



Abgedeckte Unterkonzepte: Mitgefühl, Dankbarkeit, Hilfsbereitschaft, Empathie, Freundlichkeit

Der Unterricht „Freundlichkeit im Klassenzimmer“ vermittelt Freundlichkeitsfähigkeiten anhand eines schrittweisen Rahmenwerks aus Inspirieren, Stärken, Handeln, Nachdenken und Teilen. Jede Lektion beginnt mit dem Schritt „Teilen“, um das Gelernte aus den vorherigen Lektionen zu vertiefen. Der „Act“-Teil ist in den Unterricht eingebunden, findet aber tatsächlich in den Projekten statt.

In dieser Einheit lernen die Schüler, für sich selbst und andere zu sorgen. Die Lektionen 1 und 2 vermitteln den Schülern Strategien zum Verstehen und Bewältigen von Stress, damit sie für sich selbst sorgen können, und die Lektionen 3 und 4 geben den Schülern die Möglichkeit, Wege zu finden, wie sie für andere sorgen können. Lektion 4 konzentriert sich speziell auf Empathie und darauf, wie Schüler durch Empathie Mitgefühl für andere zeigen können, indem sie sich persönlich mit Situationen identifizieren, die sie beobachten oder an denen sie beteiligt sind.

Ziel der Einheit

Die Schüler werden:

- Identifizieren Sie Strategien zur Stressbewältigung und zur Verbesserung der Selbstachtung.
- Besprechen Sie die Konzepte von Fürsorge und Mitgefühl.
- Verstehen Sie die Definition von Empathie.

Schülereinführung

Willkommen in der Pflegeeinheit! In dieser Einheit erlernen Sie eine Reihe wertvoller Fähigkeiten, die Ihnen dabei helfen, besser für sich selbst und andere zu sorgen. Sie erfahren beispielsweise, wie Sie die Ursachen Ihres Stresses erkennen und wie Sie damit umgehen können, damit Sie weniger gestresst sind. Sie erfahren auch, was es bedeutet, Fürsorge und Mitgefühl für andere zu zeigen, insbesondere durch eine Fähigkeit, die wir Empathie nennen. Empathie ist die Fähigkeit, sich auf jemanden einzulassen, der etwas erlebt, das auch Sie selbst erlebt haben. Wenn wir uns in andere hineinversetzen, können wir ihnen leichter Fürsorge und Mitgefühl entgegenbringen. Die Lektionen in dieser Einheit zeigen Ihnen, wie Sie ein fürsorglicherer Mensch werden können!

- Guten und schlechten Stress erkennen

RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®

- Strategien zur Stressbewältigung und -reduzierung
- Sich um andere in Ihrer Gemeinde kümmern
- Empathie

Beginnen wir mit unserer ersten Lektion!

Einheitsunterricht

Titel der Lektion	Lernziele	Erforderliche Materialien
Lektion 1 Nimm fünf	<ul style="list-style-type: none">● Vergleichen/kontrastieren Sie guten und schlechten Stress.● Identifizieren Sie Strategien zur Stressbewältigung und zur Verbesserung der Selbstachtung.	<ul style="list-style-type: none">☐ Weißes oder farbiges Papier – idealerweise Karton – für die Schüler☐ Verfolgen Sie ihre Hände☐ Markierungen
Lektion 2 Gib mir fünf	<ul style="list-style-type: none">● Erkennen Sie, was ihnen Stress bereitet.● Untersuchen Sie, wie jeder durch unterschiedliche Dinge gestresst ist.● Entwickeln Sie fünf Strategien, um sich um andere zu kümmern, wenn sie sich gestresst fühlen.	<ul style="list-style-type: none">☐ Weißes Papier/Karton, wie in Lektion 1 verwendet☐ Markierungen☐ Schilder für gestresste Aktivitäten (können auf Papier, Pappe oder sogar auf die weiße/Smartboard-Tafel geschrieben werden, wenn Platz vorhanden ist)
Lektion 3 Liebes Ich: Ein Brief über Mitgefühl	<ul style="list-style-type: none">● Besprechen Sie die Konzepte von Fürsorge und Mitgefühl.● Erleben Sie Mitgefühl in Aktion im Video über Joshua's Heart.● Denken Sie über die Hauptideen des Videos nach und beziehen Sie sie auf Ihre persönlichen Möglichkeiten, Fürsorge und Mitgefühl zu zeigen.● Schreiben Sie einen Brief an sich selbst und sprechen Sie darüber, wie sie sich stärker für die Betreuung ihrer Gemeinschaften engagieren könnten.	<ul style="list-style-type: none">☐ Arbeitsblatt „Liebes Ich“ oder Notizbuchpapier für Studenten☐ Briefumschläge, eine für jeden Schüler
Lektion 4 Was würden Sie tun?	<ul style="list-style-type: none">● Verstehen Sie die Definition von Empathie.● Denken Sie über hypothetische Situationen nach, die Empathie auslösen, und formulieren Sie eine Antwort.	<ul style="list-style-type: none">☐ Was kann man freundlicherweise tun? Arbeitsblatt (siehe Lektion)

Einheitsprojekte

Projekttitel	Projektübersicht	Erforderliche Materialien
Projekt 1 Fürsorgliches Lapbook	Die Schüler werden ein Lapbook über das anfertigen, was sie in der Pflegeeinheit gelernt haben. Zu den großen Themen gehören Fürsorge, Freundlichkeit, Selbstfürsorge, Stressabbau, Mitgefühl und Empathie. Die Schüler können so viele dieser Themen einbeziehen, wie sie möchten, oder sie können sich auf das eine oder zwei konzentrieren, das ihrer Meinung nach für sie am wichtigsten ist. Der Zweck des Lapbooks besteht darin, den Schülern die Möglichkeit zu geben, ihr Gelerntes auf kreative und praktische Weise zu reflektieren und zu teilen.	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Ordner oder große Stücke Tonpapier<input type="checkbox"/> Schere<input type="checkbox"/> Markierungen<input type="checkbox"/> Zeitschriften (zum Ausschneiden von Bildern/Wörtern)<input type="checkbox"/> Lapbook-Vorlagen (falls gewünscht)
Projekt 2 Empathie-Hindernisparcours	Die Teilnahme der Schüler an einer Vielzahl von Aktivitäten ist schwieriger als üblich, weil sie irgendwie benachteiligt sind. Die Schüler durchlaufen einen Empathie-Hindernisparcours, erstens mit voller Leistungsfähigkeit und zweitens mit auferlegten Einschränkungen. Die Studierenden nehmen an beiden Erfahrungen teil und am Ende des Projekts besteht die Möglichkeit, ihre Erfahrungen und den Unterschied zwischen der Möglichkeit, den Kurs ohne Einschränkungen und mit Einschränkungen durchzuarbeiten, zu besprechen.	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Großer Unterrichtsraum oder Fitnessraum<input type="checkbox"/> Springseil<input type="checkbox"/> Zwei Blatt Papier; eine mit der Aufschrift: „Die vierte Klasse ist die beste!“ und eines mit der Aufschrift „La quatrième année est la meilleure!“<input type="checkbox"/> Klebeband, um eine Zick-Zack-Linie auf dem Boden zu zeichnen<input type="checkbox"/> Ein Schnürschuh<input type="checkbox"/> Ein Topflappen oder Winterhandschuh(e)