



Conexiones en Casa

Estimados padres:

Este año nuestra clase está utilizando un currículo de estudios llamado Círculo Abierto (Open Circle). Éste es un amplio programa de aprendizaje social y emocional que ayuda a los niños de la escuela elemental a desarrollar las habilidades necesarias para ser buenos estudiantes y para establecer relaciones sanas y positivas con otras personas a lo largo de sus vidas.

Durante todo el año escolar, la clase se reunirá dos veces por semana en un taller que durará alrededor de 15 minutos. Los temas de la lección incluirán: cómo ser un buen oyente, la participación de todos, la cooperación, entender los sentimientos, las bromas pesadas, reconocer diferencias entre las personas, cómo calmarse y resolver problemas, y la conversación positiva consigo mismo. El objetivo de las lecciones es crear un ambiente cooperativo en el salón de clase y dar a los niños las habilidades necesarias para resolver los problemas interpersonales y para construir relaciones positivas.

Algunas veces su hijo/a tendrá que hacer una tarea del Círculo Abierto en casa, la cual puede requerir de su participación. Usted le puede ayudar a desarrollar las habilidades en las que estamos trabajando en Círculo Abierto, comentando sobre ellas y practicándolas en el hogar. También le puede pedir a su hijo/a que le cuente sobre qué hablamos durante el último taller de Círculo Abierto.

Periódicamente se le enviarán las “Conexiones en Casa del Círculo Abierto” para que usted siempre se mantenga informado. En ellas se incluirá el vocabulario nuevo y sugerencias sobre algunos libros que se relacionan con los temas de las lecciones de Círculo Abierto. Usted puede sacar de la biblioteca uno o dos de estos libros y compartirlos con su hijo/a. Para más información acerca del Programa Círculo Abierto, por favor visite nuestro sitio de web en www.open-circle.org.

El plan de estudios Círculo Abierto ha sido desarrollado por el Programa Círculo Abierto en Centers for Women de Wellesley College y está disponible para todos los niveles de la escuela básica. En cada nivel, el programa está diseñado con conceptos y destrezas específicas para trabajar adecuadamente con cada estudiante de acuerdo a desarrollo. Todos los maestros que trabajan con este sistema de Círculo Abierto han recibido entrenamiento especial para implementar el plan de estudios en sus salones de clase.

Si tiene alguna pregunta relacionada con estos talleres, por favor no dude en ponerse en contacto conmigo.

Un cordial saludo,



Conexiones en Casa

Estimados padres:

En nuestros primeros encuentros del Círculo Abierto, la clase trabajó en grupo en la elaboración de un plan para poner las sillas en círculo de una manera silenciosa, segura y cooperativa. Formamos un círculo para que todos los participantes pudieran verse y oírse mutuamente. Siempre se dejará un espacio abierto en caso de que una nueva persona quiera integrarse al círculo. Todos son bienvenidos y nadie es dejado de lado. El Círculo Abierto simboliza la idea de una comunidad de clase que incluye a todos. Pídale a su hijo/a que le cuente cómo la clase forma el círculo.

Los estudiantes trataron de aprender los nombres de todos los participantes del Círculo Abierto. Para poder trabajar bien como grupo, cada estudiante debe conocer los nombres de los demás y saber pronunciarlos correctamente. Pídale a su hijo/a que le diga todos los nombres de los compañeros de la clase que pueda recordar.

En otro Círculo Abierto hablamos sobre los objetivos o metas del taller y fijamos algunas reglas para nuestra clase, basadas en esas metas. Aprendimos que una **meta** es algo que una persona trata de lograr, algo en lo que se debe trabajar, o cómo queremos que sea el resultado. Al igual que las personas en forma individual, la clase en su conjunto también puede tener metas. Pídale a su hijo/a que comparta con usted algunas de las metas de nuestra clase.

Asimismo, establecimos algunas reglas que ayudarán a mantener nuestra clase segura, a hacerla un lugar donde los estudiantes se sientan protegidos, y a hacerla un lugar donde podamos aprender mejor. Además, yo agregué algunas reglas importantes que **no son negociables**. Esto significa: ¡No hay elección! Los estudiantes pueden pedir explicación sobre estas reglas, pueden hacer preguntas, pero de ninguna manera estas reglas se podrán a cambiar. Pídale a su hijo/a que comparta con usted algunas de las reglas que la clase ha desarrollado y que todos han aceptado. Pídale un ejemplo de una regla no negociable de nuestra clase. Usted puede conversar con su hijo/a sobre las reglas en su hogar con respecto a la hora de comer, la hora de acostarse y las tareas domésticas.

Un cordial saludo,

CONEXIONES LITERARIAS

A continuación está la lista de algunos libros que se relacionan con el tema que tratamos en el Círculo Abierto. Usted puede sacar uno o dos de la biblioteca y leerlos con su hijo/a:

Henkes, Kevin. *Lilly's Purple Plastic Purse*. Greenwillow, 1996.

Recorvits, Helen. *My Name Is Yoon*. Farrar, Straus and Giroux, 2003.

Saltzberg, Barney. *Star of the Week*. Candlewick Press, 2006.



Conexiones en Casa

Estimados padres:

En recientes reuniones del Círculo Abierto hablamos sobre lo que sentimos cuando **estamos tranquilos** y sobre **cómo tranquilizarnos** cuando estamos disgustados. Nombramos algunas ocasiones que nos hacen sentir tranquilos tanto en la escuela como en la casa. Cuando estamos tranquilos respiramos con más lentitud y con más calma. También pensamos en algunas situaciones que nos hacen sentir alterados, disgustados o fuera de control. Algunas veces, ya sea en la escuela o en otros lugares, es importante tranquilizarnos cuando nos sentimos ansiosos o fuera de control. Aprendimos dos ejercicios de respiración para tranquilizarnos. Muchos actores y actrices al igual que muchos deportistas hacen este primer ejercicio antes de una presentación o un evento. Se llama respiración profunda:

- Inspirar lenta y profundamente por la nariz, llenando la barriga de aire como un globo.
- Expirar lentamente por la nariz.

También aprendimos otro ejercicio de respiración profunda:

- Inspirar y contar mentalmente hasta cuatro.
- Expirar lentamente, contando al revés desde cuatro hasta uno.

Cada persona tiene su propia forma de tranquilizarse. Sin embargo, es importante reconocer los sentimientos y cambios que ocurren en nuestro cuerpo y en nuestro comportamiento cuando estamos enojados o estamos muy alterados. A veces, nos pueden ayudar a calmarnos y a retomar el control el hacer algunos ejercicios respiratorios.

Pídale a su hijo/a que le enseñe los dos ejercicios de respiración que aprendió en la escuela. Practíquenlos juntos. Cuénteles a su hijo/a sobre algunas situaciones en las que usted podría usar uno de estos ejercicios respiratorios para calmarse. Hablen sobre cuándo su hijo/a podría usar uno de estos ejercicios para tranquilizarse. Acostúmbrese a utilizar los ejercicios de respiración para tranquilizarse y anime a su hijo/a a usar una de las técnicas cada vez que tenga la necesidad de calmarse. Cuando respiramos con calma, podemos ser mejores estudiantes y mejores amigos.

Un cordial saludo,

CONEXIONES LITERARIAS

A continuación está la lista de algunos libros que se relacionan con el tema que tratamos en el Círculo Abierto. Usted puede sacar uno o dos de la biblioteca y leerlos con su hijo/a:

Forest, Heather. *The Contest Between the Sun and the Wind*. August House, 2008.

Krishnaswami, Uma. *The Happiest Tree: a Yoga Story*. Lee & Low, 2005.

Viorst, Judith. *Alexander and the Terrible, Horrible, No Good Very Bad Day*. Atheneum, 2009.



Conexiones en Casa

Estimados padres:

En Círculo Abierto nos estamos conociendo mejor los unos a los otros. Para que los estudiantes trabajen juntos cooperativamente y se hagan amigos, es importante que se conozcan mutuamente. Jugamos “Levántese/Siéntese” para averiguar lo que tenemos en común. Por ejemplo, a cuántos les gusta dibujar, cuántos tienen una hermana, a cuántos les gusta jugar con bloques, o cuántos saben nadar. Pídale a su hijo/a que le cuente qué aprendió en este juego sobre lo que los estudiantes de la clase tienen en común. Usted puede animar a su hijo/a a que trate de conocer a un compañero de la clase que no conoce muy bien, ya sea durante el recreo o la hora de almuerzo.

También practicamos nuestras habilidades de escuchar y aprendimos a distinguir cómo se ve un buen oyente en la escuela. Esto se refiere a las expectativas para escuchar en la escuela. Verse como buenos oyentes en la escuela significa que nosotros:

- nos sentamos quietos.
- nos sentamos rectos.
- miramos a la persona que está hablando.
- ponemos atención.

Es muy importante para todos en la clase — estudiantes, maestros y visitantes — que se les escuche cuando hablan. En el hogar, pídale a su hijo/a que le muestre cómo es un buen oyente en la escuela y que le enseñe a usted cómo ser un buen oyente. Practique a ser un buen oyente escuchando a su hijo/a. Saber escuchar, o saber prestar atención es una habilidad muy importante para toda la vida; no sólo para que los niños la desarrollen sino también para que los adultos la aprendan y la practiquen. Usted puede estimular a todos los miembros de su familia a convertirse en buenos oyentes.

Un cordial saludo,

CONEXIONES LITERARIAS

A continuación está la lista de algunos libros que se relacionan con el tema que tratamos en el Círculo Abierto. Usted puede sacar uno o dos de la biblioteca y leerlos con su hijo/a:

Kelley, True. *The Blabber Report*. Dutton Children's Books, 2007.

Rathmann, Peggy. *Officer Buckle and Gloria*. G.P. Putnam's Sons, 1995.

Stanley, Diane. *The Conversation Club*. Macmillan Publishing Company, 1983.



Conexiones en Casa

Estimados padres:

Recientemente en el Círculo Abierto hablamos sobre las señales no verbales. Una señal no verbal es una manera de comunicarse sin utilizar palabras. Probamos muchas señales no verbales que ya conocemos, como son las señales para “¡un momento!”, “habla en voz alta” y “¡silencio!”. Hablamos sobre cómo disponer de algunas señales no verbales que todos comprendan y que todos estén de acuerdo, nos puede ayudar en el salón de clase. La clase eligió varias señales no verbales para usar durante este año en el salón. También elegimos una señal no verbal para usar si hay demasiado ruido, o si la clase está fuera de control. Hablamos sobre lo que cada persona debería hacer para ayudar a recuperar el control de la clase. Pídale a su hijo/a que le demuestre las señales que la clase eligió y con las cuales estuvo de acuerdo para usar este año. Pídale que le muestre otras señales no verbales y trate de adivinar lo que significan. Usted y su hijo/a podrían inventar sus propias señales no verbales para usar en el hogar.

En otro taller de Círculo Abierto hablamos de cómo dar y recibir elogios. Un elogio es una forma de expresión que es sincera y que describe algo bueno de una persona. Puede ser sobre cómo se porta la persona o cómo trata a los demás. Los elogios pueden hacer que las personas se sientan especiales y apreciadas. Aprendimos tres cosas para recordar cuando elogiamos a alguien:

- el elogio debe ser específico.
- ser positivo.
- ser verdadero.

También aprendimos lo que debemos hacer para responder a un elogio. En la escuela debemos:

- mirar a la persona y sonreír.
- decir: “¡Gracias!”

Cada estudiante tuvo la oportunidad de recibir un elogio. En el hogar, asegúrese de elogiar a su hijo/a a menudo si hace algo bien, si es considerado o es servicial. Si su hijo/a lo elogia a usted, acuérdesese de mirarlo/la, sonreír y decir: “¡Gracias!”

Un cordial saludo,

CONEXIONES LITERARIAS

A continuación está la lista de algunos libros que se relacionan con el tema que tratamos en el Círculo Abierto. Usted puede sacar uno o dos de la biblioteca y leerlos con su hijo/a:

Cheng, Andrea. *Grandfather Counts*. Lee & Low Books, 2003.

Levine, Ellen. *I Hate English!* Cartwheel Books, 1995.



Conexiones en Casa

Estimados padres:

En un reciente taller de Círculo Abierto hablamos sobre técnicas adicionales para calmarse. Aprendimos nuevas técnicas que nos pueden ayudar a tranquilizarnos cuando sea necesario. Discutimos técnicas como la respiración del sorbete, el soplar burbujas, contar al revés, darnos un tiempo libre a nosotros mismos, y enfocarnos en otra cosa.

En otro taller de Círculo Abierto, nos dedicamos a practicar la conversación con uno mismo. Esta conversación es una forma para motivarnos a nosotros mismos. La conversación positiva con uno mismo puede ayudarnos a hacer algo o alcanzar una meta. Sin embargo, una conversación negativa con uno mismo puede desanimarnos e incluso hacer que ni siquiera intentemos. Esta conversación positiva con uno mismo se puede usar en la escuela para que nos ayude a dar lo mejor de nosotros en un examen, en un juego, en una presentación; a aprender algo nuevo, o a alcanzar una meta.

En el hogar, pídale a su hijo/a que le explique qué es la conversación con uno mismo y que le dé un ejemplo de esto. Anime a su hijo/a para que utilice la conversación positiva consigo mismo cuando esté desanimado con respecto al estudio o a intentar algo.

Un cordial saludo,

CONEXIONES LITERARIAS

A continuación está la lista de algunos libros que se relacionan con el tema que tratamos en el Círculo Abierto. Usted puede sacar uno o dos de la biblioteca y leerlos con su hijo/a:

Kostecki-Shaw, Jenny Sue. *My Travelin' Eye*. Henry Holt, 2008.

Pilkey, Dav. *Paperboy*. Orchard Books, 1999.



Conexiones en Casa

Estimados padres:

El incluir a los demás fue el tema de una de nuestras recientes lecciones del Círculo Abierto. Hablamos sobre lo que uno siente cuando es excluido o dejado de lado y lo que uno siente cuando forma parte de un grupo que excluye a alguien. También hablamos sobre las razones por las cuales la gente excluye a otros y nos pusimos a pensar de maneras de incluir a los demás. En una comunidad del salón de clase que se preocupa por sus integrantes, es importante tratar de encontrar formas para incluir a cada uno y no herir los sentimientos de nadie. Tal vez pueda compartir con su hijo/a algún momento en el que usted fue excluido, y cómo esto le hizo sentir. Pregúntele a su hijo/a si ha sido excluido alguna vez o si se ha dado cuenta de que otros niños han sido excluidos. Estimule a su hijo/a a tratar de encontrar formas de incluir a los compañeros que quieren participar en una actividad o en un juego de grupo.

En otro taller del Círculo Abierto hablamos sobre la **cooperación**, o como trabajar juntos para lograr algo. Hablamos sobre lo importante que es la cooperación, y entre todos generamos ideas para establecer algunas habilidades necesarias para cooperar. Por ejemplo, compartir, tomar turnos, poner atención, permitir que alguien organice la actividad, y asegurarse de que todos participen. También hicimos varias representaciones sobre formas de cooperar. Pídale a su hijo/a que le cuente sobre algunas ocasiones en las que haya tenido que cooperar con sus compañeros de clase durante el día. En el hogar, busque oportunidades para que su hijo/a coopere para realizar alguna actividad. Asegúrese de elogiarlo/a por su cooperación. Estimule a su hijo/a a cooperar con otros niños y niñas en actividades y grupos fuera de la escuela.

Un cordial saludo,

CONEXIONES LITERARIAS

A continuación está la lista de algunos libros que se relacionan con el tema que tratamos en el Círculo Abierto. Usted puede sacar uno o dos de la biblioteca y leerlos con su hijo/a:

Howe, James. *Horace and Morris, but Mostly Dolores*. Atheneum Books for Young Readers, 1999.

McNamara, Margaret. *How Many Seeds in a Pumpkin?* Schwartz and Wade Books, 2007.

Raschka, Chris. *Yo! Yes?* Orchard Books, 1993.

Torres, Leyla. *Subway Sparrow*. Farrar, Straus and Giroux, 1993.



Conexiones en Casa

Estimados padres:

El tema de una lección reciente de Círculo Abierto fue cómo expresarse en voz alta. Para poder comunicar nuestras ideas y opiniones, es importante que seamos capaces

de expresarnos en voz alta. También, aprendimos cuatro técnicas fundamentales que les permitirán a las personas escuchar y comprender lo que decimos:

- Mirar al grupo.
- Hablar lentamente.
- Hablar claramente.
- Hablar lo suficientemente alto.

Hablamos sobre lo que podemos hacer para ayudar a un orador (o sea la persona que se está expresando en voz alta) a sentirse cómodo, y lo que podemos hacer para animar y apoyar a los oradores. También hablamos de que, en ciertas situaciones, ser un buen compañero es hablar en alto cuando hay un problema o una situación peligrosa.

En el hogar, pídale a su hijo/a que aplique las técnicas para expresarse en voz alta para contarle sobre un libro que haya leído, o un programa de televisión que haya visto recientemente. Pregúntele qué se debe hacer para que un orador se sienta cómodo y apoyado. Anime a su hijo/a a siempre usar las técnicas para hablar en voz alta y a siempre ser un buen oyente.

Un cordial saludo,

CONEXIONES LITERARIAS

A continuación está la lista de algunos libros que se relacionan con el tema que tratamos en el Círculo Abierto. Usted puede sacar uno o dos de la biblioteca y leerlos con su hijo/a:

Ada, Alma Flor. *My Name Is Maria Isabel*. Macmillan, 1993.

Pinkwater, Daniel. *The Big Orange Splot*. Scholastic Inc., 1977.



Conexiones en Casa

Estimados padres:

Las recientes lecciones del Círculo Abierto se han enfocado en ayudar a los estudiantes a comprender las situaciones en la escuela que requieren la intervención inmediata de un maestro o de otro adulto responsable. Aprendimos a identificar conductas "**Double D**", que llamaremos así por las palabras en inglés "**dangerous**" y "**destructive**". Esto quiere decir que son conductas consideradas "peligrosas" (alguien puede resultar herido) o "destruyivas" (algo puede romperse, dañarse o destruirse; o puede tratarse de bromas pesadas). Es muy importante que los estudiantes le cuente inmediatamente a un maestro o a algún adulto responsable cuando observan algún comportamiento en la escuela que consideren que es "**Double D**". Ejemplos de comportamientos *Double D* podrían ser cuando a la hora del recreo un estudiante cruza corriendo la calle para perseguir una pelota, el subirse a un árbol del parque, pararse en una silla plegable para alcanzar un libro del librero del salón, lanzar una pelota de béisbol hacia una ventana, escribir en un libro de texto, ser parte de un grupo de niños que se burla de un compañero día tras día en el recreo.

También hablamos sobre algunas maneras en que los estudiantes pueden tratar de solucionar situaciones por sí mismos, en el caso de que alguien los esté molestando, pero no se trate de una situación que se considere "**Double D**." Por ejemplo, si otro estudiante se está colando en la fila o haciendo ruido mientras los demás están trabajando. Para confrontar conductas que molestan se pueden seguir dos pasos:

- Describir el comportamiento que nos está molestando y explicar porqué nos molesta.
- Decir lo que queremos que la otra persona haga en lugar de lo que nos molesta.

Se les aseguró a los estudiantes que siempre pueden acercarse a un adulto para pedir ayuda si no pueden manejar la situación por sí mismos.

En el hogar, trate de identificar incidentes o conductas que pueden ser considerados "**Double D**". Pregúntele a su hijo/a, "¿Crees que esto es una situación '**Double D**'?" Si es así, felicítelo/la por habérselo dicho a un adulto. Si no es una situación "**Double D**", ayúdelo/a a seguir los dos pasos que se mencionan anteriormente. También puede ayudar a su hijo/a a identificar a adultos responsables a los que podrá recurrir en otros lugares que no sean la escuela o el hogar para contarles sobre alguna situación "**Double D**".

Un cordial saludo,

CONEXIONES LITERARIAS

A continuación está la lista de algunos libros que se relacionan con el tema que tratamos en el Círculo Abierto. Usted puede sacar uno o dos de la biblioteca y leerlos con su hijo/a:

Bottner, Barbara. *Bootsie Barker Bites*. Putnam Juvenile Books, 1997.

Caseley, Judith. *Bully*. Greenwillow Books, 2001.

Choldenko, Gennifer. *How to Make Friends with a Giant*. G.P. Putnam's Sons, 2006.

Cosby, Bill. *The Meanest Thing to Say*. Cartwheel, 1997.

Ketteman, Helen. *Armadillo Tattletale*. Scholastic Press, 2000.



Conexiones en Casa

Estimados padres:

El tema de una reciente lección del Círculo Abierto fue el manejo de las **bromas pesadas**. Hablamos sobre lo que uno siente cuando es objeto de bromas pesadas, sobre cómo se pueden sentir las personas que les hacen bromas pesadas a otras, y sobre lo que uno puede decir o hacer para detener la broma o empeorarla. Hablamos sobre la forma de darnos cuenta si a alguien no le importa recibir una broma o si le molesta que se la hagan. Hacer algunas bromas puede estar bien, pero no está bien si la broma es dañina o hiriente. Se recordó a los estudiantes que hacer bromas pesadas es una conducta “*Double D*” y no es aceptable. Cuando los estudiantes observan bromas pesadas, deben notificar inmediatamente a un adulto responsable.

En el hogar, hable con su hijo/a sobre las bromas pesadas. Cuénteles de alguna vez que usted haya recibido una broma pesada y no le haya gustado. ¿Alguna vez le ha hecho una broma a alguien pensando que era divertido pero en realidad a la otra persona le molestó? Anime a su hijo/a a ser sensible a los sentimientos de otros niños.

Un cordial saludo,

CONEXIONES LITERARIAS

A continuación está la lista de algunos libros que se relacionan con el tema que tratamos en el Círculo Abierto. Usted puede sacar uno o dos de la biblioteca y leerlos con su hijo/a:

- Caseley, Judith. *Ada Potato*. Greenwillow Books, 1989.
- O’Neill, Alexis. *The Recess Queen*. Scholastic Press, 2002.
- Reider, Katja. *Snail Started It*. North-South Books, 1997.
- Yashima, Taro. *Crow Boy*. Puffin Books, 1976.



Conexiones en Casa

Estimados padres:

El formar parte de un grupo fue el tema de una reciente lección del Círculo Abierto. Hablamos sobre la cantidad de grupos a los que cada uno de nosotros pertenece. Por ejemplo, el grupo de las niñas, el de los niños, el de los alumnos de la escuela elemental, el de los jugadores de fútbol, el de los bailarines, etc. De los anteriores grupos, pudimos elegir ser miembros de algunos, pero no tuvimos elección para ser miembros de otros. Aprendimos que aunque las personas pertenezcan a un grupo y tengan algunas cosas en común, no son exactamente iguales a las demás personas del mismo grupo. Para tratar a las personas en forma justa, debemos tratarlas como individuos.

En el hogar, hable con su hijo/a sobre los grupos a los que pertenecen distintos miembros de la familia. ¿Son todos iguales en su familia? Ayúdele a su hijo/a a entender que no todos en un grupo son exactamente iguales, aún cuando puedan parecerlo o puedan tener intereses similares.

Un cordial saludo,

CONEXIONES LITERARIAS

A continuación está la lista de algunos libros que se relacionan con el tema que tratamos en el Círculo Abierto. Usted puede sacar uno o dos de la biblioteca y leerlos con su hijo/a:

Bregoli, Jane. *The Goat Lady*. Tilbury House Publishers, 2008.

Whitcomb, Mary E. *Odd Velvet*. Chronicle Books, 1998.



Conexiones en Casa

Estimados padres:

En un taller reciente del Círculo Abierto hablamos sobre **las palabras que describen los sentimientos**. Todo el mundo tiene sentimientos, y todos los sentimientos son buenos —aún cuando algunos sentimientos nos hagan sentir mejor que otros. Algunas veces podemos adivinar cómo se está sintiendo una persona por la manera que se ve o por lo que hace. Sin embargo, para saber realmente cómo se siente una persona tenemos que preguntarle. Algunas de las palabras que describen sentimientos que se mencionaron en el taller fueron; *feliz, triste, asustado, emocionado, desilusionado y enojado*.

Tomen turnos con su hijo/a para mencionar la mayor cantidad de palabras que describen sentimientos que sepan. También podrían mirar libros ilustrados o revistas y nombrar los sentimientos que expresan las personas de las fotografías. En el hogar, acostúmbrense a usar palabras que describen sentimientos para expresar sus sentimientos y los de otros miembros de la familia.

El **lenguaje corporal** fue otro de los temas que tratamos en un taller del Círculo Abierto. El lenguaje corporal es una forma de expresar sentimientos usando la cara, el cuerpo o las manos. Estuvimos practicando a reconocer las señales corporales, como por ejemplo el ceño fruncido, los brazos cruzados, el mirar con los ojos muy abiertos, una ceja levantada y otros gestos y expresiones faciales. El lenguaje corporal nos ayuda a entender cómo se sienten las personas, aún cuando no lo estén diciendo con palabras.

Cuando salga con su hijo/a jueguen a notar el lenguaje corporal de las personas. Presten atención a las señales corporales que la gente está enviando y traten de adivinar cómo se puede estar sintiendo esa persona de acuerdo a sus gestos, expresiones faciales y otras formas de lenguaje corporal. También pueden ver juntos un programa de televisión o mirar una revista, y turnarse para señalar los ejemplos de lenguaje corporal que vean.

Un cordial saludo,

CONEXIONES LITERARIAS

A continuación está la lista de algunos libros que se relacionan con el tema que tratamos en el Círculo Abierto. Usted puede sacar uno o dos de la biblioteca y leerlos con su hijo/a:

Blumenthal, Diana Cain. *I'm Not Invited?* Atheneum Books, 2003.

Raschka, Chris. *Yo! Yes?* Orchard Books, 1993.

Saxton, Freeman. *How Are You Peeling? Foods with Moods.* Arthur A. Levine Books, 1999.



Conexiones en Casa

Estimados padres:

En un taller reciente del Círculo Abierto hablamos sobre la forma de **expresar el enojo apropiadamente**. El estar enojado es algo que nos pasa a todos. A veces el enojo puede ser un sentimiento muy fuerte y difícil de controlar. Hablamos sobre las cosas que hacemos cuando estamos enojados. El estar enojado no es algo malo, pero hacer algo inapropiado o perjudicial cuando uno está enojado no está bien. Una forma de manejar el enojo es primero que todo calmarse, pensar un poco y luego usar palabras para expresar lo que sentimos. Por ejemplo, se puede hacer un ejercicio de respiración profunda, pensar en la situación y decirle a la persona que nos hizo enojar: “Estoy enojado/a porque _____.”

En el hogar, hable con su hijo/a sobre la forma de enfrentar el enojo. Comparta con él o con ella algunas situaciones que le hayan hecho enojar. Pregúntele a su hijo/a cómo expresa su enojo. Anime a su hijo/a para que siempre use palabras en vez de acciones para expresar su enojo.

Un cordial saludo,

CONEXIONES LITERARIAS

A continuación está la lista de algunos libros que se relacionan con el tema que tratamos en el Círculo Abierto. Usted puede sacar uno o dos de la biblioteca y leerlos con su hijo/a:

Cosby, Bill. *The Meanest Thing to Say*. Cartwheel Books, 1997.

Harper, Charise Mericle. *When Randolph Turned Rotten*. Knopf Books for Young Readers, 2007.



Conexiones en Casa

Estimados padres:

Esta semana en el Círculo Abierto comenzamos una unidad múltiple de clases sobre **la solución de problemas**. En las semanas siguientes aprenderemos a usar un proceso de seis pasos que pueden usar las personas para resolver los problemas que se les presenten. Iniciamos la unidad describiendo lo que es un **problema**. Un problema es cualquier situación que hace que la persona se trastorne o se confunda. Hicimos una lista de los problemas que los estudiantes de nuestro grado pueden tener, como por ejemplo, problemas al caminar a la escuela, en el parque, con amigos, con los reglamentos, con el trabajo escolar o con estudiantes de otros grados.

Para aprender y recordar los pasos a seguir para solucionar problemas, usamos los colores del semáforo: Rojo = Parar. Amarillo = Pensar. Verde = Avanzar. En el proceso de solución de problemas seguimos las mismas instrucciones que nos indica el semáforo:

ROJO nos recuerda que debemos PARAR:

- Calmarse.
- Identificar el problema.

AMARILLO nos recuerda que debemos PENSAR y ser cuidadosos:

- Fijar una meta positiva.
- Pensar en varias soluciones.
- Evaluar las soluciones.

VERDE nos indica AVANZAR:

- Hacer un plan y probarlo.

Los seis pasos para resolver problemas están impresos en el reverso de esta hoja. Por favor, péguela en su refrigerador o en algún lugar de su casa donde pueda verla a menudo. Con esto podrán recordar, tanto usted como su hijo/a, el proceso de solución de problemas y podrán seguirlo para solucionar los que se les presenten fuera de la escuela. La solución de problemas es una habilidad importante que su hijo/a puede utilizar a lo largo de toda su vida, no sólo en la escuela, sino también más adelante, en su lugar de trabajo y en su comunidad.

Un cordial saludo,

Pasos para Solucionar Problemas

1. Calmarse.
2. Identificar el problema.
3. Fijar una meta positiva.
4. Pensar en varias soluciones.
5. Evaluar las soluciones.
6. Hacer un plan y probarlo.

© 2010 Open Circle



Conexiones en Casa

Estimados padres:

En nuestro Círculo Abierto continuamos trabajando y practicando los seis pasos para solucionar problemas: Calmarse. Identificar el problema. Fijar una meta positiva. Pensar en varias soluciones. Evaluar las soluciones. Hacer un plan probarlo.

Antes de comenzar a resolver un problema, debemos **calmarnos**. En el Círculo Abierto hablamos sobre algunas cosas que podemos hacer para calmarnos, como respirar profundamente o contar hasta diez.

También hablamos sobre el segundo paso en el proceso de solución de problemas: **Identificar el problema**. Es importante poder usar palabras para expresar lo que uno siente y describir el problema. Una forma de poner el problema en palabras es diciendo, "Me siento ____ porque ____". Por ejemplo se puede decir, "Me siento molesto porque mi amigo no jugó conmigo a la hora del recreo", o decir, "Estoy enojada porque alguien tomó prestados mis marcadores sin pedirme permiso". Decir lo que uno siente y cuál es el problema puede ayudar a resolverlo.

En esta edición de las *Noticias del Círculo Abierto* y en otras que recibirá más adelante, encontrará una lista de libros que están relacionados con la solución de problemas, y que fueron seleccionados de acuerdo al nivel del grado en que se encuentra su hijo/a. Tal vez usted desee retirar algunos de estos libros de la biblioteca para leerlos juntos. Mientras los leen, comenten cómo resuelven sus problemas los personajes del libro. ¿Siguen alguno de los pasos para resolver problemas que usamos en el Círculo Abierto? Mientras tanto, continúe regularmente en el hogar usando esta técnica con su hijo/a.

Un cordial saludo,

CONEXIONES LITERARIAS

deGroat, Diane. *Liar, Liar, Pants on Fire*. Seastar Books, 2003.

Watt, Melanie. *Scaredy Squirrel makes a Friend*. Kids Can Press, 2007.



Conexiones en Casa

Estimados padres:

Nuestras lecciones del Círculo Abierto continúan enfocándose en los seis pasos para la solución de problemas: Calmarse. Identificar el problema. Fijar una meta positiva. Pensar en varias soluciones. Evaluar las soluciones. Hacer un plan y probarlo.

Recientemente aprendimos y practicamos el tercer paso para la solución de problemas: **Fijar una meta positiva**. Esto significa que pensamos en cual sería el mejor resultado, lo que nos gustaría que pasara, o cómo quisiéramos que se resolviera el problema. Para ser positiva, la meta debe ser segura y justa. También hablamos sobre finales tristes, y cómo no nos gustaría que el problema se fuera. Hicimos esto para ayudar a encontrar una meta positiva.

En otra lección del Círculo Abierto practicamos el cuarto paso para solucionar problemas: **Pensar en varias soluciones**. Al hecho de pensar en muchas ideas le llamamos “lluvia de ideas” y tenemos dos reglas para hacer esto:

- Pensar en muchas ideas.
- No juzgar o criticar ninguna idea o comentario hasta que todas las ideas hayan sido presentadas.

Una reacción fuertemente negativa podría provocar que la persona dejara de generar ideas. De igual modo, una reacción fuertemente positiva podría detener el proceso de la lluvia de ideas. También estudiamos una técnica llamada “**piggybacking**”, que significa tomar la idea de alguien y expandirla.

En el hogar, utilice con su hijo los pasos para la solución de problemas, todas las veces que pueda. Consiga en la biblioteca algunos de los libros detallados abajo sobre la solución de problemas y léalos con su hijo/a. Mientras los leen, comenten sobre la forma en que los personajes solucionan sus problemas. ¿Se deciden por una meta positiva y piensan en muchas soluciones?

Un cordial saludo,

CONEXIONES LITERARIAS

Howe, James. *Horace and Morris Join the Chorus (But What About Dolores?)*, Atheneum Books for Young Readers, 2002.

Jones, Rebecca. *Matthew and Tilly*. Dutton Children's Books, 1991.



Conexiones en Casa

Estimados padres:

En nuestro Círculo Abierto continuamos trabajando en cada uno de los seis pasos para la solución de problemas: Calmarse. Identificar el problema. Fijar una meta positiva. Pensar en varias soluciones. Evaluar las soluciones. Hacer un plan y probarlo.

En las últimas lecciones del Círculo Abierto, nos hemos dedicado a profundizar los dos últimos pasos. Luego de pensar en varias soluciones posibles a un problema, es importante **evaluar las soluciones**. Frente a cada posible solución debemos preguntarnos: ¿Qué pasaría si intentara esto? Además, debemos preguntarnos: ¿Cuál será la solución que probablemente me lleve a una meta positiva? Algunas veces nuestra primera idea no es la mejor. Cuando evaluamos las posibles soluciones es como si obedeciéramos lo que nos indica la luz amarilla de un semáforo, la cuál nos dice que debemos PENSAR y ser cuidadosos antes de actuar.

También trabajamos en el último paso para la solución de problemas: **Hacer un plan y probarlo**. Luego de elegir la solución que tenga más probabilidades para conducirnos a un buen final, debemos hacer un plan, decidiendo qué pasos serán necesarios para implementar nuestra solución. También debemos pensar cuál es el mejor momento para probar el plan, qué necesitamos para estar listos, qué palabras usaremos y qué deseamos que comunique nuestro lenguaje corporal. Entonces llega el momento de probarlo. Si la solución no funciona, tendremos que elegir otra opción, hacer un plan y probarlo. En la solución de problemas, es importante no darse por vencido.

En el hogar, continúe utilizando los seis pasos para resolver problemas tan frecuentemente como le sea posible. Aplíquelos para resolver sus propios problemas cotidianos, así como problemas que involucren a su hijo/a. Vaya a la biblioteca y saque algunos de los libros de la siguiente lista que se refieren a la solución de problemas. Lea los libros con su hijo/a y hablen sobre los pasos que los personajes toman para solucionar sus problemas.

Un cordial saludo,

CONEXIONES LITERARIAS

Torres, Leyla. *Subway Sparrow*. Farrar, Straus and Giroux, 1993.

Williams, Vera B. *A Chair for My Mother*. Greenwillow Books, 1982.



Conexiones en Casa

Estimados padres:

En nuestra última lección sobre la solución de problemas, escogimos un problema para solucionarlo y lo hicimos a través de los seis pasos: calmarse, identificar el problema, fijar una meta positiva, pensar en varias soluciones, evaluar las soluciones y hacer un plan y probarlo.

Una de nuestras últimas lecciones fue utilizada para introducir una herramienta diseñada para ayudar a los estudiantes a practicar los pasos de la solución de problemas. La herramienta es una caja colocada en el salón de clase. Si un problema ocurre, el estudiante puede utilizar las tarjetas de problemas, escribir el problema en una de ellas, y ponerla en la caja de problemas. Yo estaré revisando estas tarjetas y elegiré temas para discutir durante los talleres de Círculo Abierto.

En el hogar trate de emplear frecuentemente este sistema de seis pasos con su hijo/a. De esta manera, el sistema se volverá algo automático y se convertirá en un hábito. Déle el ejemplo a su hijo/a utilizando los pasos para la solución de los problemas que usted enfrenta en la casa, en el trabajo o en el vecindario. Felicite a su hijo/a cada vez que utilice los seis pasos para resolver problemas.

Un cordial saludo,



Conexiones en Casa

Estimados padres:

En nuestro último taller del Círculo Abierto de este año, tomamos tiempo para reflexionar sobre el año escolar y sobre nuestras experiencias en el Círculo Abierto. Compartimos lo que más nos gustó de la escuela este año, algunas cosas que aprendimos, algunas relaciones que tuvimos la oportunidad de profundizar y algunas cosas que aprendimos sobre nosotros mismos. También hablamos sobre las habilidades que hemos aprendido en el Círculo Abierto y cómo nos ayudaron en el salón de clase, en el recreo y en otros lugares.

Pregúntele a su hijo/a qué fue lo que más le gustó de los talleres del Círculo Abierto en los que participó este año. Pregúntele qué fue lo que más le ayudó de lo que aprendió en el Círculo Abierto. Durante el verano y siempre que pueda, continúe utilizando el vocabulario y las habilidades aprendidas en el Círculo Abierto. Deje a mano los pasos para solucionar problemas y continúe practicándolos con su hijo/a. Muchas gracias por el apoyo que usted ha brindado a los talleres del Círculo Abierto este año, reforzando en el hogar lo que su hijo/a aprendió en la escuela.

Un cordial saludo,