

# 100 modi per prendersi cura

Un progetto che gli insegnanti seguono spesso sono i primi 100 giorni di scuola. Questa bacheca utilizza la stessa premessa, ma si concentra su 100 modi diversi in cui la classe è stata "catturata" a prendersi cura di se stessa e degli altri.

## Sottotitoli premurosiConcetti

Compassione, Disponibilità, Gratitude, Gentilezza

## Tempistica del progetto

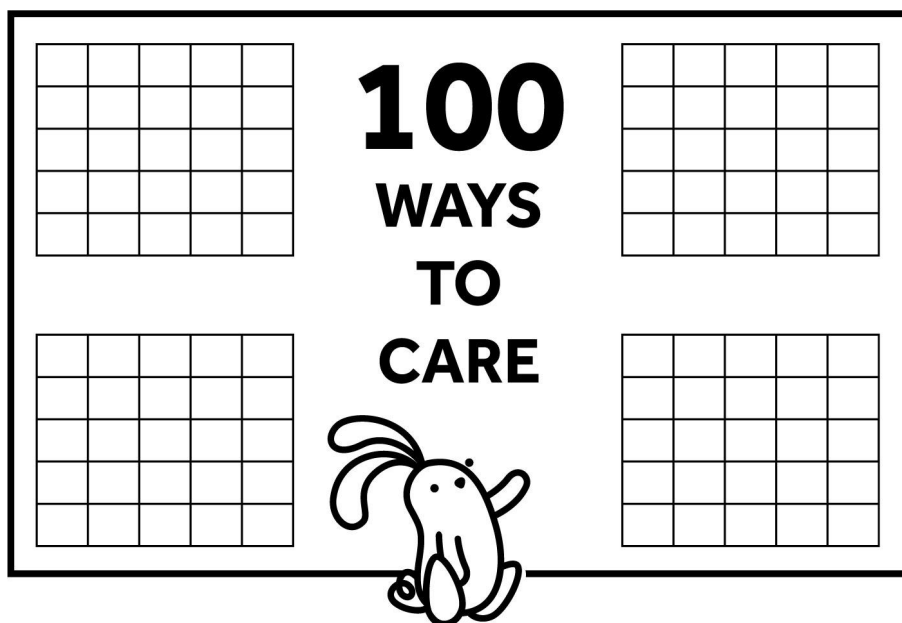
25-30 minuti

## Materiali richiesti

- ☐ Piccoli sassi, blocchi o biglietti
- ☐ 1 tazza per ogni studente
- ☐ Adesivi stellari
- ☐ Forniture per bacheche

## Passo 1:

Crea la tua bacheca "100 modi per prendersi cura". Usa quanto segue come modello, aggiungendo il tuo tocco personale!



Ogni griglia è composta da 25 quadrati: 5 righe da 5. Questo ti permette anche di esercitarti a saltare il conteggio durante questa attività. Il modo più semplice per creare le griglie è semplicemente creare una tabella 5 per 5 nella tua applicazione di elaborazione testi, quindi stamparla e montarla su cartoncino colorato prima di aggiungerla alla bacheca.

## Passo 2:

Metti una tazza per ogni bambino al banco o al centro del tavolo della comunità. Spiega che sorprenderai gli studenti a prendersi cura di loro ogni giorno. Quando vedi la cura o uno qualsiasi dei suoi aiutanti (compassione, disponibilità e gratitudine), lascerai cadere un sasso (o qualunque oggetto tu scelga) nella loro tazza. Incoraggia gli studenti a farti sapere anche quando osservano che anche gli altri si prendono cura di loro. Questo è il buon tipo di "chiacchiere"! L'obiettivo è quello di evidenziare la cura durante la giornata scolastica.

### Passaggio 3:

Alla fine della settimana, riunisciti nel tuo circolo/area della comunità e chiedi agli studenti di portare le loro tazze. Chiedi agli studenti di toccarsi le ginocchia e di unirsi a te in una canzone/canto sulla cura. Ciò rafforzerà la definizione di cura creando un ritmo costante per aiutare a calmare i loro corpi e aumentare la capacità di concentrazione. Chiama ogni studente e invitali a gettare i loro sassi (o blocchi, ecc.) in una grande ciotola. Man mano che gli studenti si avvicinano, chiedi loro di condividere un modo in cui hanno dimostrato di prendersi cura di se stessi o degli altri durante questa settimana. Una volta che ogni studente ha aggiunto le proprie cure alla ciotola, aggiungi una stella in bacheca per ogni atto di cura. Puoi farti aiutare dallo studente del giorno/della settimana, scegliere gli studenti a caso o dividere gli adesivi equamente tra gli studenti, se possibile. Ripeti per 4 settimane OPPURE finché non raggiungi 100 atti di cura!

### Passaggio 4:

Festeggia 100 modi per prendersi cura! Proprio come organizzi una festa per i 100 giorni di scuola, organizza una festa anche per questo evento. Per mettere in risalto la gentilezza necessaria per raggiungere questo obiettivo, invitaspeciale anche insegnanti, preside e genitori alla tua festa!

Canzone premurosa/idea di canto (sulle note di "Row, Row, Row, Your Boat"):

posso prendermi cura di te,  
Posso prendermi cura di me.  
Aiutare qualcuno  
mi rende davvero felice.



DESIGNATO DA CASEL  
COME PROGRAMMA  
CONSIGLIATO PER  
L'APPRENDIMENTO  
SOCIALE ED EMOTIVO.

La collaborazione per l'apprendimento accademico, sociale ed emotivo (CASEL) esamina i programmi SEL basati sull'evidenza dal 2003. Kindness in the Classroom® soddisfa il programma SElect di CASEL ed è incluso nel CASEL Guida a efficaci programmi di apprendimento sociale ed emotivo.

Kindness in the Classroom® ha soddisfatto o superato tutti i criteri CASEL per una programmazione SEL di alta qualità. Kindness in the Classroom® ha ricevuto la più alta designazione di CASEL per la programmazione SEL di alta qualità.

<https://casel.org/guide/kindness-in-the-classroom/>