

Caring



Sub-Conceptos Cubiertos: Gratitud, Compasión, Empatía, Amabilidad

Las lecciones de Bondad en el aula enseñan habilidades de bondad a través de un marco paso a paso de Inspirar, Empoderar, Actuar, Reflexionar y Compartir. Cada lección comienza con el paso "compartir" para reforzar el aprendizaje de lecciones anteriores. La pieza de 'acto' está entrelazada en las lecciones, pero realmente tiene lugar en los proyectos.

esta es la segunda unidad del *Amabilidad en el aula* plan de estudios. Se basa en la base del respeto presentada en la primera unidad, con un mayor enfoque en cómo profundizar y aplicar este respeto a través del cuidado y sus subconceptos. Los estudiantes están afinando su capacidad para encontrar un equilibrio entre crecer y aceptar la bondad. Fomentar la necesidad del autocuidado como un paso necesario en el proceso de practicar el cuidado, la compasión y la empatía por los demás.

Objetivo de la unidad

Serán estudiantes:

- Utilizar herramientas y métodos de autocuidado para aumentar su propio respeto por sí mismos.
- Examine su situación de vida actual y resalte las áreas de gratitud, sin importar cuán pequeñas sean.
- Practique demostrando empatía y compasión genuinas por los demás dentro de su propia comunidad.

Introducción del estudiante

Cuidar: el concepto no es nada nuevo para ti en este momento de tu vida. Ha estado cuidando de sí mismo (y probablemente de otros) de alguna manera durante años. Sin embargo, el verdadero cariño abarca un espíritu de bondad a través de la gratitud, la compasión y la empatía. Esta unidad se enfocará en expandir tus horizontes dentro de este concepto. ¿Cómo demuestras que te importa? ¿Cómo se ve eso? ¿Suenan como? ¿Tener ganas de? ¿CÓMO respondes cuando otros demuestran que les importa? Nuestro enfoque durante esta unidad es el siguiente:

- La importancia del autocuidado
- Encontrar gratitud día a día
- Expresar empatía

Lecciones de unidad

Título de la lección principal	Objetivos Semanales	Materiales principales de la lección	Mini lecciones
Lección 1 20 preguntas	<ul style="list-style-type: none"> Explore cómo demuestran actualmente el cuidado personal tanto física como mentalmente. Crear una meta personal para aumentar el autocuidado como parte de su rutina diaria 	<input type="checkbox"/> Zumbador (u otro elemento de señalización) para cada grupo <input type="checkbox"/> lápices <input type="checkbox"/> Fichas	<p><u>Grupo pequeño</u>- Hogar versus escuela</p> <p><u>Socios</u>- Mejorar el autocuidado</p> <p><u>Individual</u>- Examen de autocuidado</p> <p><u>Enfoque tecnológico</u>- Rastreador de tiempo digital</p>
Lección 2 Gratitud escolar	<ul style="list-style-type: none"> Explore cómo demuestran actualmente gratitud por lo que tienen y por quienes los rodean. Ampliar su capacidad de proporcionar gratitud no solicitada a lo largo del día. 	<input type="checkbox"/> Papel de estraza grande <input type="checkbox"/> Suministros básicos de arte <input type="checkbox"/> Cinta	<p><u>Grupo pequeño</u>- Gratitud por el país</p> <p><u>Socios</u>- Tarjetas de agradecimiento</p> <p><u>Individual</u>- Extendiendo tu gratitud</p> <p><u>Enfoque tecnológico</u>-Ayuda Tecnológica</p>
Lección 3 en mi lugar	<ul style="list-style-type: none"> Explora la diferencia entre simpatía y empatía. Desarrollar una comprensión de la empatía tal como se aplica a ellos personalmente. Practique la empatía en una variedad de escenarios a lo largo de su rutina diaria. 	<input type="checkbox"/> No hay materiales requerido para esta lección	<p><u>Grupo pequeño</u>- Juegos de rol</p> <p><u>Socios</u>- Luchas comunes</p> <p><u>Individual</u>- ¡Escuchen!</p> <p><u>Enfoque tecnológico</u>- Empatía y uso de la tecnología</p>
Lección 4 Empatía + Compasión	<ul style="list-style-type: none"> Explore la necesidad de un enfoque combinado de compasión y empatía al ayudar a los demás. Examine las suposiciones comunes al analizar situaciones utilizando solo enfoques de nivel superficial. 	<input type="checkbox"/> proyector para fotografías <input type="checkbox"/> Imágenes (ver lección)	<p><u>Grupo pequeño</u>- Análisis de compasión</p> <p><u>Socios</u>- Compasión Haiku</p> <p><u>Individual</u>- Compartiendo Compasión</p> <p><u>Enfoque tecnológico</u>- Análisis de películas</p>

Proyecto de Unidad

Título del Proyecto	Descripción del proyecto	Materiales necesarios
cuidandome	La clase se centrará en el cuidado personal y el impacto que tiene en nuestras vidas. Los estudiantes harán un seguimiento de los niveles de sueño, estado de ánimo y productividad para ver cómo les afecta el cuidado personal a largo plazo.	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Formulario de seguimiento (uno para cada estudiante)<input type="checkbox"/> Papel cuadriculado en blanco<input type="checkbox"/> Gobernantes<input type="checkbox"/> Lápices de colores verde, azul y rojo<input type="checkbox"/> Computadora<input type="checkbox"/> Software para crear folletos (opcional, ya que esto se puede hacer a través del arte básico si es necesario)<input type="checkbox"/> Suministros básicos de arte