

Quanto è grande il tuo Hula Hoop?

Insegnando agli studenti i confini, insegniamo loro non solo a rispettare gli altri, ma a preservare il proprio spazio personale e il proprio livello di comfort, il che a sua volta porta a una maggiore sicurezza di sé.

Sotto-concetti di rispetto

Cura di sé, gentilezza

Orario della lezione

45 minuti

Materiali richiesti

- ☐ 2 set di 3 hula hoop di dimensioni diverse (dal dipartimento di educazione fisica se possibile)
- ☐ Pagina di riflessione sullo spazio personale

Mappa degli standard

Questa lezione è in linea con le competenze CASEL, gli standard di educazione sanitaria nazionale e gli standard statali comuni. Si prega di fare riferimento al [Mappa degli standard](#) per maggiori informazioni.



DESIGNATO DA CASEL
COME PROGRAMMA CONSIGLIATO
PER L'APPRENDIMENTO SOCIALE ED EMOTIVO.
Vedere l'ultima pagina per i dettagli.

Obiettivo della lezione

Gli studenti saranno in grado di:

- Spiega cosa sono i confini personali e come sono diversi per tutti.
- Stabilire un livello di comfort per quanto riguarda i confini personali per se stessi e un modo rispettoso per trasmetterlo agli altri.

Connessione insegnante / cura di sé

Mentre ci immergiamo in questa unità, prenditi del tempo per chiederti: "Come mostro rispetto a me stesso? Come pratico la cura di me stesso? Devi riempirti prima di avere qualcosa da offrire ai tuoi studenti! Prova a creare un obiettivo positivo relativo alla cura di sé ogni giorno di scuola per assicurarti di mettere le tue esigenze in cima alla lista. Alcuni esempi potrebbero essere: "Scelgo di concentrarmi esclusivamente sul mangiare durante la pausa pranzo (e non sui voti!)" oppure "Scelgo di scrivere un'affermazione positiva alla lavagna ogni mattina per ricordare a me stesso (e a tutti coloro che lo leggono) che ognuno di noi è un membro prezioso della nostra classe e della nostra comunità scolastica".

Suggerimenti per studenti diversi

- Usa i galleggianti circolari intorno alla vita invece degli hula hoop per i bambini con limitazioni fisiche.
- Disegna semplici immagini per accompagnare le parole del vocabolario più difficili, tra cui "Confine" e "Spazio personale".



Condividere

3-5 minuti

Chiedi agli studenti di riunirsi nel tempo del tuo cerchio o nell'area della comunità.

Chiedi loro di spiegare il significato delle etichette a forma di cuore, triangolo e cerchio in tutta la classe. Usa le seguenti domande come guida:

- Cosa ci ricorda di fare la forma del cuore? Il Triangolo? Il cerchio?
- Quali sono alcuni modi in cui possiamo mostrare rispetto per gli amici nella zona di _____?
- Qual è un modo in cui possiamo rispettare la nostra lavagna interattiva/computer, ecc.?



Ispirare

Cos'è un confine?

7-10 minuti

Spiega che il rispetto inizia con noi stessi.

È importante far sapere agli altri come vuoi essere trattato. Un modo per farlo è parlare di confini. Quando capiamo dove sono i nostri confini, possiamo mostrare rispetto più facilmente. Spiega che un confine mostra dove qualcosa si ferma. Dà a un oggetto o a un'area la sua forma. Ripassa le tre forme della lezione precedente e chiedi alla classe di identificarle. Come fai a sapere che è un cuore? Triangolo? Cerchio? Il CONTORNO mostra la forma. Possiamo usare questa stessa idea per i confini nella nostra classe e scuola.

Poni le seguenti domande per guidare una discussione sui confini:

- Dove inizia la nostra classe? (porta d'ingresso)
- Fino a che punto possiamo andare nel parco giochi?
- Possiamo correre in strada?
- Dove si trova la nostra area di blocco/tempo di cerchio/ecc. FINE? Come facciamo a saperlo?

Questi sono tutti confini! Quando mostriamo gentilezza e rispetto per gli altri, rispettiamo i confini personali.

Panoramica dei confini personali

7-10 minuti

Spiega che l'attenzione oggi è sui confini personali. Ognuno ha uno spazio personale o una bolla intorno a sé. Questo è il tuo "spazio personale". È lo spazio intorno a te in cui nessuno può entrare senza il tuo permesso. Ad esempio, se qualcuno vuole darti un abbraccio o un cinque, deve chiedere il permesso. Alcune persone hanno bisogno di più spazio personale di altre. Si sentono a disagio quando gli amici si avvicinano troppo. Hanno uno "spazio personale" più ampio. Ad altre persone piace molto essere molto vicini agli altri e si sentono confusi quando gli amici non sono abbastanza vicini. Hanno uno "spazio personale" più piccolo.

Leggi il libro "Harrison P. Spader, Personal Space Invader di Christianne C. Jones. Segui questo link per una versione da leggere ad alta voce:

▶ [Harrison P. Spader, Personal Space Invader. Read Aloud kids' book.](#)



Potenziare

3-5 minuti

Usando il libro come trampolino di lancio, gli studenti useranno hula hoop di diverse dimensioni per comprendere meglio lo spazio personale e identificare un livello che si senta a proprio agio.

Posiziona tre hula hoop di dimensioni diverse sul terreno. Avrai bisogno di due set di ogni dimensione. Spiega che è importante conoscere i tuoi spazi personali. Un modo semplice per visualizzare ciò con cui ti senti a tuo agio è "provare" diverse dimensioni di spazi personali.

Dimostra come selezionare un hula hoop e "prova" lo spazio personale parlando con un vicino. Assicurati di provare tutti e tre gli hula hoop e spiega perché 2 non ha funzionato e 1 sì. "Questo è troppo vicino per me; Non mi sento a mio agio. Questo è troppo lontano; Faccio fatica a sentirti chiaramente.

Chiedi agli studenti di venire in coppia e selezionare gli hula hoop che funzionano meglio per loro. Assicurati che controllino il loro livello di comfort parlando tra loro. Ripeti finché ogni studente non ha identificato il proprio spazio personale all'interno della classe.

Mentre gli studenti si avvicinano e provano diversi hula hoop, fai domande periodiche come:

- In che modo il rispetto dello spazio personale mostra gentilezza verso gli altri?
- Come puoi rispettosamente far sapere a qualcuno che si trova nel tuo spazio personale?

Può essere utile dimostrarlo. Sottolinea come invitare rispettosamente qualcuno nel tuo spazio personale OPPURE, il rovescio della medaglia, come far sapere gentilmente a qualcuno che sono troppo vicini.



Riflettere

10 minuti

Utilizzando la pagina di riflessione qui sotto, chiedi a ogni studente di identificare quale hula hoop ha funzionato meglio per mostrare il proprio spazio personale all'interno della classe. Chiedi loro di colorare l'anello che corrisponde alla dimensione dell'hula hoop che hanno selezionato. Ad esempio, l'anello esterno rappresenterebbe l'hula hoop più grande e l'anello centrale rappresenterebbe l'hula hoop più piccolo. Consenti a ogni studente di condividere la propria pagina di riflessione con la classe.

Potresti voler appendere questi documenti per farvi riferimento quando sorgono futuri conflitti sullo spazio personale.



Idee di estensione

- Lo spazio personale può variare a seconda delle impostazioni. Puoi facilmente estendere questa lezione a un'intera unità sui confini con persone in generale, inclusi estranei, aiutanti della comunità, conoscenti, amici e familiari. Un'idea formidabile può essere trovata qui: <https://www.pbs.org/parents/thrive/teaching-kids-about-personal-space-with-help-from-daniel-tiger>
- Aggiungi una parte a casa per vedere quali limiti personali potrebbero avere i tuoi fratelli e genitori.
- Discuti i diversi momenti della giornata: quando accetti di più che gli altri entrino nel tuo spazio personale? (mattina, ricreazione, tempo della storia, ecc.)
- Aggiungi gli anelli dello spazio personale sulla parte anteriore della scrivania di ogni bambino per ricordare il livello di comfort dello spazio personale.



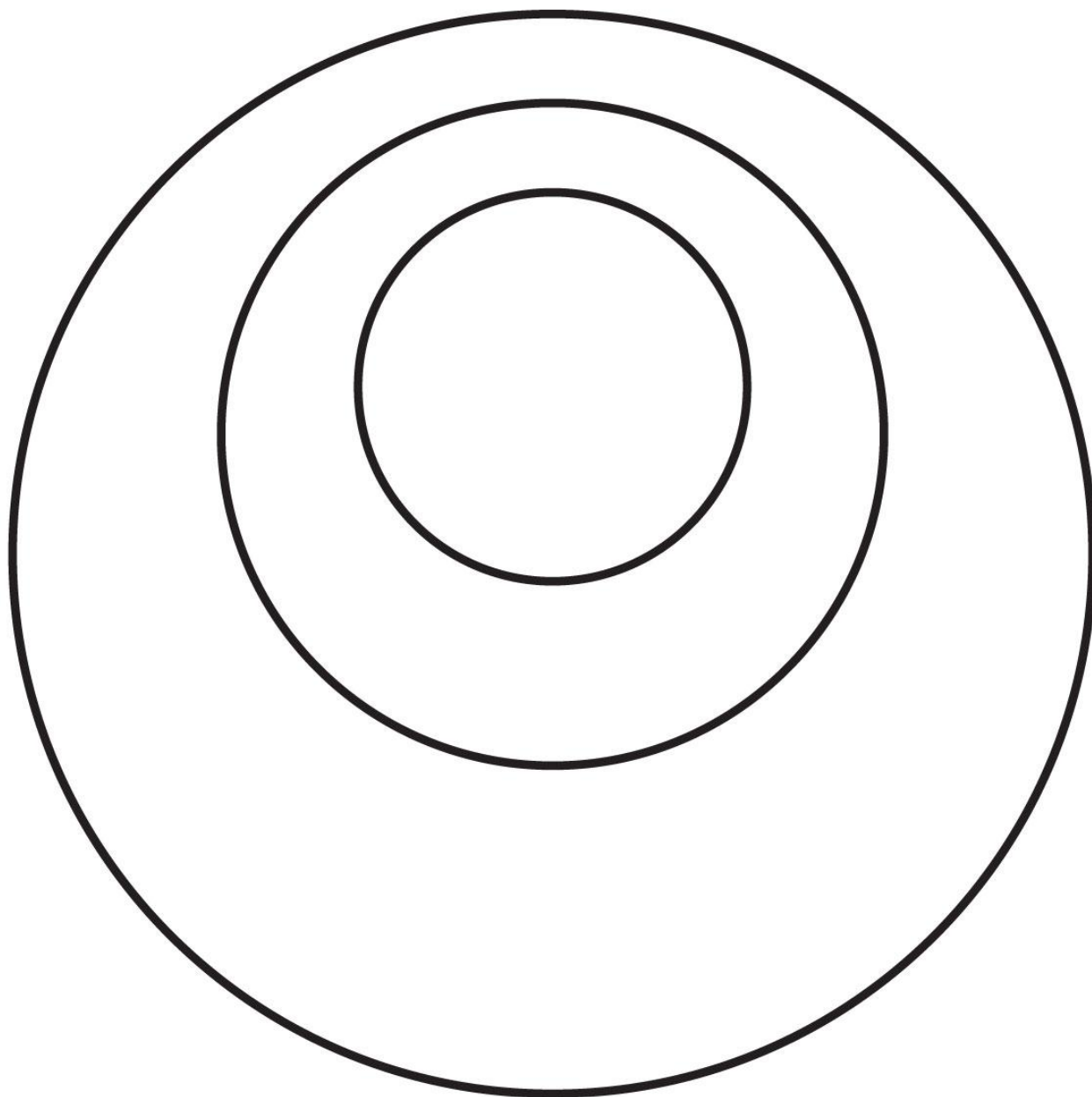
DESIGNATO DA CASEL
COME PROGRAMMA
CONSIGLIATO PER
L'APPRENDIMENTO
SOCIALE ED EMOTIVO.

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/>

Quale anello mostra il tuo spazio personale? Colora l'anello che corrisponde al tuo hula hoop!



RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®

RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®