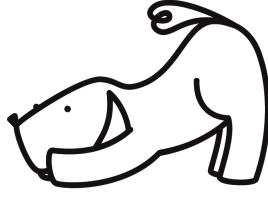


Respect



، مرحبًا بالآباء والأوصياء ،
مرحبًا بك في الوحدة الأولى من المناهج الدراسية لطفنا في الفصل الدراسي. خلال
الأسابيع الستة المقبلة سنتعلم كل شيء عن "الاحترام". سنخصص 30 دقيقة مرة واحدة
في الأسبوع لدرسنا الرئيسي ، مع بضع دروس صغيرة مدتها 15 دقيقة موزعة على مدار
الأسبوع لمساعدة طفلك على التعمق في المفهوم. سننهي الوحدة بمشروع سنعمل عليه
جميعًا معًا. نظرًا لأن هذا الموضوع معروف بالفعل من قبل العديد من طلابنا هذا العام ،
فسوف نتعمق أكثر بينما نستكشف الموضوعات التالية:

أهداف هذه الوحدة

- ✓ استخدم استراتيجيات الرعاية الذاتية الصحية كدليل على احترام الذات
- ✓ توسيع فهم الاحترام من منظور بيولوجي قائم على الدماغ
- ✓ الاعتراف بأن الاحترام هو حق أساسي من حقوق الإنسان

عنوان

الأسئلة التي سنستكشفها

كيف يمكنك المساعدة

احترام الذات والعقلية

- كيف نظهر الاحترام لأنفسنا؟
- كيف نعامل أنفسنا بلطف؟
- كيف يمكننا تشكيل طريقة تفكيرنا من عقلية ثابتة إلى عقلية متنامية؟

الصورة الذاتية واحترام الذات

- ما الذي يؤثر على صورتنا الذاتية واحترامنا لذاتنا ، وكيف يمكننا الحصول على رؤية صحية لكليهما؟

الاحترام كحق من حقوق الإنسان

- كيف يمكننا أن نضمن للجميع ، في كل مكان ، الاحترام الذي نالوه واستحقوه؟

تحدث مع تلميذك عن أهمية احترام نفسك في كل ما تفكر فيه وتقلبه
وتفعله! يبدأ الاحترام معك. أسألهم أيضًا عما يعنيه امتلاك عقلية ثابتة
مقابل عقلية النمو. ثم قيم: ما مدى ثبات عقليتك أو سلطتها؟

فكر فيما تشعر به وتحدث عن نفسك. هل تقوم بإيصال رسائل صحية
عن الذات وتقدير الذات؟ نظرًا لأن جسد وعقل طفلك في الصف الثامن
يتغيران ويتطوران ، فمن الأهمية بمكان تعزيز الرسائل الإيجابية للعقل
والجسم في المنزل.

غالبًا ما نفكر في الاحترام على أنه شيء يجب اكتسابه وليس حقًا
متأصلًا. ولكن ، في الواقع ، لكل فرد الحق في أن يتم احترامه حتى
يبتدئ أو يتجاهل هذا الحق. قد يكون من السهل رفض فكرة احترام
الأخرين بناءً على الاختلافات السطحية ، لكن علينا أن نتذكر أن
الاحترام يبدأ كحق أساسي من حقوق الإنسان.

إجرب هذا في المنزل!

كعائلة ، يناقش كل شخص شيئًا واحدًا يفترض أنه لا يمكنك القيام به أو لا يمكنك القيام به بشكل جيد. ثم حدد هدفًا لفعل هذا الشيء! يجب أن تؤمن أنه يمكنك تنمية
معرفتك ومهاراتك وقدراتك (عقلية النمو) - ثم العمل على تحقيق ذلك. اكتب أهدافك وانشرها حيث يمكن لأفراد الأسرة الآخرين جعلك مسؤولاً. إذا كنت تريد معرفة
المزيد عن امتلاك عقلية النمو ، اسأل طالب الصف الثامن

على مدار العام. يرجى الانضمام إلينا في هذه الرحلة باستخدام هذه النشرة والنشاط المنزلي كوسيلة Classroom تيمًا هي إلا البداية! سنعمل من خلال اللطف في منهج
للتواصل مع الطالب فيما يتعلق بمفهوم الوحدة لدينا. لا تتردد في الاتصال بي بأي أسئلة أو تعليقات ونحن نمضي قدمًا

، بإخلاص