



Επιμέρους έννοιες που καλύπτονται: συμπόνια, ευγνωμοσύνη, εξυπηρετικότητα, ενσυναίσθηση, 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 μια σειρά έξι. Η Μονάδα Φροντίδας εστιάζει κυρίως στο να βοηθήσει τους μαθητές να φροντίσουν τον εαυτό τους, τους άλλους και το μαθησιακό τους περιβάλλον. Θα το κάνουν αυτό μέσα από μαθήματα συμπόνιας, ενσυναίσθησης, συμπάθειας και εξυπηρετικότητας.

Στόχος ενότητας

Οι μαθητές θα:

- Καθορίστε βασικούς όρους καλοσύνης, συμπεριλαμβανομένης της ευγνωμοσύνης, της φροντίδας και της συμπόνιας.
- Προσδιορίστε τη σύνδεση μεταξύ της φροντίδας, της καλοσύνης και της εξυπηρετικότητας.
- Συνδέστε την ενσυναίσθηση και τη συμπάθεια με τη συμπόνια.
- Εφαρμόστε τη σκέψη της αυτοφροντίδας στη ζωή τους.

Εισαγωγή Φοιτητών

Καλώς ήρθατε στη Μονάδα Φροντίδας! Τις επόμενες εβδομάδες, θα χτίσουμε μερικές υπερδυνάμεις γύρω από τη φροντίδα και την ευγένεια, πράγμα που σημαίνει ότι εργαζόμαστε σκληρά για να φροντίσουμε τόσο τον εαυτό μας όσο και τους άλλους! Συγκεκριμένα, θέλουμε να είμαστε σίγουροι ότι είμαστε ευγνώμονες για τα πράγματα που έχουμε, βοηθάμε τους άλλους όταν μπορούμε, και φροντίζουμε τον εαυτό μας, τους άλλους και τα πράγματά μας. Θα εστιάσουμε σε αυτούς τους σημαντικούς τομείς:

- Φροντίζουμε τον εαυτό μας, τους άλλους και την τάξη μας!
- Να είμαστε ευγνώμονες για όλα όσα έχουμε κάθε μέρα!
- Ψάχνετε τρόπους για να είστε βοηθοί!
- Και δείχνοντας καλοσύνη και συμπόνια όταν οι άλλοι έχουν ανάγκη, κάτι που μπορεί να είναι τόσο απλό όσο να προσκαλείς κάποιον νέο να συμμετάσχει στο παιχνίδι σου την ώρα του διαλείμματος! Η φροντίδα δεν είναι περίπλοκη!

Ας ξεκινήσουμε με το πρώτο μας μάθημα!

Ενότητα Μαθήματα

Τίτλος μαθήματος	Στόχοι μαθήματος	Απαιτούμενα υλικά
Μάθημα 1 My Name Word Puzzle	<ul style="list-style-type: none">Εγώπροσδιορίζουν πράγματα για τον εαυτό τους που εκτιμούν.Εφαρμόστε τη σκέψη της αυτοφροντίδας στη ζωή τους.Παρουσιάστε το ακροστιχάκι τους στην τάξη και εξασκηθείτεδεξιότητες σύντομης παρουσίας.	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Κομμάτια ταμπλό ή χαρτί κατασκευής, ένα ανά μαθητή.<input type="checkbox"/> Έγχρωμα μολύβια/δείκτες
Μάθημα 2 Ευγνωμοσύνη Κυνήγι θησαυρού	<ul style="list-style-type: none">Ορίστε την ευγνωμοσύνη.Αναγνωρίζουν διάφορα πράγματα είναι ευγνώμονες για.	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Φυλλάδιο κυνηγιού οδοκαθαριστών (βλ. μάθημα)
Μάθημα 3 Σύνδεση συμπόνιας; Καθημερινά συναισθήματα Μέρος 1	<ul style="list-style-type: none">Εφαρμόστε την κατανόησή τους για τα συναισθήματα και τα συναισθήματα και προβλέψτε πώς μπορεί να αισθάνονται οι άλλοι ως απάντηση σε διαφορετικές καταστάσεις.	<ul style="list-style-type: none">Ενδιαφέροντα άρθρα που πρέπει να διαβάσετε για να προετοιμαστείτε για ερωτήσεις που σχετίζονται με την επιστήμη των συναισθημάτων: https://www.verywell.com/how-many-emotions-are-there-2795179 https://www.verywell.com/understand-body-language-and-facial-expressions-4147228
Μάθημα 4 Compassion Connection: Superpower Emotions Μέρος 2	<ul style="list-style-type: none">Εφαρμόστε την κατανόησή τους για τα βασικά συναισθήματα στην κατανόηση της συμπόνιας, της ενσυναίσθησης και της συμπάθειας και προβλέψτε πώς μπορεί να αισθάνονται οι άλλοι ως απάντηση σε διαφορετικές καταστάσεις.	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Ενδιαφέροντα άρθρα που πρέπει να διαβάσετε για να προετοιμαστείτε για το πώς η συμπόνια και η ενσυναίσθηση είναι συναισθήματα που μπορούν να αυξηθούν μέσω της νευρολογικής εκπαίδευσης: http://www.parentingscience.com/teaching-empathy-tips.html<input type="checkbox"/> Δύο σε συλ υπερήρωα «Compassion Capes» (βλ. μάθημα)<input type="checkbox"/> Επικάλυψη ή κολλητική ταινία για τη δημιουργία «μονοπατιών» στο πάτωμα. Μπορεί να χρησιμοποιήσει την ίδια ταινία για να δημιουργήσει το «κέντρο συμπόνιας».<input type="checkbox"/> Εικόνες 1-3 *δείτε την ιδέα επέκτασης στο μάθημα

Έργα Μονάδων

Τίτλος Εργασίας	Επισκόπηση έργου	Απαιτούμενα υλικά
Έργο 1 Ευχαριστώ για τη βοήθεια	Αυτό το έργο έχει σχεδιαστεί για να βοηθήσει τους μαθητές να εκφράσουν την ευγνωμοσύνη τους στους βοηθούς και να αναγνωρίσουν ότι πολλοί άνθρωποι βοηθούν χωρίς να περιμένουν αντάλλαγμα.	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Πρότυπο κάρτας ευχαριστιών (δείτε μάθημα)<input type="checkbox"/> Μαρκadόροι<input type="checkbox"/> Μαύρο/άσπρος πίνακας

Έργο 2

Σύννεφα λέξεων
ευγνωμοσύνης

Αυτό το έργο θα επιτρέψει στους μαθητές να εξασκήσουν τις δεξιότητες ομιλίας, τις δεξιότητες ακρόασης, τις δεξιότητες γραφής και τις τεχνολογικές δεξιότητες, όλα αυτά χτίζοντας μια οπτική παρουσίαση που μεταφέρει ιδέες ευγνωμοσύνης και τονίζει εκείνα τα πράγματα για τα οποία πολλοί άνθρωποι είναι ευγνώμονες, δημιουργώντας σύνδεση με την ευρύτερη σχολική κοινότητα.

- ☐ Κάρτα συνεντεύξεων (προαιρετικό)
 - ☐ Χαρτί/μολύβι σημειωματάριου
 - ☐ Πρόσβαση σε υπολογιστή για χρήση του word generator cloud (συνιστάται: <http://www.abcy.com/wordclouds.htm>)
 - ☐ Πίνακας αφίσας
 - ☐ Μαρκαδόροι
-