



**Sottoconcetti trattati: compassione, empatia, disponibilità, gratitudine, gentilezza**

Le lezioni di gentilezza in classe insegnano le abilità di gentilezza attraverso una struttura passo dopo passo di Ispirare, Empower, Agire, Riflettere e Condividere. Ogni lezione inizia con il passaggio "condividi" per rafforzare l'apprendimento dalle lezioni precedenti. Il pezzo "atto" è intessuto nelle lezioni ma si svolge davvero nei progetti.

L'unità di cura è la nostra seconda unità in questo anno di sei unità. L'obiettivo della nostra unità di cura è esplorare come prendersi cura in una varietà di contesti. Le lezioni esploreranno la cura e il modo in cui incorpora disponibilità, gratitudine, compassione, empatia e gentilezza. Gli studenti di questa età sono pronti a esplorare concetti meno concreti. L'empatia e la gratitudine vengono esplorate in profondità come strumenti per esprimere la cura.

## Obiettivo Unità

Gli studenti:

- Definisci i termini chiave della gentilezza, tra cui disponibilità, gratitudine e premura.
- Disegna una connessione tra disponibilità e gratitudine ed empatia e compassione.
- Applica il pensiero della cura di sé alle loro vite.

## Presentazione dello studente

Ora che capiamo come rispettare noi stessi, gli altri e la nostra comunità, siamo pronti per passare alla nostra prossima unità: Prendersi cura! Questa unità si concentrerà su come essere premurosi e gentili durante la nostra giornata, indipendentemente da dove ci troviamo. Ciò significa che facciamo del nostro meglio per prenderci cura di noi stessi e degli altri. Vogliamo anche assicurarci di prenderci del tempo per essere grati per gli altri che si prendono cura di noi e mostrare empatia per coloro che ci circondano! Impareremo a conoscere queste aree chiave:

- Essere premurosi e gentili per tutta la nostra giornata!
- Essere grati per chi ci circonda!
- Mostrare empatia per gli altri!
- Mostrando gentilezza e compassione attraverso le nostre parole e azioni!

La cura richiede pratica: impariamo come semplici atti di gentilezza possono mostrare agli altri che ci prendiamo cura ogni giorno!

Nota: se utilizzi i taccuini interattivi RAK, assicurati che i tuoi studenti li abbiano a portata di mano per ogni lezione.

## Lezioni unitarie

Titolo della lezione	Obiettivi della lezione	Materiali richiesti
<b>Lezione 1</b> La mia pietra dell'affermazione	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Crea una pietra di affermazione personalizzata usando parole e immagini che ispirano una sensazione di felicità.</li> <li>• Esercitati a usare le abilità di coping quando le circostanze causano sentimenti negativi.</li> </ul>	<input type="checkbox"/> Colla bianca liquida <input type="checkbox"/> Pennelli <input type="checkbox"/> Forbici per ogni bambino <input type="checkbox"/> Riviste
<b>Lezione 2</b> Fumetto premuroso	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Spiega in che modo la disponibilità di ogni persona contribuisce all'efficienza della classe.</li> <li>• Illustrare come mostrare gratitudine per le azioni utili degli altri.</li> <li>• Crea un fumetto che documenti un atto utile e la conseguente gratitudine che evoca.</li> </ul>	<input type="checkbox"/> Modello di fumetti <input type="checkbox"/> Forniture artistiche di base <input type="checkbox"/> Facoltativo: computer e accesso a Internet <input type="checkbox"/> Generatore di fumetti: <a href="https://www.storyboardthat.com/storyboard-creator">https://www.storyboardthat.com/storyboard-creator</a> <input type="checkbox"/> <a href="http://www.powtoon.com">www.powtoon.com</a>
<b>Lezione 3</b> Giochi di ruolo sulla compassione	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mostra compassione facendo brainstorming su soluzioni per scenari difficili.</li> <li>• Pratica modi gentili e compassionevoli per rispondere in diversi scenari di gioco di ruolo</li> </ul>	<input type="checkbox"/> Carte Scenario (vedi lezione) <input type="checkbox"/> Schede (facoltative) <input type="checkbox"/> matite (facoltativo)
<b>Lezione 4</b> Empatia attraverso i sensi	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dimostrare una comprensione introduttiva dell'empatia usando i cinque sensi</li> <li>• Sviluppa empatia per gli scenari raffigurato nell'art.</li> </ul>	<input type="checkbox"/> <i>La matita magica di Malala</i> di Malala Yousafzai <input type="checkbox"/> Immagini d'arte (6-8 copie di ogni OR proiettate all'interno dell'aula - vedi lezione) <input type="checkbox"/> Prompting Worksheet- vedi lezione <input type="checkbox"/> Carta a righe <input type="checkbox"/> Matite

## Progetti Unità

titolo del progetto	Panoramica del progetto	Materiali richiesti
<b>Progetto 1</b> Condividi i tuoi sentimenti	La classe creerà una bacheca interattiva che invita gli altri a condividere le proprie conoscenze ed esperienze legate a sentimenti comuni. Sebbene molti sembrano semplici, le nostre interpretazioni possono spesso essere molto diverse!	<input type="checkbox"/> Materiali di base della bacheca <input type="checkbox"/> 4-6 confezioni di post-it di colore diverso <input type="checkbox"/> Dizionari <input type="checkbox"/> Foglio delle istruzioni <input type="checkbox"/> Marcatori <input type="checkbox"/> Stringa o filato

---

**Progetto 2**

Catena della gratitudine

Gli studenti svilupperanno un "Atteggiamento di gratitudine" creando catene di gratitudine per gli altri nella classe evidenziando le cose gentili che sono state fatte per loro.

- ☐ Strisce di cartoncino
  - ☐ marcatori
  - ☐ colla o nastro adesivo
  - ☐ Pannello dei poster
  - ☐ adesivi (opzionale)
-