



Επιμέρους έννοιες που καλύπτονται: εξυπηρετικότητα, ευγνωμοσύνη, συμπόνια, ενσυναίσθηση και καλοσύνη

Τα μαθήματα του Kindness in the Classroom διδάσκουν δεξιότητες καλοσύνης μέσω ενός πλαισίου βήμα προς βήμα εμπνεύστε, ενδυναμώστε, ενεργήστε, στοχάστε και μοιραστείτε. Κάθε μάθημα ξεκινά με το βήμα «κοινή χρήση» για την ενίσχυση της μάθησης από προηγούμενα μαθήματα. Το κομμάτι «πράξη» συνυφαίνεται στα μαθήματα αλλά λαμβάνει χώρα πραγματικά στα έργα.

Η Μονάδα Φροντίδας είναι η δεύτερη μονάδα μας σε αυτό το εξάμηνο έτος. Η εστίαση στη Μονάδα Φροντίδας μας είναι στη διερεύνηση του τρόπου φροντίδας σε ποικίλα πλαίσια. Η φροντίδα μας επιτρέπει να δείχνουμε σεβασμό στον εαυτό μας και στους άλλους με καλές πράξεις και λόγια. Τα μαθήματα επικεντρώνονται στη φροντίδα μέσω της εξυπηρετικότητας, της ευγνωμοσύνης, της ενσυναίσθησης και της συμπόνιας.

Στόχος ενότητας

Οι μαθητές θα:

- Ορίστε βασικούς όρους καλοσύνης, συμπεριλαμβανομένης της εξυπηρετικότητας, της ευγνωμοσύνης και της φροντίδας.
- Δημιουργήστε μια σύνδεση μεταξύ της εξυπηρετικότητας και της ευγνωμοσύνης.
- Κατανοήστε πώς συνδυάζονται η ενσυναίσθηση και η συμπόνια.
- Εφαρμόστε τη σκέψη της αυτοφροντίδας στη ζωή τους.

Εισαγωγή Φοιτητών

Τώρα που καταλαβαίνουμε πώς να σεβόμαστε τον εαυτό μας, τους άλλους και τον χώρο μας, είμαστε έτοιμοι να προχωρήσουμε στην επόμενη ενότητα μας - Φροντίδα! Αυτή η ενότητα θα επικεντρωθεί στο πώς να είμαστε προσεκτικοί και ευγενικοί όλη την ημέρα μας, ανεξάρτητα από το πού βρισκόμαστε. Αυτό σημαίνει ότι κάνουμε το καλύτερο δυνατό για να νοιαζόμαστε τόσο για τον εαυτό μας όσο και για τους άλλους. Θέλουμε επίσης να διασφαλίσουμε ότι αφιερώνουμε χρόνο για να είμαστε ευγνώμονες για τους άλλους που νοιάζονται για εμάς! Θα μάθουμε για αυτούς τους βασικούς τομείς:

- Να είμαστε προσεκτικοί και ευγενικοί όλη την ημέρα μας!
- Να είμαστε ευγνώμονες για τους γύρω μας!

RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®

- Ψάχνετε τρόπους για να είστε βοηθοί!
- Δείχνοντας καλοσύνη και συμπόνια στους άλλους!

Η φροντίδα δεν είναι τόσο δύσκολη όσο ακούγεται - ας μάθουμε πώς μπορούν να φανούν απλές πράξεις καλοσύνης
άλλα νοιαζόμαστε κάθε μέρα!

Ενότητα Μαθήματα

Τίτλος μαθήματος	Στόχοι μαθήματος	Απαιτούμενα υλικά
Μάθημα 1 My Happy Place	<ul style="list-style-type: none"> • Δημιουργήστε ένα εξατομικευμένο κολάζ που απεικονίζει εικόνες που εμπνέουν ένα αίσθημα ευτυχίας. • Εξασκηθείτε στη χρήση δεξιοτήτων αντιμετώπισης όταν οι περιστάσεις προκαλούν αρνητικά συναισθήματα. 	<input type="checkbox"/> Διάφορα μεγέθη χαρτονιού <input type="checkbox"/> Κόλλα ξυλάκια <input type="checkbox"/> Ψαλίδι για κάθε παιδί <input type="checkbox"/> Περιοδικά <input type="checkbox"/> Βασικά είδη τέχνης <input type="checkbox"/> Glitter (προαιρετικό) <input type="checkbox"/> Modge Podge (προαιρετικό) <input type="checkbox"/> Θραύσματα χαρτιού με διάφορες υφές (προαιρετικά) <input type="checkbox"/> Ανακυκλωμένα είδη (προαιρετικά)
Μάθημα 2 Αλυσίδες Ευγνωμοσύνης	<ul style="list-style-type: none"> • Επισημάνετε ευγνώμονες πράξεις και λόγια μεταξύ των συνομηλίκων τους. • Δείξτε ευγνωμοσύνη μέσω προφορικής και γραπτής έκφρασης. • Αναγνωρίστε τη βοήθεια μεταξύ των συμμαθητών ευχαριστώντας τους για τη συνεισφορά τους. 	<input type="checkbox"/> Πολλαπλά χρώματα κατασκευαστικού χαρτιού, κομμένα σε μακριές λωρίδες πλάτους 2-3 ίντσες <input type="checkbox"/> Κόλλα ξυλάκια
Μάθημα 3 Ένα μπουλ συμπόνιας	<ul style="list-style-type: none"> • Δείξτε συμπόνια με καταιγισμό ιδεών για δύσκολα σενάρια. • Εξηγήστε τη συμπόνια με λέξεις. 	<input type="checkbox"/> The Lady in the Box της Ann McGovern <input type="checkbox"/> Κάρτες σεναρίου (βλ. Μάθημα) <input type="checkbox"/> γαβάθα
Μάθημα 4 Γραφική παράσταση με Ενσυναίσθηση	<ul style="list-style-type: none"> • Δείξτε κατανόηση των βασικών λέξεων συναισθημάτων. • Ερμηνεύστε τα συναισθήματα που μπορεί να νιώθουν οι άλλοι και αναλύστε τον πιθανό ρόλο τους στη δημιουργία αυτών των συναισθημάτων. 	<input type="checkbox"/> 1 σετ καρτών συναισθημάτων για κάθε μαθητή <input type="checkbox"/> Κενό γράφημα

Έργα Μονάδων

Τίτλος Εργασίας	Επισκόπηση έργου	Απαιτούμενα υλικά
Έργο 1 Είναι εντάξει να νιώθεις...	Αυτός ο Διαδραστικός Πίνακας Ανακοινώσεων τονίζει τη φράση Είναι εντάξει να νιώθειςΈχω νιώσει κι εγώ έτσι. Επιλέξτε διαφορετικά συναισθήματα και ζητήστε από τους μαθητές να εργαστούν συνεργατικά για να δημιουργήσουν γραφικά που θα συνοδεύουν τα συναισθήματα. Για να βοηθήσετε σε αυτό το έργο, επιλέξτε μια	<input type="checkbox"/> Βασικά είδη τέχνης <input type="checkbox"/> Πίνακας αφίσας <input type="checkbox"/> Έγχρωμο χαρτί <input type="checkbox"/> Ψαλίδι, ταινία κ.λπ. <input type="checkbox"/> Νήμα <input type="checkbox"/> Χρώμα

τάξη 4ης ή 5ης τάξης για να συνδυάσετε κάθε μαθητή της 1ης τάξης.

Έργο 2

Ποιος με βοηθάει;

Κάθε μαθητής θα επικεντρωθεί σε τυχαίες πράξεις βοήθειας για έναν τυχαία επιλεγμένο συνομήλικο κατά τη διάρκεια μιας ολόκληρης σχολικής εβδομάδας. Το πρόβλημά σας είναι να μην σας πιάσουν ότι βοηθάτε. Θα χρειαστεί λίγη σκέψη για το πώς να βοηθήσετε τους άλλους χωρίς να σας ζητήσουν ή να σας αναγνωρίσουν ποτέ.

❑ Ποικίλλει ανάλογα με την πράξη καλοσύνης που αποφασίζουν οι μαθητές