



Responsibility

Salve Genitori e Tutori,
Benvenuti all'Unità 5 del nostro programma La gentilezza in classe.
Per le prossime 6 settimane impareremo tutto sulla **RESPONSABILITÀ**. Dedicheremo 30 minuti una volta alla settimana per la nostra lezione principale, con alcune mini lezioni di 15 minuti sparse durante la settimana per aiutare tuo figlio ad approfondire il concetto. Concluderemo l'unità con un progetto su cui lavoreremo tutti insieme. Poiché questo argomento è già noto a molti dei nostri studenti quest'anno, approfondiremo esplorando i seguenti argomenti:

OBIETTIVI PER QUESTA UNITÀ

- ✓ Costruisci abilità di autodisciplina
- ✓ Spiegare la connessione tra diritti e responsabilità
- ✓ Usa parole e azioni responsabili nei contesti sociali
- ✓ Valutare le responsabilità negli spazi online e con i dispositivi tecnologici

ARGOMENTO	DOMANDE CHE ESPLOREMO	COME PUOI AIUTARE
Responsabilità e autodisciplina	<ul style="list-style-type: none"> • Come possiamo prendere decisioni buone e responsabili, anche quando è difficile? • Cosa significa avere autodisciplina? • Come possiamo non incolpare gli altri per quando non ci assumiamo le nostre responsabilità? 	<p>Se tuo figlio ha difficoltà ad accettare la responsabilità e rimanere responsabile, fai un brainstorming con tuo figlio su come tenerlo in carreggiata. Un grafico dei progressi aiuta? Promemoria scritti o orali? Impostare un timer? Offrire una ricompensa? Alla fine, fare scelte responsabili dovrebbe essere motivante internamente, ma tuo figlio potrebbe aver bisogno di sviluppare abitudini al riguardo utilizzando motivatori esterni.</p>
Stabilire buoni confini	<ul style="list-style-type: none"> • Man mano che i bambini crescono, avranno solo più responsabilità che possono portare a un aumento dello stress. • Come possiamo aiutare gli studenti a organizzare le proprie responsabilità e stabilire dei limiti in modo che sappiano quanto assumersi e quanto lasciare andare? 	<p>Chiedi al tuo studente quali limiti ha per quanto è in grado di affrontare e per le relazioni che può e vuole avere. Sono troppo programmati? Hanno troppi impegni o persone che competono per la loro attenzione? Sanno come dire "no grazie" a qualcosa che non possono gestire e permettono loro di dire "no grazie" quando si stanno esaurendo?</p>
Sprego alimentare e altre responsabilità sociali	<p>Gli studenti hanno l'opportunità di valutare come scelte apparentemente piccole (come prendere una porzione extra a pranzo ma non mangiarla) possano avere un grande impatto sugli altri.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Come possiamo valutare tutte le nostre scelte - in particolare per quanto riguarda il cibo e lo spreco alimentare - attraverso la lente della responsabilità? 	<p>Pensa a come la tua famiglia prepara, consuma, riutilizza e spreca il cibo. Quali cambiamenti puoi apportare per massimizzare il tuo consumo e creare buone abitudini alimentari per tuo figlio?</p>

PROVALO A CASA!

Lascia che il menu di tuo figlio pianifichi questa settimana con (o per!) te. Incoraggialo a pianificare pasti che possono essere preparati in anticipo o in cui gli avanzi possono essere parti significative di un altro pasto. Ad esempio, se lunedì mangi tacos con riso, forse puoi saltare in padella martedì usando il riso avanzato. Lascia che tuo figlio diventi creativo e pensa davvero a come essere responsabile della pianificazione e del consumo alimentare della tua famiglia.

Continueremo il nostro curriculum Gentilezza in classe durante tutto l'anno. Per favore, unisciti a noi in questo viaggio usando questa dispensa e l'attività a casa come un modo per entrare in contatto con tuo figlio riguardo al nostro concetto di unità. Sentiti libero di contattarmi per qualsiasi domanda o commento mentre andiamo avanti.

Cordiali saluti,