

Bienveillance

Ce mois-ci, nous nous concentrons sur l'entraide. Si vous nous suivez sur les réseaux sociaux, nous avons des publications hebdomadaires axées sur les soins aux élèves du primaire et du secondaire. Cependant, ces activités vous permettent d'infuser quotidiennement votre classe si vous le souhaitez. Toutes ces activités sont spécifiquement conçues pour fonctionner dans un environnement d'apprentissage à distance.

Mini-leçons

**Leçon de classe
entière**
30 minutes

START
HERE

Soins personnels quotidiens

Travaillez ensemble pour créer une affiche mettant en évidence un domaine des soins personnels (par exemple, la routine du matin, une alimentation saine, etc.). Assurez-vous que l'affiche/Powerpoint, etc. inclut les éléments suivants :

- Le mot SELF-CARE
- 10 à 15 images illustrant une façon de prendre soin de soi
- Une explication de ce qui est dessiné

Si possible, encouragez les élèves à terminer cette activité à la maison en examinant comment ils utilisent les soins personnels au cours de leur vie quotidienne et à faire rapport lors de la prochaine session en direct.

**Pour les petits
groupes**
15 minutes



Donne un coup de main

Avec votre famille, trouvez des objets autour de la maison qui illustrent la serviabilité. Comment pouvez-vous prendre soin des autres grâce à la serviabilité ? Après en avoir discuté à la maison, apportez un objet à partager avec la classe. Soyez prêt à expliquer votre article et comment il démontre son utilité.

Pour les partenaires
15 minutes



Mashup Gratitude

Associez-vous et réfléchissez à 10 façons de montrer votre gratitude à quelqu'un sans le voir en personne. Comment pouvons-nous nous assurer que nous remercions les autres pendant cette période de distanciation sociale ? Comment montrons-nous que nous nous soucions de nous sans contact physique, comme des tapes dans les mains et des câlins ? (Note à l'enseignant - préparez-vous à des conversations difficiles si vous choisissez cela, mais c'est un objectif positif dans une situation difficile !)

Pour les particuliers
15 minutes



Bande dessinée de compassion

En utilisant www.canva.com ou un autre générateur de bande dessinée, créez votre propre histoire illustrant la compassion. Comment pouvons-nous être compatissants en ces temps en constante évolution ? Comment mes paroles et mes actions affectent-elles les autres ? Partagez votre bande dessinée avec la classe si le temps le permet.

**Axé sur la
technologie**
15 minutes



Empathie en ligne

Choisissez un endroit où vous n'êtes jamais allé aux États-Unis et recherchez comment ils vont à l'école en ce moment. En quoi cela diffère-t-il de votre configuration ? Si c'est différent, comment pouvez-vous utiliser l'empathie pour vous relier à leur environnement actuel ? Chaque étudiant vit quelque chose de nouveau en ce moment. L'empathie nous aide à nous connecter avec eux, peu importe où ils se trouvent ou ce qu'ils font.