SKILLS FOR Learning & Life
The School District of Palm Beach County

Pais e cuidadores,

As Habilidades de Aprendizagem e para a Vida (SLL, sigla em inglês) cultiva habilidades e promove atitudes que apoiam o êxito no ensino superior, na carreira profissional e na vida. Além disso, SLL reforça o ensino e a aprendizagem do conteúdo acadêmico, desenvolve a confiança e ajuda no bem-estar geral.

A Estrutura de SLL no Distrito Escolar do Condado de Palm Beach tem base no Ensino de Saúde obrigatório, conforme descrito nos Estatutos da Flórida 1003.42(2)(o)(4) e inclui obter e aplicar, de forma eficaz, o conhecimento, atitudes e habilidades de autoconsciência e autocontrole, tomada de descisão responsável, resiliência, habilidades de relacionamento (incluindo a resolução de conflitos) e conscientização social (incluindo o entendimento e respeito a outros pontos de vista e origens). Além disso, os Temas de SLL ajudam os alunos a trabalharem para alcançar os resultados dos Critérios da Flórida para o Ensino da Resiliência.

Durante os próximos dois meses, estaremos implementando nossa terceira Unidade de SLL: "Cuidando Uns dos Outros". Veja abaixo um quadro com os temas de SLL desta unidade e algumas maneiras possíveis de reforçar em casa essas habilidades para a vida, se assim desejar.

Unidade 3: Cuidando Uns dos Outros	
Tema e Competência de SLL	**Possíveis Perguntas a Serem Discutidas e/ou Atividades para a Família**
Considerando as Perspectivas dos Outros (Conscientização Social)	-Como considerar as perspectivas dos outros (pensamentos, sentimentos) pode ajudá-lo a ser um amigo melhor? -Como você acha que uma pessoa se sente se... (alguém não está compartilhando ou alternando a vez, seu amigo está triste por algo que acabou de acontecer, seu amigo está risonho e sorridente)? **-Leia em voz alta**: Leia um livro e converse com o seu filho(a) sobre como o personagem está se sentindo e se alguma vez ele já se sentiu dessa maneira. Compartilhe quando você também se sentiu assim.
Demonstrando Empatia e Compaixão (Conscientização Social)	-Como você pode demonstrar compaixão e gentileza para com os outros? -O que significa demonstrar empatia (bondade ou compaixão)? **-Vamos conversar sobre isso**: Assista a um filme ou programa de tv com seu filho. Converse sobre como os personagens demonstraram compaixão e empatia para com os outros.
Reconhecendo e Valorizando as Contribuições de Outros (Conscientização Social)	-Quem são algumas pessoas em sua vida que você estima? Por que você as estima? **-Cartões de apreciação**: Peça ao seu filho para escrever um cartão de agradecimento para o professor, membro da família, adulto ou amigo favorito dele, dizendo por que ele estima essa pessoa.
Semana de Revisão	-O que você gosta de fazer com a sua família? -Se você pudesse ir a algum lugar do mundo, para onde você iria e por quê?

	-Qual é a sua piada favorita? **Dia da Família:** Saia e passe um tempo juntos, fazendo algumas de suas atividades favoritas. Faça um piquenique no parque ou na praia. Coma em um de seus lugares favoritos ou prepare a refeição preferida da família. **Noite de jogo:** Pegue o seu jogo de tabuleiro ou jogo de cartas favorito e tenha uma noite de jogo em família. Você pode até mesmo criar seus próprios jogos.
Oferecendo Ajuda (Habilidades de Relacionamento)	-Como você se sente quando é capaz de ajudar alguém? -Como você pode ajudar alguém (ex.: família, amigo, irmão) esta semana? -Por que você acha que é importante ajudar seus colegas/amigos, professores e membros da família? **-Oferecendo ajuda**: Pense em três coisas que você pode fazer para ajudar alguém em sua casa hoje. Incentive seu filho a ajudar com essas tarefas. **-Doações:** Junte algumas roupas, livros e/ou brinquedos que você não precisa mais e doe-os a uma instituição de caridade local.
Ajudar os Outros a Sentirem-se Valorizados e Incluídos (Habilidades de Relacionamento)	-Quando foi que você se sentiu valorizado? Como você se sentiu? -O que é que você pode fazer para ajudar a incluir os outros? **-Cartão de afirmação:** Crie cartões de afirmação para amigos e/ou familiares para incentivá-los e desenvolver a autoconfiança. Por exemplo, "Você é inteligente", "Você é um bom amigo", "Você é bom em resolver problemas", "Você é importante" etc. **-Você é importante:** Faça uma lista das coisas que vocês podem fazer juntos em família para que todos se sintam valorizados e incluídos.

The Department of Multicultural Education Portuguese Translation Team certifies that this is a true and faithful translation of the original document. (561) 434-8620 August 2023 – SY23-1352