



Subconceitos abordados: Gratidão, Compaixão, Empatia, Bondade

As lições de Bondade na Sala de Aula ensinam habilidades de bondade por meio de uma estrutura passo a passo de Inspirar, Capacitar, Agir, Refletir e Compartilhar. Cada lição começa com a etapa "compartilhar" para reforçar o aprendizado das lições anteriores. A peça de 'ação' está entretecida nas aulas, mas realmente ocorre nos projetos.

Esta é a segunda unidade do *Gentileza na sala de aula* currículo. Ele se baseia na base do respeito apresentada na primeira unidade, com um foco maior em como aprofundar e aplicar esse respeito por meio do cuidado e de seus subconceitos. Os alunos estão ajustando sua capacidade de encontrar um equilíbrio entre crescer e abraçar a bondade. Incentive a necessidade de autocuidado como um passo necessário no processo de praticar o cuidado, a compaixão e a empatia pelos outros.

Objetivo da unidade

Os alunos irão:

- Utilizar ferramentas e métodos de autocuidado para aumentar o respeito próprio.
- Examine sua situação de vida atual e destaque as áreas de gratidão, não importa quão pequenas sejam.
- Pratique demonstrar empatia e compaixão genuínas pelos outros dentro de sua própria comunidade.

Apresentação do Aluno

Cuidar - o conceito não é novidade para você neste momento de sua vida. Você tem cuidado de si mesmo (e provavelmente dos outros) de alguma forma por anos. No entanto, o verdadeiro cuidado envolve um espírito de bondade através da gratidão, compaixão e empatia. Esta unidade se concentrará em expandir seus horizontes dentro deste conceito. Como você mostra que se importa? O que isso parece? Soa como? Sinto como? COMO você reage quando os outros mostram que se importam? Nosso foco durante esta unidade é o seguinte:

- A importância do autocuidado
- Encontrando Gratidão no Dia a Dia
- Expressando empatia

Lições da unidade

Título da Lição Principal	Objetivos semanais	Principais Materiais de Lição	Miniaulas
Lição 1 20 perguntas	<ul style="list-style-type: none"> Explore como eles atualmente demonstram autocuidado de maneira física e mental. Crie uma meta pessoal para aumentar o autocuidado como parte de sua rotina diária 	<input type="checkbox"/> Buzzer (ou outro item de sinalização) para cada grupo <input type="checkbox"/> Lápis <input type="checkbox"/> cartões de índice	<p><u>Pequeno grupo</u>- Casa vs. Escola</p> <p><u>Parceiros</u>- Melhorando o Autocuidado</p> <p><u>Individual</u>- Exame de autocuidado</p> <p><u>Foco em Tecnologia</u>- Rastreador de tempo digital</p>
Lição 2 Gratidão Escolar	<ul style="list-style-type: none"> Explore como eles atualmente demonstram gratidão pelo que têm e pelas pessoas ao seu redor. Expanda sua capacidade de fornecer gratidão não solicitada ao longo do dia. 	<input type="checkbox"/> papel pardo grande <input type="checkbox"/> Materiais básicos de arte <input type="checkbox"/> Fita	<p><u>Pequeno grupo</u>- Gratidão pelo País</p> <p><u>Parceiros</u>- cartões de agradecimento</p> <p><u>Individual</u>- Esticando sua gratidão</p> <p><u>Foco em Tecnologia</u>-Ajuda Tecnológica</p>
Lição 3 No meu lugar	<ul style="list-style-type: none"> Explore a diferença entre simpatia e empatia. Desenvolva uma compreensão da empatia conforme ela se aplica a eles pessoalmente. Pratique a empatia em uma variedade de cenários ao longo de sua rotina diária. 	<input type="checkbox"/> Nenhum material é necessário para esta lição	<p><u>Pequeno grupo</u>- Dramatizações</p> <p><u>Parceiros</u>- Lutas Comuns</p> <p><u>Individual</u>- Ouça!</p> <p><u>Foco em Tecnologia</u>- Empatia e Uso da Tecnologia</p>
Lição 4 Empatia + Compaixão	<ul style="list-style-type: none"> Explore a necessidade de uma abordagem combinada de compaixão e empatia ao ajudar os outros. Examine suposições comuns ao analisar situações usando apenas abordagens de nível superficial. 	<input type="checkbox"/> Projetor de fotos <input type="checkbox"/> Imagens (ver lição)	<p><u>Pequeno grupo</u>- Análise de Compaixão</p> <p><u>Parceiros</u>- Haiku da Compaixão</p> <p><u>Individual</u>- Compartilhando Compaixão</p> <p><u>Foco em Tecnologia</u>- Análise do filme</p>

Projeto de Unidade

título do projeto	Visão Geral do Projeto	Materiais requisitados
cuidando de mim	A aula se concentrará no autocuidado e no impacto que isso tem em nossas vidas. Os alunos acompanharão os níveis de sono, humor e produtividade para ver como o autocuidado os afeta a longo prazo.	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Formulário de acompanhamento (um para cada aluno)<input type="checkbox"/> papel milimetrado em branco<input type="checkbox"/> governantes<input type="checkbox"/> Lápis de cor verde, azul e vermelho<input type="checkbox"/> Computador<input type="checkbox"/> Software para criar apostilas (opcional, pois isso pode ser feito por meio de arte básica, se necessário)<input type="checkbox"/> Materiais básicos de arte