

# Caring



Olá Pais e Responsáveis,

Bem-vindo à Unidade 2 do nosso currículo Gentileza na Sala de Aula. Nas próximas 4-6 semanas, aprenderemos tudo sobre CUIDAR. Como esse ainda é um conceito relativamente novo para crianças dessa idade, vamos nos concentrar nos seguintes tópicos:

TEMA	QUESTÕES QUE ESTAREMOS EXPLORANDO	COMO VOCÊ PODE AJUDAR EM CASA
<b>Autocuidados</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Como podemos nos cuidar?</li> <li>• Por quais áreas de nossa rotina diária somos responsáveis?</li> </ul>	Converse com seu filho sobre como eles podem cuidar de si mesmos. Trabalhe com eles para identificar maneiras pelas quais eles podem mostrar bondade a si mesmos em primeiro lugar.
<b>gentileza</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Como podemos usar nosso tempo e talento para ajudar os outros, mesmo sem ser solicitado?</li> <li>• Como ajudar sem pedir inspira bondade em nossa família?</li> </ul>	Discuta as diferentes maneiras pelas quais seu filho pode ajudar em casa.
<b>Gratidão</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Como nossas palavras e ações mostram aos outros que somos gratos por quem eles são e pelo que fazem por nós?</li> </ul>	Ajude seu filho a praticar mostrando gratidão para adultos e crianças em suas vidas usando palavras gentis.
<b>Compaixão</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Como você se sente quando quer ajudar os outros?</li> <li>• Como você pode usar esse sentimento para cuidar deles?</li> </ul>	Converse com seu filho sobre as pessoas em sua sala de aula que podem estar lutando. Pense em maneiras pelas quais eles podem mostrar compaixão por eles.

**Principais atividades que faremos:**

- Crie um quebra-cabeça de autocuidado!
- Vá em uma caça ao tesouro de gratidão!
- Preveja como os outros podem se sentir!
- Explore empatia versus simpatia!

**Se você tiver alguma dúvida sobre o nosso *Gentileza na sala de aula*, sinta-se à vontade para entrar em contato comigo a qualquer momento. Estamos juntos nesse caminho da bondade!**

Sinceramente,

**EXPERIMENTE ISSO EM CASA!**

Faça uma caça ao tesouro de gratidão em sua casa ou bairro. Faça uma lista de todas as pessoas e coisas pelas quais você é verdadeiramente grato!