**Kit acumulativo de herramientas ABC 2023-2024**

El programa ABC proporciona las siguientes herramientas para entablar relaciones positivas en su comunidad escolar:

* Proporciona un repaso a los estudiantes y a los adultos sobre las herramientas analizadas en años anteriores.
* Destaca el lenguaje común que se enseña en cada libro.
* Demuestra cómo los libros trabajan juntos para ayudar a nuestros estudiantes con el aprendizaje social y emocional.

**Año de elementos fundamentales del desarrollo**

|  |  |
| --- | --- |
| Whiteboard  Description automatically generated with low confidence | ***¿Has llenado una cubeta hoy?***   * Se un *llenador de cubetas.* Llena cubetas realizando acciones amables tanto para ti como para los demás. * *No vacíes* otras cubetas*. El vaciar cubetas* sucede cuando el nivel   de tu cubeta está bajo.   * + *Utiliza tu tapa* para proteger y guardar los pensamientos y sentimientos positivos dentro de tu cubeta.   + Tu amabilidad puede inspirar a otros *a llenar cubetas*. |
| A picture containing text, sign  Description automatically generated | ***El anzuelo de Simón***   * + *Se un pez libre. ¡Nada libremente!*   + ¡Has poco o nada! ¡No reacciones!   http://www.projectcornerstone.org/cms-assets/images/633400.simon.jpg   * + Pretende estar de acuerdo con el *anzuelo.*   + Cambia el tema; distrae al acosador/intimidador.   + Ríete del *anzuelo* y bromea sobre ello.   + *Utiliza tu tapa para detenerte, pensar y visualizar lo que está*   *sucediendo.*   * + *Tú tienes el control. Tú tienes el poder de elegir cómo reaccionar.*   + *Aprovecha tu poder personal* para ser un *pez libre* amable y fuerte*.*   + *Defiende a los demás* para evitar que *les vacíen su cubeta.* |
| A picture containing text, several  Description automatically generated | ***Di algo***   * + ¡Se una *persona con principios y valores* *(UPstander)!*   + *Habla. Tiende la mano. ¡Se un buen amigo(a)!*   + Rehúsa unirte a los comportamientos que *vacíen cubetas* o   comportamientos de acoso e intimidación.   * + Todos formamos parte de nuestra escuela.   + Utiliza la influencia positiva de tus compañeros para ayudar a   tus amigos para hacer “lo correcto”.   * + *¡Di algo!* Tu silencio es tu acuerdo.   + *Di o has algo* para difundir amabilidad o en caso de que alguien   *necesite ayuda.*   * ¡El simple hecho de *acompañar* a alguien, le hará sentirse mejor! Todos tenemos prejuicios inconscientes. Observa, interrumpe y cambia estas suposiciones. * ¡Ayuda a tus amigos a encontrar cosas positivas para *hacer y decir*! * Reírse y bromear puede ser divertido. (Pero reírse de un amigo(a), puede lastimar.) |
| A picture containing text  Description automatically generated | ***La Reina del Recreo***   * + Aprende y utiliza *habilidades para la resolución de conflictos*. * ¡Las víctimas de acoso pueden ser empoderadas para convertirse   en personas con valores y actitudes positivas *(UPstanders)!*   * *Detente, piensa y comprende* las acciones cuando *vacían la*   *cubeta* de los demás. Utiliza *tu tapa* para prevenir que las *vacíen*.   * *Invita* e *incluye* a todos los niños a jugar. * Identifica a dos o tres adultos que te apoyan. * *Cuéntalo y reporta*. * *Has un reporte* para evitar que ocurra algo malo o para proteger a alguien de hacerse daño. * Pide a un aliado que te acompañe a *hacer el reporte*. * *Cuéntalo* a tantos adultos como sea necesario hasta que consigas ayuda. * Utiliza las habilidades de *una persona con valores y actitudes positivas (UPstander)* para crear un clima escolar *seguro, solidario e inclusivo*. |
| A magazine cover with a person and person on it  Description automatically generated with low confidence | ***Chismes***   * Desarrolla y mantén amistades a base de *conversaciones*   *sanas* y un *corazón abierto*.   * Se un *modelo de amistad*. * Pide *disculpas con sinceridad*. * Presta atención a lo que se dice y a lo que no se dice: tono,   lenguaje corporal y emociones.   * *Detente a pensar* *para evitar un chisme*. Antes de hablar, pregúntate: * ¿Es **P**ositivo? * ¿Es **I**nofensivo? * ¿Es **É**tico? * ¿Es **N**ecesario? * ¿Es **S**incero? * ¿Es **A**migable? * *¡Los rumores se acaban aquí!*   + - Rehúsate a escuchar cuando tus amigos estén chismeando. No repitas el rumor o el chisme con otros. *Di algo* positivo sobre esa persona.     - Ignora el *anzuelo*. Cambia de tema.     - Cuestiona la veracidad del rumor. Consulta la fuente.     - “Cielos, eso no suena como XXX. ¿Crees que sea verdad?” |
| Graphical user interface, text, application, chat or text message  Description automatically generated | ***UNO***   * ¡Solo se necesita UNO para hacer la diferencia! * ¡TODOS cuentan! * Se comprensivo y ofrece una segunda oportunidad. * Ofrece oportunidades para pertenecer y ser incluido. * Comprométete a ser UNO, a ser amable y a defender a los * demás. |
| A picture containing venn diagram  Description automatically generated | ***La Maceta Vacía***   * + Actuar con valores positivos CHIRP: coraje, honestidad, integridad,   responsabilidad y perseverancia.   * + *Defiende* tus creencias ante losdemás.   + *Defiende* tus creencias con valor y determinación.   + Ser honesto significa decir la verdad, ¡aún cuando no sea fácil!   + Es importante siempre intentar *dar lo mejor de uno mismo.* |

**Año de desarrollo**

|  |  |
| --- | --- |
| A picture containing text  Description automatically generated | ***René tiene dos apellidos***   * + Intenta conocer a la gente antes de juzgarla.   + Entiende y aprende sobre culturas diferentes y cómo la diversidad nos hace más fuertes.   + Identifica y celebra las identidades personales de individuos.   + Usa tu poder personal positivo para defender tradiciones y creencias.   + Se inclusivo(a) y acepta diferencias.   + Aprende y pronuncia nombres correctamente.   + Impulsores y cazadores. ¡Sal con personas que te dejan ser QUIEN ERES! |
|  | ***Párate erguida Molly Lou Melon***   * + Usa el autocuidado para ser la mejor persona.   + ¡Enfócate en el hecho de que tienes el poder de escoger como reaccionar!   + Utiliza tu lenguaje corporal para pararte erguido(a), caminar con orgullo, sonreír a lo grande, y cantar en voz alta.   + Elimina los pensamientos fangosos utilizando pensamientos claros y dialogo interno positivo.   + Para, piensa, y entiende para prevenir zambullidos de cubeta.   + Identifica y nombra a los adultos que se preocupan por los demás y que son tus porristas. |
| C:\Users\lmaitski\Desktop\The Day You Begin.jpg | ***El día que empiezas***   * + Acepta y celebra las diferencias.   + Los (las) UPstanders practican actos afectuosos a propósito.   + Practica comportamientos inclusivos para crear una escuela que se preocupa por el bienestar los demás.   + Muestra empatía hacia los demás.   + Dilo con tu voz.   + La diversidad nos hace más fuertes. |
|  | ***Hoy me siento simple* y *otros estados de ánimo que***  ***me alegran el día***   * + Se consiente de tus sentimientos y los de los demás.   + Acepta y nombra tus sentimientos. Dilo a ti mismo(a): “Estoy triste.” “Tengo miedo.” “Estoy Enojado(a).” “Estoy avergonzado(a).”   + Relájate y tomate un tiempo antes de actuar. Respira despacio y profundo, y relaja todos los músculos de tu cuerpo.   + Piensa en formas en las que te puedas ayudar a ti mismo(a). Haz un plan. Pensar te ayuda a hacer algo inteligente.   + Cuando tengas un día triste, puedes actuar y cambiarlo a un buen día.   + Haz algo que disfrutas. ¡Ponte activo(a)! |
| http://d28hgpri8am2if.cloudfront.net/book_images/cvr9781416950790_9781416950790_lg.jpg | ***Probabilidad remota***   * + Sigue tus sueños, intereses, y pasiones.   + Establece un GPS para metas a corto y largo plazo.   + Practica y trabaja duro para alcanzar tus metas.   + Identifica tus campeones/campeonas de metas.   + Identifica tus modelos a seguir (famosos y ordinarios) y reflexiona acerca de sus logros. |
|  | ***Pastel enemigo***   * + Conoce a las personas antes de juzgarlas.   + Busca intereses en común con personas que acabas de conocer.   + Compartir tu tiempo para platicar y hacer cosas juntos es una manera genial para conocer a alguien.   + Se consiente de que las amistades pueden florecer y marchitarse.   + Todos tienen una receta especial para el pastel de la amistad. |
|  | ***El libro OK***   * + Los (las) estudiantes se atreverán a intentar cosas nuevas y estar bien por disfrutar de nuevas experiencias.   + Los (las) estudiantes disfrutarán de descubrir sus talentos al intentar cosas nuevas.   + Todos(as) tenemos talentos especiales y habilidades que nos hacen únicos(as).   + Convierte las actitudes tales como No Puedo (reacción) en actitudes tales como Yo Puedo (positivo).   + ¡Usa el poder de TODAVIA! ¡No puedo hacer esto TODAVIA! |

**Año Campeón**

|  |  |
| --- | --- |
|  | ***Niño invisible***   * Invitar, incluir y hacer lo posible para que todos se sientan bienvenidos. * Identificar las señales sociales (verbales y físicas) para determinar cómo se sienten los demás. * Entablar relaciones llenando cubetas con amabilidad. * Comportarse y hablar con empatía demostrando una atención genuina, comprensión y consideración hacia los demás. * Crear un clima escolar afectuoso en el que los estudiantes muestren respeto por los demás. |
| I Wish | ***Ojalá lo supieras***   * Desarrollar y practicar habilidades de empatía, como la capacidad de escuchar activamente, la capacidad de adoptar una nueva perspectiva y la compasión. * Promover la empatía como medio para resolver conflictos, reducir el estrés y establecer vínculos más fuertes con los demás. * Examinar sus propios prejuicios, suposiciones e ideas preconcebidas que puedan obstaculizar la capacidad de sentir empatía por los demás. * Identificar a los adultos responsables y comprometidos y los sistemas de apoyo disponibles para abogar por ellos |
|  | ***Ruby Bridges va a la escuela/Ruby Bridges, este es tu momento***   * Comprender que los estereotipos conducen a la discriminación. * Ser capaz de cambiar el mundo defendiendo los derechos de los demás. * Respetar las diferencias, aceptar a los demás y celebrar la diversidad. * ClovisConstruir puentes y fomentar el diálogo sobre el racismo y los prejuicios entre distintos grupos. |
|  | ***Clovis mantiene la calma***   * Reconocer la emoción tanto dentro de sí mismos como en los demás, para identificarse y relacionarse con los sentimientos que se están expresando. * Permitir que los sentimientos se manifiesten y actuar en ellos de manera adecuada. * Dedicar tiempo a comprender las diferentes formas en que las personas expresan sus emociones y aprender a responder a estas expresiones de manera empática. * Aprender maneras de reconsiderar, resolver conflictos y ofrecer segundas oportunidades. |
|  | ***Ojos que besan en las esquinas***   * Comprender y expresar gratitud por las personas que forman parte de nuestras vidas. * Celebra tu yo auténtico y su contribución a la diversidad de nuestro mundo. * Desarrollar una mayor comprensión y respeto por las personas de diferentes orígenes. |
|  | ***El punto***   * Utilizar una mentalidad de crecimiento para descubrir y crecer como persona. * Hacer uso del poder personal para cambiar los pensamientos turbios por pensamientos claros. * Emplear el poder del pensamiento positivo creyendo en sus propias capacidades y talentos únicos. * Comprender el impacto positivo que las palabras amables y el apoyo pueden tener en la confianza y la motivación de alguien. |
| A children's book cover  Description automatically generated | ***Grande***   * Crecer y cambiar de comportamiento pensando en cómo sus palabras y acciones afectarán a los demás. * Ser amable con uno mismo, con los demás y con el planeta Tierra. * Realizar actos intencionados de bondad y afecto, ya que pueden marcar una GRAN diferencia en la vida de los demás y en la suya propia. * Utilizar sus propias pasiones y talentos para mejorar la vida de los que le rodean. |

**Alumnos de quinto/sexto grado que pasan a la escuela secundaria**

**(Todos los niveles ABC)**

|  |  |
| --- | --- |
|  | **¿Quién movió mi queso? Para niños ¡una forma asombrosa de cambiar y ganar! De Spencer Johnson, M.D. y Christian Johnson**   * Aprende que el cambio les sucede a todos. * Comprende que las personas manejan el cambio de diferentes maneras. * Aprende diferentes maneras de afrontar en cambio y ser más adaptable. * Platiquen sobre el próximo cambio que enfrentarán los estudiantes - ¿Qué será diferente?, ¿Qué será igual? y ¿Cómo se sienten con el cambio? * Enseña a los estudiantes que ellos tienen control y cómo reaccionar ante el cambio. |