

Caring



Hallo Eltern und Erziehungsberechtigte,
Willkommen zur zweiten Einheit unseres Lehrplans
„Freundlichkeit im Klassenzimmer“! In den nächsten 6 Wochen
werden wir alles über CARING lernen. Wir werden einmal pro
Woche 30 Minuten für unsere Hauptstunde aufwenden, mit ein
paar 15-minütigen Mini-Lektionen über die Woche verteilt, um
Ihrem Kind zu helfen, tiefer in das Konzept einzusteigen. Wir
beenden die Einheit mit einem Projekt, an dem wir alle
gemeinsam arbeiten werden.

Da dieses Thema vielen unserer Studierenden bereits bekannt
ist, werden wir tiefer eintauchen, indem wir die folgenden
Themen untersuchen:

ZIELE FÜR DIESE EINHEIT

- ✓ Nutzen Sie Tools und Methoden zur Selbstfürsorge, um zu wachsen ein Gefühl von Selbstwertgefühl.
- ✓ Entwickeln Sie die Fähigkeiten von Empathie und Mitgefühl sowohl für Menschen, die Sie persönlich kennen, als auch für andere innerhalb ihrer Gemeinschaft.
- ✓ Üben Sie, Dankbarkeit zu geben und zu empfangen durch eine Grundlage der Freundlichkeit.

THEMA	FRAGEN, DIE WIR UNTERSUCHEN WERDEN	WIE KANNST DU HELFEN
Selbstpflege	<ul style="list-style-type: none"> • Wie wichtig ist die eigene Selbstfürsorge? • Legen Sie großen Wert darauf, jeden Tag auf sich selbst aufzupassen? • Wie kümmern Sie sich täglich um sich selbst? 	Sprechen Sie mit Ihrem Kind darüber, wie wichtig Selbstfürsorge ist, wenn Sie älter werden und sich Ihr Körper zu verändern beginnt. Besprechen Sie die Folgen mangelnder Selbstfürsorge (Karies, Hautprobleme usw.)
Dankbarkeit	<ul style="list-style-type: none"> • Wofür bist du in der Schule am dankbarsten? und zu Hause? • Wie zeigen unsere Worte und Taten anderen, dass wir dankbar dafür sind, wer sie sind und was tun sie das für uns? 	Erstellen Sie eine Liste der Dinge, für die Sie als Familie oder Haushalt dankbar sind. Sprechen Sie mit Ihrem Kind darüber, WIE wir den Menschen in unserem Zuhause gegenüber Dankbarkeit zeigen. Fordern Sie sie auf, über ein einfaches Dankeschön hinauszugehen.
Mitgefühl	<ul style="list-style-type: none"> • Wie sieht für Sie Mitgefühl aus? • Wie zeigen wir anderen Mitgefühl? in unserem Alter? • Wie zeigen wir Mitgefühl für Erwachsene, die Probleme haben? 	Sprechen Sie mit Ihrem Kind über Menschen in seiner Schule, die möglicherweise Probleme haben. Überlegen Sie, wie sie Mitgefühl für sie zeigen können.
Empathie	<ul style="list-style-type: none"> • Was ist Empathie? • Wie hängen Mitgefühl und Empathie zusammen? 	Wählen Sie etwas aus, was gerade in den Nachrichten passiert. Wie können wir uns in einige der Menschen hineinversetzen, von denen wir hören?

Probieren Sie es zu Hause aus!

Nehmen Sie sich als Familie vor, eine Woche lang jeden Tag eine Dankbarkeit laut auszudrücken. Wenn Sie möchten, schreiben Sie Ihre Dankbarkeit auf und bewahren Sie sie in einer Schachtel oder einem Glas auf. Lesen

Sie am Ende der Woche alle zusammen, um ein anhaltendes Gefühl der Dankbarkeit für das, was Sie haben, hervorzuheben!

Wir werden unseren Lehrplan „Freundlichkeit im Klassenzimmer“ das ganze Jahr über fortsetzen. Bitte begleiten Sie uns auf dieser Reise und nutzen Sie dieses Handout und die Aktivität zu Hause, um mit Ihrem Kind über unser Einheitskonzept in Kontakt zu treten. Bei weiteren Fragen oder Anmerkungen können Sie mich jederzeit kontaktieren. Aufrichtig,