



Behandelde subconcepten: mededogen, dankbaarheid, empathie, vriendelijkheid

Vriendelijkheid in de klaslessen leren vriendelijkheidsvaardigheden door middel van een stapsgewijs raamwerk van Inspire, Empower, Act, Reflect en Share. Elke les begint met de stap 'delen' om het leren van eerdere lessen te versterken. Het stuk 'act' is verweven in de lessen, maar vindt echt plaats in de projecten.

Dit is de tweede eenheid van de *Vriendelijkheid in de klas* leerplan. Het bouwt voort op de basis van respect die in de eerste unit is gepresenteerd, met een grotere focus op hoe dieper te gaan en dit respect toe te passen via zorgzaamheid en de bijbehorende subconcepten. Studenten blijven een balans vinden tussen opgroeien en vriendelijkheid omarmen. Moedig het blijvende belang van zelfzorg aan als een essentieel opstapje in het proces van het uitbreiden van uw zorgzaamheid, mededogen en empathie voor anderen.

Eenheidsdoelstelling

Studenten zullen:

- Gebruik hulpmiddelen en methoden voor zelfzorg om het gevoel van eigenwaarde te vergroten.
- Hun vaardigheden van empathie en mededogen uitbreiden voor zowel mensen die ze persoonlijk kennen als anderen binnen hun gemeenschap.
- Oefen zowel het geven als het ontvangen van dankbaarheid door middel van vriendelijkheid.

Introductie van studenten

Zorgzaam - het concept is op dit punt in je leven niets nieuws voor je. U zorgt al jaren in een bepaalde hoedanigheid voor uzelf (en waarschijnlijk voor anderen). Echte zorgzaamheid omvat echter een geest van vriendelijkheid door dankbaarheid, mededogen en empathie. Deze unit richt zich op het verbreden van je horizon binnen dit concept. HOE laat je zien dat je om je geeft? Hoe ziet dat eruit? Klinkt als? Zin hebben in? HOE reageer je als anderen laten zien dat ze om je geven? Onze focus tijdens deze unit is als volgt:

- Het belang van zelfzorg
- Dankbaarheid tonen
- Empathie uitbreiden

Eenheidslessen

Titel van de hoofdles	Wekelijkse doelstellingen	Hoofd lesmateriaal	Mini lessen
Les 1 Zelfzorg verspreide categorieën	<ul style="list-style-type: none"> • Ontdek hoe ze momenteel blijken geven van zelfzorg, zowel fysiek als mentaal • Stel een persoonlijk doel op voor meer zelfzorg als onderdeel van hun dagelijkse routine 	<input type="checkbox"/> Verspreide categorieën hand-out (1 voor elke groep) <input type="checkbox"/> Potloden	<p><u>Kleine groep</u>- Checklist voor zelfzorg</p> <p><u>Partners</u>- Dagelijkse prioriteiten</p> <p><u>Individueel</u>- Beoordeling van zelfzorg</p> <p><u>Technologie Focus</u>- Het echte leven versus de media</p>
Les 2 Eenvoudige dankbaarheid	<ul style="list-style-type: none"> • Ontdek hoe ze momenteel dankbaarheid tonen voor wat ze hebben en de mensen om hen heen. • Breid hun vermogen uit om ongevraagde dankbaarheid te tonen. 	<input type="checkbox"/> Indexkaarten <input type="checkbox"/> Potloden	<p><u>Kleine groep</u>- Dankbaarheid Rollenspellen</p> <p><u>Partners</u>- Dankbaarheid Sessie</p> <p><u>Individueel</u>- Dankbaarheid stripverhaal</p> <p><u>Technologie Focus</u>- Technologie voor de overwinning!</p>
Les 3 Kies je empathie	<ul style="list-style-type: none"> • Ontdek het verschil tussen sympathie en empathie. • Ontwikkel een goed begrip van empathie zoals dit op hen persoonlijk van toepassing is. • Oefen empathie in verschillende scenario's tijdens hun dagelijkse routine. 	<input type="checkbox"/> Er zijn geen materialen nodig voor deze les	<p><u>Kleine groep</u>- Gemeenschappelijke strijd</p> <p><u>Partners</u>- Gemeenschappelijke grond</p> <p><u>Individueel</u>- Welkom thuis</p> <p><u>Technologie Focus</u>- Bewustzijn Verlengd</p>
Les 4 Compassie-uitdaging	<ul style="list-style-type: none"> • Gebruik empathie als een motiverend hulpmiddel om mededogen in uw dagelijks leven te vergroten. • Oefen compassie op zowel lokale als nationale schaal. 	<input type="checkbox"/> Er zijn geen materialen nodig voor deze les	<p><u>Kleine groep</u>- Compassie in actie</p> <p><u>Partners</u>- Voortdurende compassie</p> <p><u>Individueel</u>- Compassie delen</p> <p><u>Technologie Focus</u>- Compassie-apps</p>

Eenheidsproject

project titel	Projectoverzicht	Benodigde materialen
Zorg voor onze school	De klas zal werken aan het plannen en uitvoeren van een serviceproject ten behoeve van hun school.	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Hand-outs voor werkgroepen (zie les)<input type="checkbox"/> Computer<input type="checkbox"/> Basisbenodigdheden voor kunstenaars<input type="checkbox"/> Andere materialen variëren afhankelijk van het geselecteerde project