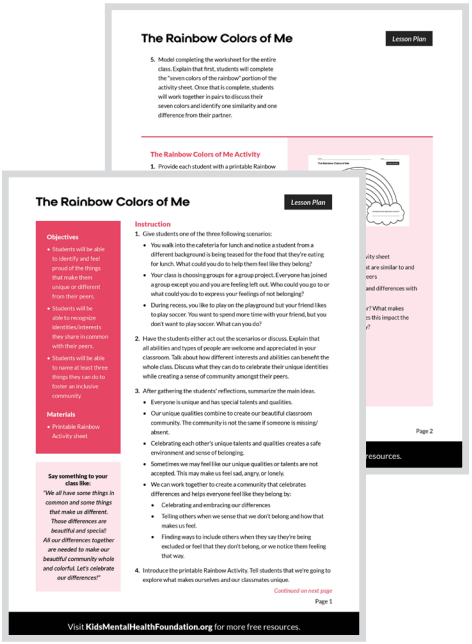
Everybody's Different, I'm Glad I'm Me:
A Building Classroom Community Lesson Kit

Dear Educator,



Creating an inclusive classroom community is an essential foundation for learning and growth. Part of creating an inclusive community of learners is ensuring that each student feels safe, secure, welcome, and valued for who they are. Having a sense of belonging in the classroom increases confidence, which is essential to learning and important for mental health.

You can actively foster a sense of belonging in your classroom in several ways.

- Get to know your students to set the foundation for belonging.
- Help them visualize a connected classroom and how everyone benefits when everyone is there. Make sure they know that all types of people are welcomed and appreciated.
- Give them opportunities to connect with one another by doing activities like this one, where students are paired together. When possible, pair them with someone they don't know well to help them interact with new peers.

This lesson kit will help guide your classroom through discussion and activity, highlighting how each person's unique contributions create the classroom community. Thank you for your commitment to creating a classroom community where every child feels important.

Sincerely,

The Kids Mental Health Foundation

The Kids Mental Health Foundation™

#KidsMentalHealthFoundation

KidsMentalHealthFoundation.org

The Kids Mental Health Foundation is the leading organization promoting mental health for children in the United States. We're working to build a world where mental health is a vital part of every child's upbringing.

Learn more about children's mental health and wellness by signing up for our monthly educator newsletter at KidsMentalHealthFoundation.org/Sign-Up.

The Rainbow Colors of Me

Lesson Plan

Objectives

- Students will be able to identify and feel proud of the things that make them unique or different from their peers.
- Students will be able to recognize identities/interests they share in common with their peers.
- Students will be able to name at least three things they can do to foster an inclusive community.

Materials

- Printable Rainbow Activity sheet

Say something to your class like:

"We all have some things in common and some things that make us different. Those differences are beautiful and special! All our differences together are needed to make our beautiful community whole and colorful. Let's celebrate our differences!"

Instruction

1. Give students one of the three following scenarios:
   - You walk into the cafeteria for lunch and notice a student from a different background is being teased for the food that they're eating for lunch. What could you do to help them feel like they belong?
   - Your class is choosing groups for a group project. Everyone has joined a group except you and you are feeling left out. Who could you go to or what could you do to express your feelings of not belonging?
   - During recess, you like to play on the playground but your friend likes to play soccer. You want to spend more time with your friend, but you don't want to play soccer. What can you do?
2. Have the students either act out the scenarios or discuss. Explain that all abilities and types of people are welcome and appreciated in your classroom. Talk about how different interests and abilities can benefit the whole class. Discuss what they can do to celebrate their unique identities while creating a sense of community amongst their peers.
3. After gathering the students' reflections, summarize the main ideas.
   - Everyone is unique and has special talents and qualities.
   - Our unique qualities combine to create our beautiful classroom community. The community is not the same if someone is missing/absent.
   - Celebrating each other's unique talents and qualities creates a safe environment and sense of belonging.
   - Sometimes we may feel like our unique qualities or talents are not accepted. This may make us feel sad, angry, or lonely.
   - We can work together to create a community that celebrates differences and helps everyone feel like they belong by:
     - Celebrating and embracing our differences
     - Telling others when we sense that we don't belong and how that makes us feel.
     - Finding ways to include others when they say they're being excluded or feel that they don't belong, or we notice them feeling that way.
4. Introduce the printable Rainbow Activity. Tell students that we're going to explore what makes ourselves and our classmates unique.

Continued on next page

Visit **KidsMentalHealthFoundation.org** for more free resources.

5. Model completing the worksheet for the entire class. Explain that first, students will complete the "seven colors of the rainbow" portion of the activity sheet. Once that is complete, students will work together in pairs to discuss their seven colors and identify one similarity and one difference from their partner.

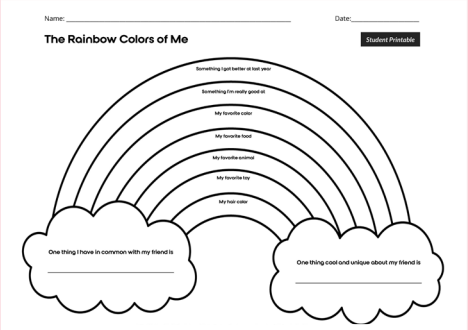
The Rainbow Colors of Me Activity

1. Provide each student with a printable Rainbow Activity sheet and crayons/markers. Support students in reading and identifying each color based on their own attributes and preferences. For example, if a student got better at swimming, they could color that band of the rainbow blue.

2. Once students complete the seven colors of the rainbow, pair each student up in partner groups. Support students to identify one thing they share with their friend and one thing that is unique about their friend. Support students to write or draw this and then color in the clouds.

3. Reconvene as a whole-class community. Have a few students share their clouds.

4. Review by restating that the classroom community is bonded by many similarities. Our many differences come together like a puzzle to create a beautiful community. And like a puzzle, the community is not whole without every piece (every student) in it! We can celebrate all of the amazing differences we have and how they contribute to our classroom community.



Assessment

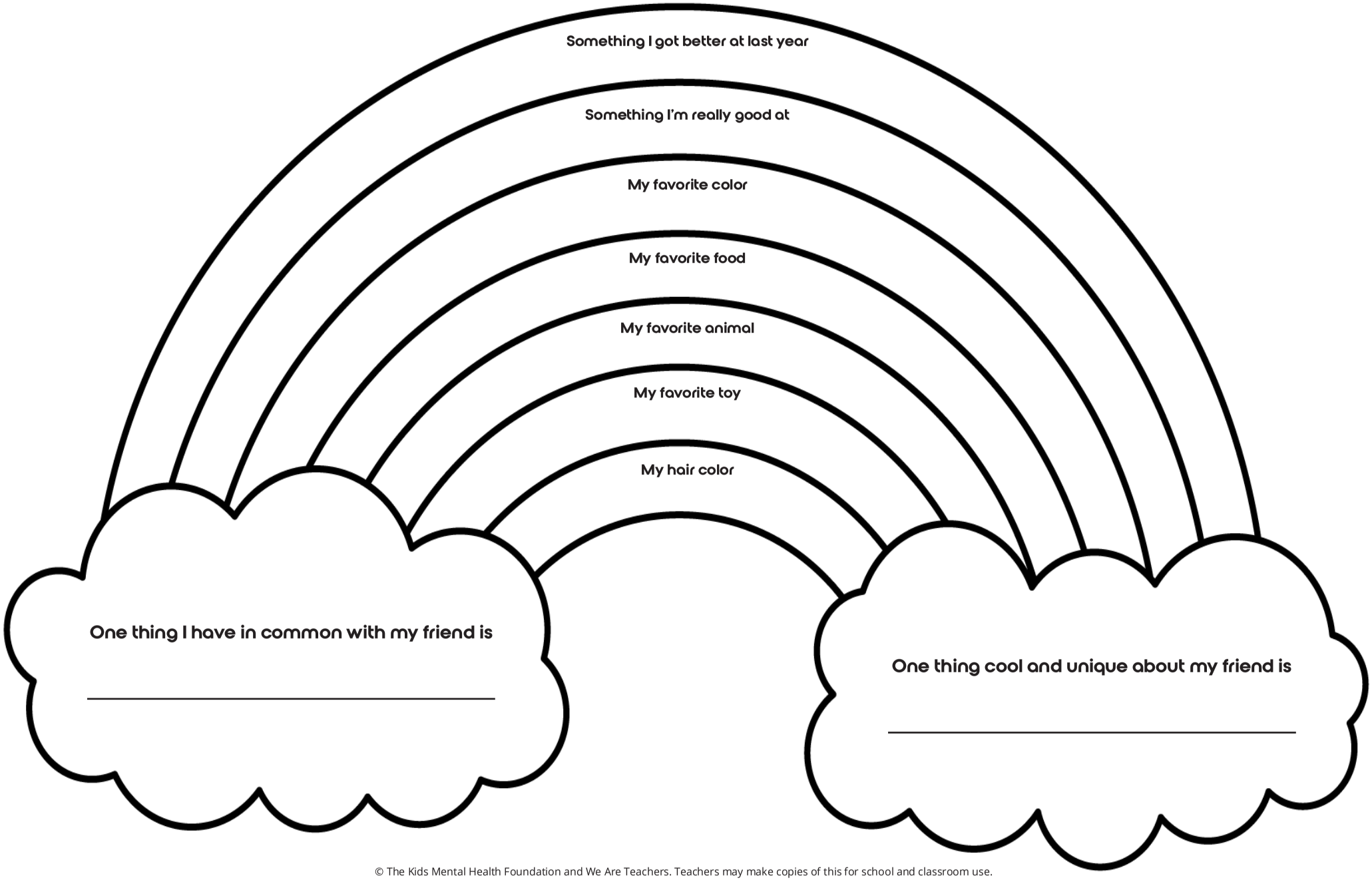
- Completed Rainbow Activity sheet
  - Inclusion of colors that are similar to and different from their peers
- Discussion of similarities and differences with peers:
  - What makes us similar? What makes us different? How does this impact the classroom community?

Visit **KidsMentalHealthFoundation.org** for more free resources.

Name: _____ Date:_____

The Rainbow Colors of Me

Student Printable



© The Kids Mental Health Foundation and We Are Teachers. Teachers may make copies of this for school and classroom use.

Family Letter

Dear Families,



At school, your child has been learning about belonging, a feeling of being accepted, supported and/or connected at home, school and in their community, with materials from The Kids Mental Health Foundation. The early childhood and early elementary years are full of opportunities for children to learn about themselves, their peers, and adults in their community. Kids begin to notice things that make them different from and similar to their friends (e.g., She has brown hair, I have blonde hair. We both like Disney movies.). This is when they start to build their identity and confidence, which is so important to their mental wellness.

Teaching children to celebrate their uniqueness is important to helping build children's sense of self and self-confidence. However, they may not always feel like their unique qualities are positive. Children may feel too different or "othered" to feel a sense of belonging. This may be at school, at home, in recreation and leisure activities, or in social situations. Children also may be treated differently or unfairly because of their backgrounds. It's important to help children identify their thoughts and feelings in moments when they don't belong.

You can support children's sense of belonging by going to KidsMentalHealthFoundation.org and searching for "belonging."

Sincerely,

The Kids Mental Health Foundation™

Todos somos diferentes, me alegro de ser yo:
Un kit de lecciones para construir una comunidad en el aula

Estimado educador,



Crear una comunidad inclusiva en el aula es una base esencial para el aprendizaje y el crecimiento. Parte de la creación de una comunidad inclusiva de estudiantes es garantizar que cada estudiante se sienta seguro, protegido, bienvenido y valorado por quién es.

Tener un sentido de pertenencia en el aula aumenta la confianza, lo cual es esencial para el aprendizaje y es importante para la salud mental. Puede fomentar activamente un sentido de pertenencia en su aula de varias maneras.

- Conozca a sus estudiantes para sentar las bases de la pertenencia.
- Ayúdelos a visualizar un aula conectada y cómo se benefician cuando todos están allí. Asegúrese de que sepan que todo tipo de personas son bienvenidas y apreciadas.
- Bríndeles oportunidades de conectarse entre sí haciendo actividades como esta, donde los estudiantes se unen en parejas. Cuando sea posible, haga parejas de los estudiantes con alguien que no conozcan bien para ayudarlos a interactuar con nuevos compañeros.

Este kit de lecciones le ayudará a guiar su aula a través de debates y actividades, destacando cómo las contribuciones únicas de cada persona crean la comunidad del aula. Gracias por su compromiso de crear una comunidad en el aula donde cada niño se sienta importante.

Atentamente,

The Kids Mental Health Foundation

The Kids Mental Health Foundation™

#KidsMentalHealthFoundation

KidsMentalHealthFoundation.org

The Kids Mental Health Foundation es la organización líder en la promoción de la salud mental de los niños en los Estados Unidos. Trabajamos para construir un mundo donde la salud mental sea una parte vital de la crianza de cada niño.

Obtenga más información sobre la salud mental y el bienestar de los niños suscribiéndose a nuestro boletín mensual para educadores en KidsMentalHealthFoundation.org/Sign-Up.

Los colores del arcoíris en mí

Plan de la lección

Objectivos

- Los estudiantes podrán identificar y sentirse orgullosos de las cosas que los hacen únicos o diferentes de sus compañeros.
- Los estudiantes podrán reconocer identidades / intereses que comparten con sus compañeros.
- Los estudiantes podrán nombrar al menos tres cosas que pueden hacer para fomentar una comunidad inclusiva.

Materiales

- Hoja de Actividad del Arcoíris imprimibles

Diga algo a su clase como:

"Todos tenemos algunas cosas en común y algunas cosas que nos hacen diferentes. ¡Esas diferencias son hermosas y especiales! Todas nuestras diferencias, juntas, son necesarias para hacer que nuestra hermosa comunidad sea completa y colorida. ¡Celebremos nuestras diferencias!"

Introducción

1. Proporcione a los estudiantes una de las tres situaciones siguientes:
   - Entras a la cafetería para almorzar y notas que a un estudiante de un entorno diferente lo están molestando por la comida que está comiendo en el almuerzo. ¿Qué podrías hacer para ayudarlo a sentirse parte del grupo?
   - Tu grupo está eligiendo grupos para un proyecto grupal. Todos se han unido a un grupo excepto tú y te sientes excluido. ¿A quién podrías acudir o qué podrías hacer para expresar tus sentimientos de no pertenecer?
   - Durante el recreo, a ti te gusta jugar en el patio de juegos, pero a tu amigo le gusta jugar al fútbol. Quieres pasar más tiempo con tu amigo, pero no quieres jugar fútbol. ¿Qué puedes hacer?
2. Haga que los estudiantes actúen las situaciones o las discutan. Explique que todas las habilidades y tipos de personas son bienvenidos y apreciados en su aula. Hable sobre cómo los diferentes intereses y habilidades pueden beneficiar a todo el grupo. Hable sobre lo que pueden hacer para celebrar sus identidades únicas y, al mismo tiempo, crear un sentido de comunidad entre sus compañeros.
3. Después de recopilar las reflexiones de los estudiantes, resuma las ideas principales.
   - Todos somos únicos y tenemos talentos y cualidades especiales.
   - Nuestras cualidades únicas se combinan para crear nuestra hermosa comunidad en el aula. La comunidad no es la misma si alguien falta o está ausente.
   - Celebrar los talentos y cualidades únicos de cada uno crea un entorno seguro y un sentido de pertenencia.
   - A veces podemos sentir que nuestras cualidades o talentos únicos no son aceptados. Esto puede hacernos sentir tristes, enojados o solos.
   - Podemos trabajar juntos para crear una comunidad que celebre las diferencias y ayude a todos a sentirse parte de ella, de la siguiente manera:
     - Celebrando y aceptando nuestras diferencias.
     - Decirles a los demás cuando sentimos que no pertenecemos y cómo nos hace sentir eso.
     - Encontrar maneras de incluir a los demás cuando dicen que están siendo excluidos o sienten que no pertenecen, o notamos que se sienten así.

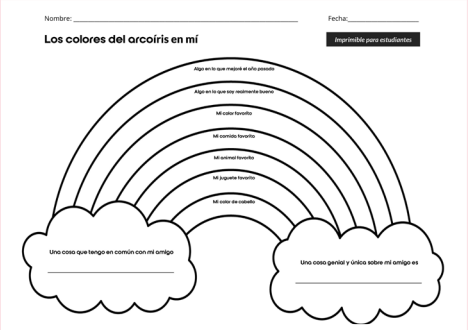
Continúa en la siguiente página

Visite **KidsMentalHealthFoundation.org** para más recursos gratis.

4. Presente la Actividad del Arcoíris imprimible. Diga a los estudiantes que van a explorar lo que nos hace únicos a nosotros y a nuestros compañeros de clase.
5. Demuestre cómo completar la hoja de trabajo para todo el grupo. Explique que primero los estudiantes completarán la parte de la hoja de actividades sobre los "siete colores del arcoíris". Una vez que la hayan completado, trabajarán en parejas para analizar sus siete colores e identificar una similitud y una diferencia con su compañero.

The Rainbow Colors of Me Activity

1. Proporcione a cada estudiante una hoja imprimible de la Actividad del Arcoíris y crayones o marcadores. Ayude a los estudiantes a leer e identificar cada color según sus propios atributos y preferencias. Por ejemplo, si un estudiante mejoró en natación, podría colorear esa franja del arcoíris de azul.
2. Una vez que los estudiantes completen los siete colores del arcoíris, forme parejas de estudiantes. Ayude a los estudiantes a identificar una cosa que comparten con su amigo y una cosa que es única en su amigo. Ayude a los estudiantes a escribir o dibujar esto y luego pueden colorear las nubes.
3. Reúnanse nuevamente como comunidad con todo el grupo. Pida a algunos estudiantes que compartan sus nubes.
4. Repasen y reafirmen que la comunidad del aula está unida por muchas similitudes. Nuestras muchas diferencias se unen como un rompecabezas para crear una hermosa comunidad. Y como un rompecabezas, la comunidad no está completa sin cada pieza (cada estudiante) que la compone. Podemos celebrar todas las increíbles diferencias que tenemos y cómo contribuyen a nuestra comunidad del aula.


Nombre: _____ Fecha: _____

Los colores del arcoíris en mí

Imprimible para estudiantes

Algo en lo que mejoré el año pasado

Algo en lo que soy realmente bueno

Mi color favorito

Mi comida favorita

Mi animal favorito

Mi juguete favorito

Mi color de cabello

Una cosa que tengo en común con mi amigo

Una cosa genial y única sobre mi amigo es

Evaluación

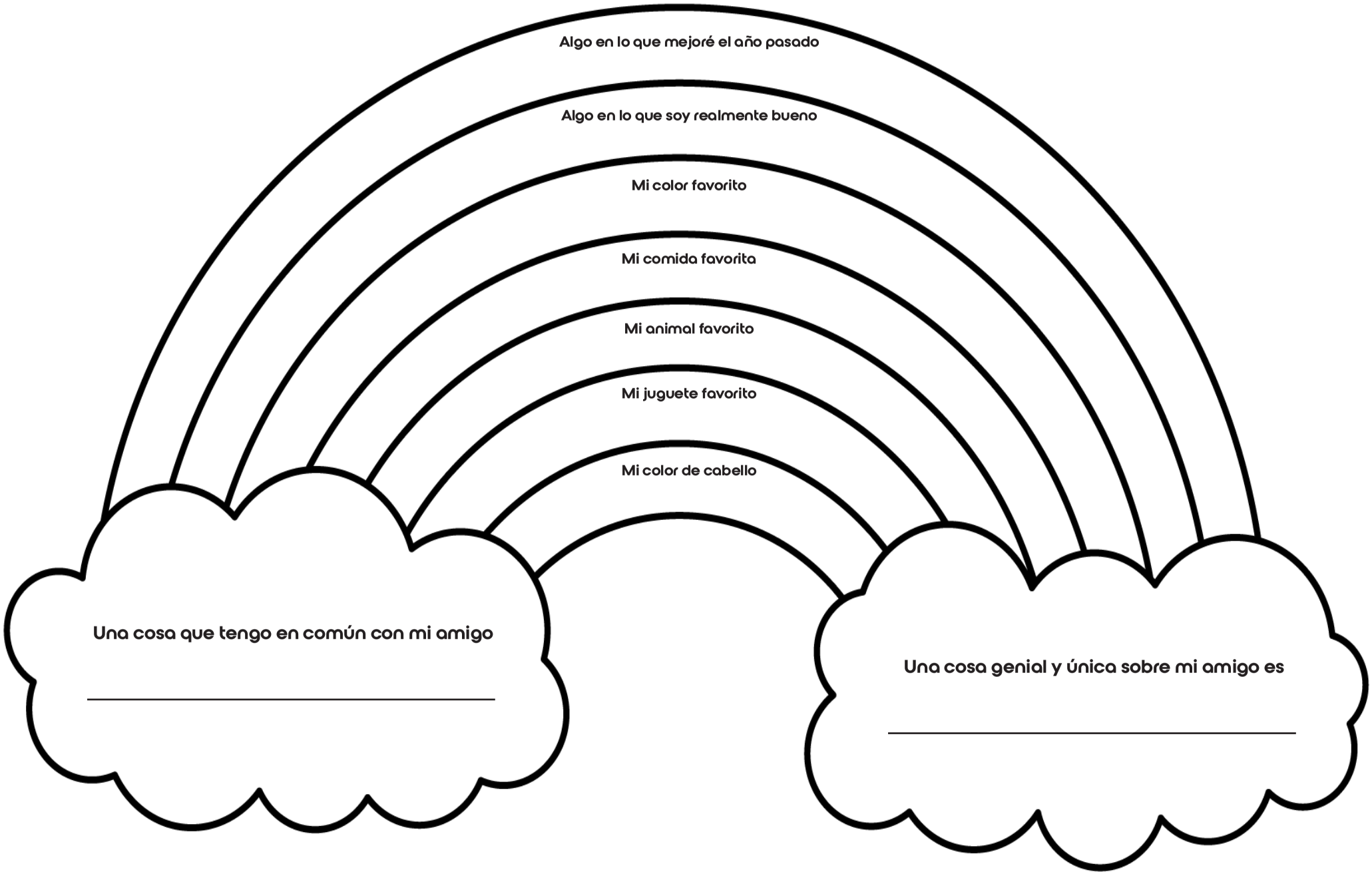
- Hoja de actividades del arcoíris completa
  - Inclusión de colores similares y diferentes a los de sus compañeros
- Discusión sobre similitudes y diferencias con compañeros:
  - ¿Qué nos hace similares? ¿Qué nos hace diferentes? ¿Cómo afecta esto a la comunidad del aula?

Visite **KidsMentalHealthFoundation.org** para más recursos gratis.

Nombre: _____ Fecha:_____

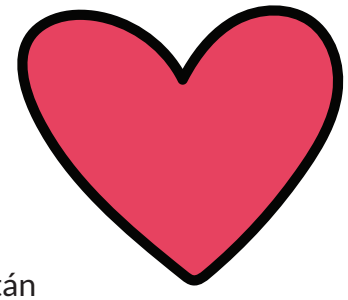
Los colores del arcoíris en mí

Imprimible para estudiantes



© The Kids Mental Health Foundation y We Are Teachers. Los profesores pueden hacer copias de este documento para uso en la escuela y en el aula.

Estimadas familias,



En la escuela, su hijo ha estado aprendiendo sobre la pertenencia, un sentimiento de ser aceptado, apoyado y/o conectado en el hogar, la escuela y su comunidad, con materiales de The Kids Mental Health Foundation. Los primeros años de la infancia y la escuela primaria están llenos de oportunidades para que los niños aprendan sobre sí mismos, sus compañeros y los adultos de su comunidad. Los niños comienzan a notar cosas que los hacen diferentes y similares a sus amigos (por ejemplo, ella tiene el pelo castaño, yo tengo el pelo rubio. A los dos nos gustan las películas de Disney). Es entonces cuando comienzan a construir su identidad y confianza, lo cual es muy importante para su bienestar mental.

Enseñar a los niños a celebrar su singularidad es importante para ayudar a desarrollar su sentido de identidad y confianza en sí mismos. Sin embargo, es posible que no siempre sientan que sus cualidades únicas son positivas. Los niños pueden sentirse demasiado diferentes o "excluidos" como para sentir un sentido de pertenencia. Esto puede suceder en la escuela, en el hogar, en actividades recreativas y de ocio o en situaciones sociales. Los niños también pueden ser tratados de manera diferente o injusta debido a sus antecedentes. Es importante ayudar a los niños a identificar sus pensamientos y sentimientos en momentos en los que no pertenecen a un lugar.

Puede apoyar el sentido de pertenencia de los niños visitando KidsMentalHealthFoundation.org y buscando "pertenencia".

Atentamente,

The Kids Mental Health Foundation™

What I Need To Feel Like I Belong:

A Building Classroom Community Lesson Kit

Dear Educator,



As humans, we all desire to feel a sense of belonging in communities and social groups. This includes the school and classroom communities. A variety of factors contribute to a strong sense of belonging, including teacher support, personal characteristics, parent and peer support, and environment.

As educators, we can have a large impact on students' sense of belonging. We can communicate to all students that they are part of our classroom community, whether they are in our classroom for a period or the entire day. We can teach students how they can build an environment of belonging by extending empathy toward others and utilizing their voice and agency to advocate for themselves and their peers.

This lesson will help guide your classroom in discussion and activity, highlighting what each student needs to feel a sense of belonging. Along the way, we invite you to think about how you can incorporate these student responses into your teaching and the environment you create in your classroom.

Thank you for your commitment to creating a classroom community where every child feels that they belong!

Sincerely,

The Kids Mental Health Foundation

The Kids Mental Health Foundation™

#KidsMentalHealthFoundation

KidsMentalHealthFoundation.org

The Kids Mental Health Foundation is the leading organization promoting mental health for children in the United States. We're working to build a world where mental health is a vital part of every child's upbringing.

Learn more about children's mental health and wellness by signing up for our monthly educator newsletter at KidsMentalHealthFoundation.org/Sign-Up.

All About Me

Lesson Plan

Objectives

- Students will be able to explain what it means to have a sense of belonging, both in general and in relation to the classroom setting.
- Students will be able to describe why it is important for themselves and their peers to feel like they belong in the classroom.
- Students will be able to name at least three things that make them feel that they don't belong and three things that help them feel like they do belong in the classroom community.

Materials

- Printable All About Me worksheet
- Butcher paper or chalkboard for whole-class discussion
- Sticky notes

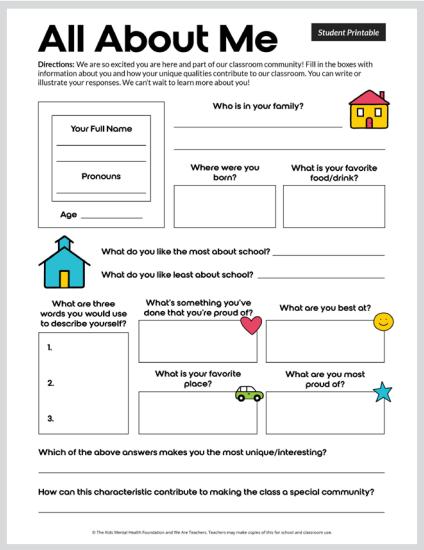
Instruction

1. Begin the lesson with a whole-class activity. On butcher paper or the chalkboard, write "Belong" on one side and "Lonely" on the other.
2. Pass out sticky notes. Instruct students to write down a definition or example of the two words on the board and place them under the corresponding word.
3. After all students place their ideas up, read aloud some of the responses. As a class, create definitions of the words belonging and loneliness.
4. Highlight that belonging means how much they feel, or perceive, being accepted, respected, included and/or supported by others. There are obstacles to that feeling of belonging that make us feel like outsiders. It can be how we're treated but also how we perceive ourselves.
5. Have students pair and share some examples of what makes them feel like they belong versus what makes them feel like they don't belong in the classroom setting or other communities. Have a few students share some of their ideas with the entire class. Use these guiding questions:
   - What helps you feel like you belong?
   - What are moments when you feel like an outsider?
   - What are moments when you feel lonely?
   - What are moments when you feel you don't fit in?
6. Introduce the All About Me worksheet. Highlight that this worksheet will help each student learn about the unique qualities they and their peers have and how these contribute to the community.

Visit **KidsMentalHealthFoundation.org** for more free resources.

All About Me Activity

1. Provide each student with a printable All About Me worksheet. Support students to read and identify responses to each of the questions. Students may write or draw their answers.
2. Once students complete all sections of the worksheet, reconvene as a whole-class community. Have a few students share what they identified as their unique quality and how this quality or characteristic contributes to making the classroom community special.
3. Compile all of the student responses highlighting unique qualities on a poster board or in a book that can be displayed in the classroom. Have students revisit this periodically to reinforce the importance of individual qualities contributing to the classroom community and the importance of creating a community where each student feels they belong.



All About Me

Student Printable

Directions: We are so excited you are here and part of our classroom community! Fill in the boxes with information about you and how your unique qualities contribute to our classroom. You can write or illustrate your responses. We can't wait to learn more about you!

Your Full Name

Pronouns

Age

Who is in your family?

Where were you born?

What is your favorite food/drink?

What do you like the most about school?

What do you like least about school?

What are three words you would use to describe yourself?

1.

2.

3.

What's something you've done that you're proud of?

What are you best at?

What is your favorite place?

What are you most proud of?

Which of the above answers makes you the most unique/interesting?

How can this characteristic contribute to making the class a special community?

© The Kids Mental Health Foundation and We Are Teachers. Teachers may make copies of this for school and classroom use.

Assessment

- Student responses on sticky notes to definitions/examples of belonging and isolation
- Student responses on All About Me worksheet
- Student responses to culminating discussion about how their unique qualities contribute to the community and their sense of belonging

Visit **KidsMentalHealthFoundation.org** for more free resources.

All About Me

Student Printable

Directions: We are so excited you are here and part of our classroom community! Fill in the boxes with information about you and how your unique qualities contribute to our classroom. You can write or illustrate your responses. We can't wait to learn more about you!

Your Full Name

_____

_____

Pronouns

_____

Age _____

Who is in your family?



_____

_____

Where were you born?

What is your favorite food/drink?



What do you like the most about school? _____

What do you like least about school? _____

What are three words you would use to describe yourself?

1.

2.

3.

What's something you've done that you're proud of?



What are you best at?



What is your favorite place?



What are you most proud of?



Which of the above answers makes you the most unique/interesting?

_____

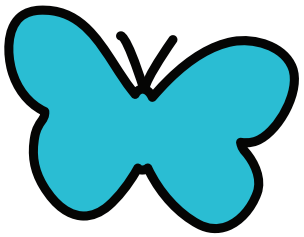
How can this characteristic contribute to making the class a special community?

_____

© The Kids Mental Health Foundation and We Are Teachers. Teachers may make copies of this for school and classroom use.

Family Letter

Dear Families,



At school, your child has been learning about belonging, a feeling of being accepted, supported and connected at home, school and in their community. As children grow older, they continue to expand their social experiences, meeting new people and joining different groups through sports, hobbies, and school clubs. Navigating group social dynamics can be challenging as children figure out what makes them feel a sense of belonging within a particular group.

You can support your child by providing them with a safe and open space to discuss their feelings about belonging/not belonging. If they express feeling like they do not belong in a certain group, help them identify why they have that feeling and what thoughts and physical feelings that brings up in their body.

You can also support children in identifying and celebrating the characteristics/qualities that make them unique. Encourage them to explore how these unique characteristics and qualities add value to the communities and groups they are a part of, including their school and classroom. You can also help your child build empathy and compassion for themselves as well as their peers. Empathy and compassion are essential to creating environments where individuals feel a sense of belonging and community. For more resources in supporting your child's sense of belonging, go to KidsMentalHealthFoundation.org and search for "belonging."

Thank you for supporting your child's exploration of inclusion and belonging!

Sincerely,

The Kids Mental Health Foundation™

Lo que necesito para sentirme parte del grupo:

Un kit de lecciones para construir una comunidad en el aula

Estimado educador,



Como seres humanos, todos deseamos sentir un sentido de pertenencia en comunidades y grupos sociales. Esto incluye las comunidades escolares y del aula. Una variedad de factores contribuye a un fuerte sentido de pertenencia, incluido el apoyo de los maestros, las características personales, el apoyo de los padres y los compañeros, y el entorno.

Como educadores, podemos tener un gran impacto en el sentido de pertenencia de los estudiantes. Podemos comunicarles a todos los estudiantes que son parte de nuestra comunidad del aula, ya sea que estén en nuestra aula durante un período o todo el día. Podemos enseñarles a los estudiantes cómo pueden construir un entorno de pertenencia extendiendo la empatía hacia los demás y utilizando su voz y capacidad de acción para defenderse a sí mismos y a sus compañeros.

Esta lección ayudará a guiar su aula en la discusión y la actividad, destacando lo que cada estudiante necesita para sentir un sentido de pertenencia. En el camino, lo invitamos a pensar en cómo puede incorporar estas respuestas de los estudiantes en su enseñanza y el entorno que crea en su aula.

¡Gracias por su compromiso de crear una comunidad de aula donde cada niño se sienta parte de esta!
Atentamente,

The Kids Mental Health Foundation

The Kids Mental Health Foundation™

#KidsMentalHealthFoundation

KidsMentalHealthFoundation.org

The Kids Mental Health Foundation es la organización líder en la promoción de la salud mental de los niños en los Estados Unidos. Trabajamos para construir un mundo donde la salud mental sea una parte vital de la crianza de cada niño.

Obtenga más información sobre la salud mental y el bienestar de los niños suscribiéndose a nuestro boletín mensual para educadores en KidsMentalHealthFoundation.org/Sign-Up.

Todo sobre mí

Plan de la lección

Objectivos

- Los estudiantes podrán explicar qué significa tener un sentido de pertenencia, tanto en general como en relación con el entorno del aula.
- Los estudiantes podrán describir por qué es importante para ellos y sus compañeros sentir que pertenecen al aula.
- Los estudiantes podrán nombrar al menos tres cosas que los hagan sentir que no pertenecen y tres cosas que los ayuden a sentir que sí pertenecen a la comunidad del aula.

Materiales

- Hoja de trabajo imprimible Todo sobre mí
- Papel estraza o pizarra para discusiones en clase
- Notas adhesivas

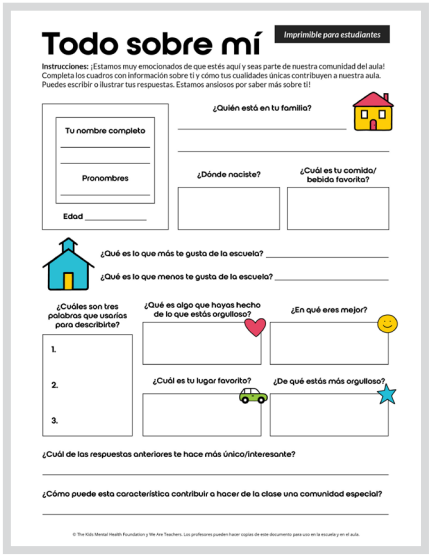
Instruction

1. Comience la lección con una actividad para todo el grupo. En una hoja de papel o en la pizarra, escriba “Pertenecer” en un lado y “Soledad” en el otro.
2. Reparta notas adhesivas. Indique a los estudiantes que escriban una definición o un ejemplo de las dos palabras en la pizarra y que las coloquen debajo de la palabra correspondiente.
3. Después de que todos los estudiantes hayan colocado sus ideas, lea en voz alta algunas de las respuestas. Como grupo, creen definiciones de las palabras pertenencia y soledad.
4. Resalte que pertenecer significa cuándo sienten o perciben que los demás los aceptan, respetan, incluyen o apoyan. Hay obstáculos para ese sentimiento de pertenencia que nos hacen sentir como extraños. Puede ser cómo nos tratan, pero también cómo nos percibimos a nosotros mismos.
5. Pida a los estudiantes que hagan parejas y compartan algunos ejemplos de lo que los hace sentir que pertenecen y lo que los hace sentir que no pertenecen al entorno del aula o de otras comunidades. Pida a algunos estudiantes que compartan algunas de sus ideas con todo el grupo. Utilice estas preguntas orientadoras:
    - ¿Qué te ayuda a sentir que perteneces?
    - ¿En qué momentos te sientes excluido?
    - ¿En qué momentos te sientes solo?
    - ¿En qué momentos sientes que no encajas?
6. Presente la hoja de trabajo Todo sobre mí. Resalte que esta hoja de trabajo ayudará a cada estudiante a aprender sobre las cualidades únicas que ellos y sus compañeros tienen y cómo estas contribuyen a la comunidad.

Visite **KidsMentalHealthFoundation.org** para obtener más.

Actividad Todo sobre mí

1. Proporcione a cada estudiante una hoja de trabajo imprimible Todo sobre mí. Ayude a los estudiantes a leer e identificar las respuestas a cada una de las preguntas. Los estudiantes pueden escribir o dibujar sus respuestas.
2. Una vez que los estudiantes completen todas las secciones de la hoja de trabajo, vuelva a reunirse como comunidad del grupo. Pida a algunos estudiantes que compartan lo que identificaron como su cualidad única y cómo esta cualidad o característica contribuye a hacer que la comunidad del aula sea especial.
3. Recopile todas las respuestas de los estudiantes que destaquen las cualidades únicas en una cartulina o en un libro que se pueda exhibir en el aula. Pida a los estudiantes que revisen esto periódicamente para reforzar la importancia de las cualidades individuales que contribuyen a la comunidad del aula y la importancia de crear una comunidad donde cada estudiante sienta que pertenece.



Todo sobre mí

Imprimible para estudiantes

Instrucciones: ¡Estamos muy emocionados de que estés aquí y seas parte de nuestra comunidad del aula! Completa los cuadros con información sobre ti y cómo tus cualidades únicas contribuyen a nuestra aula. Puedes escribir o ilustrar tus respuestas. Estamos ansiosos por saber más sobre ti!

Tu nombre completo

Pronombres

Edad _____

¿Quién está en tu familia?

¿Dónde naciste?

¿Cuál es tu comida/ bebida favorita?

¿Qué es lo que más te gusta de la escuela? _____

¿Qué es lo que menos te gusta de la escuela? _____

¿Cuáles son tres palabras que usarías para describirte?

1.

2.

3.

¿Qué es algo que hayas hecho de lo que estás orgulloso?

¿En qué eres mejor?

¿Cuál es tu lugar favorito?

¿De qué estás más orgulloso?

¿Cuál de las respuestas anteriores te hace más único/interesante?

¿Cómo puede esta característica contribuir a hacer de la clase una comunidad especial?

© The Kids Mental Health Foundation y We Are Teachers. Los profesores pueden hacer copias de este documento para uso en la escuela y en el aula.

Evaluación

- Respuestas de los estudiantes en notas adhesivas a definiciones/ejemplos de pertenencia y aislamiento
- Respuestas de los estudiantes en la hoja de trabajo Todo sobre mí
- Respuestas de los estudiantes a la discusión final sobre cómo sus cualidades únicas contribuyen a la comunidad y su sentido de pertenencia

Visite **KidsMentalHealthFoundation.org** para obtener más.

Todo sobre mí

Imprimible para estudiantes

Instrucciones: ¡Estamos muy emocionados de que estés aquí y seas parte de nuestra comunidad del aula! Completa los cuadros con información sobre ti y cómo tus cualidades únicas contribuyen a nuestra aula. Puedes escribir o ilustrar tus respuestas. Estamos ansiosos por saber más sobre ti!

Tu nombre completo

_____

_____

Pronombres

_____

Edad _____

¿Quién está en tu familia?



_____

_____

¿Dónde naciste?

¿Cuál es tu comida/ bebida favorita?



¿Qué es lo que más te gusta de la escuela? _____

¿Qué es lo que menos te gusta de la escuela? _____

¿Cuáles son tres palabras que usarías para describirte?

1.

2.

3.

¿Qué es algo que hayas hecho de lo que estás orgulloso?



¿En qué eres mejor?



¿Cuál es tu lugar favorito?



¿De qué estás más orgulloso?



¿Cuál de las respuestas anteriores te hace más único/interesante?

_____

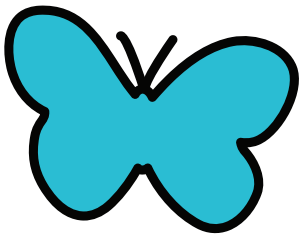
¿Cómo puede esta característica contribuir a hacer de la clase una comunidad especial?

_____

© The Kids Mental Health Foundation y We Are Teachers. Los profesores pueden hacer copias de este documento para uso en la escuela y en el aula.

Carta familiar

Estimadas familias,



En la escuela, su hijo ha estado aprendiendo sobre la pertenencia, un sentimiento de ser aceptado, apoyado y conectado en el hogar, la escuela y su comunidad. A medida que los niños crecen, continúan ampliando sus experiencias sociales, conociendo nuevas personas y uniéndose a diferentes grupos a través de deportes, pasatiempos y clubes escolares. Navegar por la dinámica social grupal puede ser un desafío a medida que los niños descubren qué los hace sentir que pertenecen a un grupo en particular.

Puede apoyar a su hijo brindándole un espacio seguro y abierto para hablar sobre sus sentimientos sobre la pertenencia o no pertenencia. Si expresa la sensación de que no pertenece a un grupo determinado, ayúdelo a identificar por qué tiene ese sentimiento y qué pensamientos y sentimientos físicos genera en su cuerpo.

También puede ayudar a los niños a identificar y celebrar las características / cualidades que los hacen únicos. Anímelos a explorar cómo estas características y cualidades únicas agregan valor a las comunidades y grupos de los que forman parte, incluida su escuela y aula. También puede ayudar a su hijo a desarrollar empatía y compasión por él mismo y por sus compañeros. La empatía y la compasión son esenciales para crear entornos en los que las personas sientan un sentido de pertenencia y de comunidad. Para obtener más recursos que respalden el sentido de pertenencia de su hijo, visite KidsMentalHealthFoundation.org y busque "pertenencia".

¡Gracias por apoyar la exploración de la inclusión y la pertenencia de su hijo!

Atentamente,

The Kids Mental Health Foundation™