

Unit 1 - 6th Grade

Weekly family communications for lessons 1–7

Lesson 1a: Starting Middle School

Summary

This week's lesson will introduce your child to Second Step® Middle School. Your child will identify challenges they might face when starting middle school and identify resources in their school where they can get help.

Question

Tell your child about something that made you nervous when you started middle school. Ask what makes them nervous and who they can go to for help at school.

Lesson 1b: Helping New Students

Summary

In this week's lesson, your child will help brainstorm ways to support new students.

Question

Tell your child about a time you helped someone new in any community you belong to. Ask your child how they wish someone would have helped them when they started middle school.

Lesson 2: How to Grow Your Brain

Summary

In this week's lesson, your child will learn about the brain's ability to grow and change when they practice challenging things. Having a growth mindset supports your child's success in school and in life.

Question

Tell your child about a time you had to learn something new. Explain whether it was hard to learn and how you learned it. Ask your child if there's anything they would like to learn to do this year.

Lesson 3: Trying New Strategies

Summary

In this week's lesson, your child will brainstorm different strategies they can try when they're having trouble learning something new.

Question

Tell your child about a time you needed to change your approach in order to learn something new. Ask your child to tell you about something they're working hard to learn and how you can help.

Lesson 4: Making Goals Specific

Summary

In this week's lesson, your child will learn how to identify and set achievable goals by making them specific.

Question

Ask your child to tell you about a specific goal they're interested in working toward and what makes it specific.

Lesson 5: Breaking Down Your Goals

Summary

In this week's lesson, your child will practice breaking big goals down into smaller, short-term goals.

Question

Think of a time you achieved a big goal, such as learning to drive or graduating from school. Tell your child about your goal and the series of smaller steps you needed to take to achieve it. Ask your child to tell you about a goal they have.

Lesson 6: Monitoring Your Progress

Summary

In this week's lesson, your child will learn strategies for how to stay on track toward their goals. They'll learn how to monitor their own progress, decide if they need to try new strategies, and determine when their goal is complete.

Question

Ask your child about a goal they're actively working toward. Ask them if they are encountering any roadblocks and how you can help them determine the next steps forward.

Lesson 7: Bringing It All Together

Summary

In this week's lesson, your child will bring it all together and create an action plan to help them accomplish one of the goals they chose at the beginning of the unit.

Question

Ask your child what their goal is, how they broke it down into smaller goals, and their plans for achieving it. Discuss how you can support them if things at home or in school slow them down or stand in their way and about how you can celebrate when they achieve their goal.

Unit 1 - 6th Grade

Weekly family communications for lessons 1–7

Lección 1a: Comenzar la escuela media

Resumen

En la lección de esta semana, se le presentará a su hijo el Programa de Second Step para la Escuela Media. Su hijo identificará dificultades que podría tener al comenzar la escuela media y recursos de su escuela en donde puede pedir ayuda.

Pregunta

Cuéntele a su hijo algo que a usted le hizo poner nervioso cuando comenzó la escuela media. Pregúntele qué lo pone nervioso y a quién puede pedir ayuda en la escuela.

Lección 1b: Ayudar a estudiantes nuevos

Resumen

En la lección de esta semana, su hijo participará en una lluvia de ideas sobre cómo ayudar a los estudiantes nuevos.

Pregunta

Cuéntele a su hijo sobre alguna ocasión en que usted haya ayudado a alguien nuevo en una comunidad de la que formaba parte. Pregúntele a su hijo cómo desearía que lo hubieran ayudado al comenzar la escuela media.

Lección 2: Cómo desarrollar el cerebro

Resumen

En la lección de esta semana, su hijo aprenderá sobre la capacidad del cerebro para crecer o desarrollarse y cambiar cuando se realizan tareas complicadas. Tener una mentalidad de crecimiento ayuda a su hijo a tener éxito en la escuela y en la vida.

Pregunta

Háblele a su hijo acerca de alguna ocasión en la que usted haya tenido que aprender algo nuevo. Explique si fue difícil y cómo lo aprendió. Pregúntele a su hijo si hay algo que le gustaría aprender a hacer este año.

Lección 3: Probar estrategias nuevas

Resumen

En la lección de esta semana, su hijo hará una lluvia de ideas para descubrir diferentes estrategias que puede probar cuando tenga problemas al aprender algo nuevo.

Pregunta

Háblele a su hijo acerca de alguna ocasión en que usted haya necesitado cambiar su enfoque para aprender algo nuevo. Pida a su hijo que le cuente sobre algo que se está esforzando en aprender y cómo usted lo puede ayudar.

Lección 4: Establecer objetivos específicos

Resumen

En la lección de esta semana, su hijo aprenderá cómo identificar y establecer objetivos alcanzables, para lo cual deberá procurar que dichos objetivos sean específicos.

Pregunta

Pida a su hijo que le cuente acerca de un objetivo específico sobre el que le interese trabajar y qué lo hace específico.

Lección 5: Descomponer los objetivos

Resumen

En la lección de esta semana, su hijo practicará descomponer los objetivos en objetivos más pequeños y de corto plazo.

Pregunta

Piense en una ocasión en la que haya logrado un gran objetivo, como aprender a manejar o graduarse de la escuela. Háblele a su hijo sobre ese objetivo suyo y la serie de pasos pequeños que tuvo que dar para lograrlo. Pida a su hijo que le cuente sobre un objetivo que tenga.

Lección 6: Controlar el progreso

Resumen

En la lección de esta semana, su hijo aprenderá estrategias para no desviarse del camino hacia sus objetivos. Aprenderá a controlar su propio progreso, decidir si necesita probar estrategias nuevas y determinar cuándo está completo su objetivo.

Pregunta

Hágale preguntas a su hijo acerca de un objetivo para el que esté trabajando activamente. Pregúntele si está teniendo algún obstáculo y cómo puede usted ayudarlo a determinar los próximos pasos a seguir.

Lección 7: Combinar todo

Resumen

En la lección de esta semana, su hijo combinará todo y creará un plan de acción para poder concretar uno de los objetivos que eligió al principio de la unidad.

Pregunta