos(as) asistieran a la escuela en persona o en línea, todos estamos de acuerdo en que este año ha sido como ningún otro.

En LSC, estamos agradecidos de haber contado ya un plan para apoyar las necesidades sociales y emocionales de nuestros estudiantes a través del plan de estudios de Acción Positiva. Este programa ha permitido a nuestros maestros construir comunidad en sus aulas y desarrollar habilidades como: regulación emocional, autoconcepto positivo, apego a los valores, mantención de una mente y cuerpo saludables, mejora en el trabajo en equipo y cómo continuar mejorando uno mismo. Si alguna vez hubo un momento en el que necesitáramos este apoyo adicional a los estudiantes el tiempo para que procesaran cómo se sentían y darles el espacio para hablar sobre lo que estaban viviendo, ¡este fue el momento!

Es posible que en el Verano con sus hijos(as) quiera seguir contando con los recursos para fomentar el crecimiento social y emocional que comenzaron este año. En la parte superior derecho, hay instrucciones sobre cómo puede acceder a un kit familiar GRATIS para mantener las conversaciones de Acción Positiva con toda su familia. No dude en ¡echar un vistazo!

Gracias por su resiliencia mientras enfrentamos en año escolar que se nos va.. ¡Que tengan un verano seguro y lleno de energía!

Kathryn G Parthun

LSC's Director of Social and Emotional Learning
kgparthun@lsc.k12.in.us



Niños de kindergarten en Miller Elementary usando la Acción Positiva del trabajo en equipo para construir un bote.



<http://>

<https://www.lsc.k12.in.us>
>departments
>curriculum_and_instruction
>social_and_emotional_learning



@LSC_SEL

Palabras de la semana en la Unidad 3

Responsabilidad: responder por sus acciones

Hora: cuando sucede algo (un período de segundos, minutos, horas).

Energía: la fuerza para hacer algo

Poseiones: Cosas de las que eres responsable.

Dinero: monedas y billetes

Talento: una habilidad natural que se puede desarrollar

Pensamientos: ideas que resultan del pensamiento

Acciones: lo que haces o haces que suceda

Sentimientos: emociones como ira, miedo, amor y preocupación.



¿Cómo puedo reforzar los conceptos de Acción Positiva de la Unidad 3 en casa?

Durante esta unidad, se enseñará a los estudiantes a cuidar los recursos: tiempo, energía, posesiones, dinero, talentos, pensamientos, acciones y sentimientos. Las siguientes actividades son solo algunas formas de ayudar a su hijo a aprender la responsabilidad y el autocontrol.

- **Hable con su hijo sobre un talento** que podría querer desarrollar tomando lecciones o practicando en casa.
- **Hable sobre los sentimientos de su familia** jugando a preguntar: "¿Cómo te sientes cuando (elige un problema que consideras importante) sucede?" Deje que su hijo piense en sus sentimientos y descríbalos. Luego haga que todos en la familia se turnen para responder las preguntas.
- Los niños a menudo no comprenden completamente sus emociones. Es útil para ellos **pensar y escuchar a otros hablar sobre sus propias emociones**.
- **Ponga a su hijo a cargo de ciertas responsabilidades en su hogar.** Cuanto mayor sea el niño, más difícil debería ser el desafío. Cuidar una mascota, mantener limpia parte de la casa, planificar el menú semanal, planificar una actividad familiar y muchas más responsabilidades demostrarán su confianza y le darán al niño confianza en su propia capacidad. Apoye y respalde al niño, pero no intervenga y se haga cargo.
- **Trabaje con su hijo para establecer un plan de administración del tiempo.** Acuerde cuánto tiempo por día o por semana puede dedicar a ver televisión. Comience con los compromisos existentes (escuela, sueño, actividades) y luego discuta y establezca un horario para actividades que valgan la pena: practicar, estudiar, leer, jugar, etc. (En algunos grados, su hijo hará esto como una tarea, ayude a respaldar esto actividad cuando suceda.)
- Si puede, pague a su hijo una cantidad de dinero acordada por una determinada tarea. Anime al niño a decidir qué le gustaría comprar con el dinero y luego **ayúdelo con un plan de ahorro para ese objetivo**.
- **Hable sobre una emoción como el miedo, la soledad, los celos o la preocupación.** Dé ejemplos de ocasiones en las que sienta tal emoción y cómo la maneja. Haga que todos los miembros de la familia participen con sugerencias similares, pero dirija el pensamiento haciendo las preguntas adecuadas.

¿Cómo puedo contribuir al éxito y la felicidad de mi hijo y fomentar acciones positivas?

Es muy importante para todos nosotros sentirnos seguros del amor de nuestros padres. Algunos niños se sienten amados solo si son buenos y hacen las cosas bien. Temen que los errores o fracasos puedan borrar la aceptación de los padres. Hacerles saber a los niños que todos crecemos a partir de nuestros errores y también de nuestros éxitos ayudará a crear un hogar cálido y saludable.

¡Fijar un ejemplo!

- Deje que su hijo vea y experimente su propia honestidad.
- Sea un líder justo y responsable.
- Intente ser paciente.
- Comparta su felicidad y decepciones.
- Acepte el crecimiento como un proceso de por vida.
- Reconozca y enfrente sus propios errores.
- Reconozca su propia capacidad para mejorar.
- Deje que su hijo lo vea manejar las cosas que no salen como lo planeó. Trate de encontrar lo bueno en el proceso de aprendizaje y los errores.
- Sea un buen administrador. Si está ocupado y un niño exige atención, tómese un segundo para mirarlo a los ojos y hágale saber que hará tiempo lo más pronto posible.

¡Deje que su hijo crezca!

- Deje que su hijo resuelva los problemas.
- Permítale resolver sus peleas con amigos y hermanos y hermanas sin demasiada interferencia.
- Aumente gradualmente las libertades mientras mantiene límites claros para que su hijo desarrolle confianza en sus capacidades.

¿Qué ocurre en las lecciones de la Unidad 3?

La Unidad 3 trata sobre la comprensión y manejo de los ocho recursos, y también el uso efectivo de las emociones. La autogestión se refiere a las decisiones que toman las personas sobre los recursos sobre los que tienen control. Los ocho dones o recursos son: tiempo, talento, energía, posesiones, dinero, pensamientos, acciones y sentimientos. Todo el mundo posee una parte de estos ocho dones. Esta unidad explora formas positivas de administrar los recursos.

Las emociones agregan entusiasmo e interés a la vida, pero también pueden ser destructivas. Una persona debe aprender a manejar las emociones, no a dejarse controlar por ellas. Las diez emociones específicas discutidas son: ira, preocupación, celos, orgullo, miedo, frustración, soledad, gratitud / agradecimiento, desánimo y amor. En las Unidades 4, 5 y 6 se seguirán destacando diferentes formas de utilizar acciones emocionales positivas.

7th
8th

Todos los estudiantes de séptimo y octavo grado están experimentando las lecciones de séptimo grado este año.

En la Unidad 3, los estudiantes aprenderán las acciones positivas que los ayudarán a manejarse a sí mismos, administrando los recursos como tiempo, energía, los talentos, posesión y sus emociones. Aprenderán que la autogestión significa ejercer la autodisciplina mientras manejan sus vidas y, al hacerlo, descubren que contribuye en gran medida a su éxito y felicidad. También se planea una celebración para concluir lo que han aprendido sobre sí mismos y sobre cómo las acciones positivas los han ayudado a sentirse bien con quienes y lo que son.

