

Графиковање са емпатијом

Ова лекција се фокусира на бригу кроз емпатију. Ово је први разред у коме се уводи овај речник. Ученици ће истражити емоције, а затим помоћу графикана истаћи емпатију према другима који су слични и другачији од њих самих.

Брижни под-Концепт(и)

Саосећање, емпатија, љубазност

Временски оквир лекције

45 минута

Потребни материјали

- ☐ Један сет картица емоција за сваког ученика
- ☐ Празан графикон емоција (погледајте шаблон)
- ☐ *Напомена- ова лекција има припремни рад. Мораћете да направите сет штапића за емоције за свако дете пре него што почнете да играте игру.

Мапа стандарда

Ова лекција је у складу са ЦАСЕЛ компетенцијама, националним стандардима здравственог образовања и заједничким основним државним стандардима. Молимо погледајте на Мапа стандарда за више информација.



**ДЕСИГНЕД БИ ЦАСЕЛ
КАО ПРЕПОРУЧЕНИ ПРОГРАМ
ЗА СОЦИЈАЛНО И ЕМОЦИОНАЛНО УЧЕЊЕ.**
Погледајте последњу страницу за детаље.

Циљ лекције

Ученици ће:

- Покажите разумевање основних речи емоција.
- Протумачите емоције које други можда осећају и анализирајте њихову потенцијалну улогу у стварању тих емоција.

Веза са наставником/негу самога себе

Саосећање и емпатија иду руку под руку. Када доживите тај налет саосећања, често сте у стању да истовремено изразите емпатију. Прошле недеље смо се фокусирали на обраћање веће пажње на оно што се често заборавља у вашој заједници. Ове недеље изазов иде још дубље. Изаберите једну особу у својој заједници са којом ћете саосећати и ставите се у њену кожу на један дан.

Какав је његов/њен дан? Са којим борбама би се он/она могао сустрести? Шта би могао бити врхунац дана? Ако је могуће, покушајте да живите један дан како би та особа. Ако то није могуће, покушајте да визуализујете дан или запишете то у дневник. Саосећање нас води да осећамо емоције. Међутим, права емпатија нам омогућава да се директно поставимо на место друге особе, са свим успонима и падовима, борбама и прославама. Ова једноставна вежба може вам помоћи да лакше практикујете емпатију са свим различитим људима како на локалном тако и на међународном нивоу.

Савети за различите ученике

- Користите Емотион Фацес испод да бисте помогли ученицима да идентификују осећања током игре.
- Користите картице сценарија на крају ове лекције да бисте помогли у разумевању.
- Додајте картицу са тешким сценаријима „Креирајте свој“ за напредне ученике да бисте продужили лекцију.



Објави

5-10 минута

Поделите ученике у групе од 3-4. Прочитајте следеће сценарије наглас и нека свака група одглуми како би могла показати саосећање према тој особи:

- Сломио си ногу.
- Заборавили сте свој ручак.
- Тужни сте због свог пса.



Инспире

Шта је емпатија?

7-10 минута

Објасните да је емпатија способност да се поделе и разумеју осећања других људи.

Ово може звучати збуњујуће, али ви то заправо радите скоро сваки дан на часу. Да ли сте икада видели пријатеља како пада и повреди се? Како би се могла осећати? Можете ли замислити њен бол? Да, наравно да можемо! Свако у нашем разреду се барем једном повредио. Знамо тај бол. Можемо да поделимо и разумемо њихов бол јер знамо какав је то осећај из сопственог искуства. Ово је емпатија.

Понекад се другима догоди нешто што никада нисмо искусили. Још увек можемо да покажемо емпатију, али морамо се веома потрудити да се „ставимо у њихову кожу“. Покушај да замислимо шта они осећају може нам помоћи да разумемо њихова осећања како бисмо показали љубазност и емпатију према.

Наше емоције

10 минута

Не можемо говорити о емпатији, а да не говоримо о нашим емоцијама. Да бисмо нам помогли у овој лекцији, морамо да научимо следећих 6 емоција (држи свако лице док објашњаваш емоцију):

- Срећно: Ово дете се смеје. Задовољан је оним што се дешава.
- Тужно: Ово дете се намршти. Можда чак и плаче. Није задовољна оним што се дешава.
- Луд/Љут: Ово дете има злобно лице. Лице му је згрчено и намргођен. Не свиђа му се оно што се дешава.
- Уплашен: Ово дете се плаши. Не осећа се сигурно и потребна јој је помоћ.
- Изненађен: Ово дете је затечено. Није очекивала оно што се догодило. Ово може бити и добро или лоше.
- Нервозно: Ово дете не зна шта да очекује. Не воли да не зна шта се дешава или шта треба да уради.



Оснажити

20 минута

Подели сет од 6 картица Емоцион Фаце сваком ученику. Уверите се да или седе за својим столовима или да имају довољно простора да положи своје карте испред себе за игру. Такође је корисно залепити картице на штапиће за сладолед ради лакшег коришћења.

Користећи следеће сценарије, прочитајте наглас сваку ситуацију и замолиите разред да „гласа“ за коју емоцију мисле да би особа могла да осећа. Нагласите да је способност дељења и разумевања туђих осећања емпатија. После сваког „гласа“ нацртајте број сваке емоције одабране на вашем графикону. Затим откријте тачне одговоре (многи ће имати више од једне емоције). Обавезно објасните ЗАШТО би дете могло да доживи све ове различите емоције. Ученици који су били у стању да тачно идентификују једну од тих емоција показали су емпатију! Понављајте ово док једна од ваших емоција не буде потпуно пуна на графикону ИЛИ док не исцрпите све следеће сценарије.

- Алиса је изгубила капут у аутобусу. Мајка јој га је управо данас купила. (Тужан, љут, нервозан, уплашен)
- Хектор је пао у локвицу блата. Није гледао куда иде. (Тужан, љут, изненађен)
- Лиса ходау њена рођенданска забава изненађења. Она је збуњена оним што се дешава. (Срећан, изненађен, нервозан)
- Е.Ј. тата га води на бејзбол утакмицу. Одлази одмах после школе. (срећно)
- Јамал је ученик недеље. Пред разредом ће поделити своје породичне слике. (срећан, нервозан)
- Додајте своје примере да укључите ученике у свој разред.



Одрозити

5-7 минута

Користећи попуњени графикон, нека ученици идентификују најчешће емоције које доживљавају. Питајте их за примере из њиховог живота када су осетили ову емоцију. Наставите са овим процесом док свих шест емоција не буде истражено.



Идеје за проширење

- Чувајте ове картице са емоцијама као начин да разговарате о емпатији када су други узнемирени или изузетно узбуђени.
- Сликајте сваког ученика који показује сваку емоцију и креирајте персонализоване картице емоција за сопствену употребу. Ово је посебно корисно за децу из спектра аутизма.



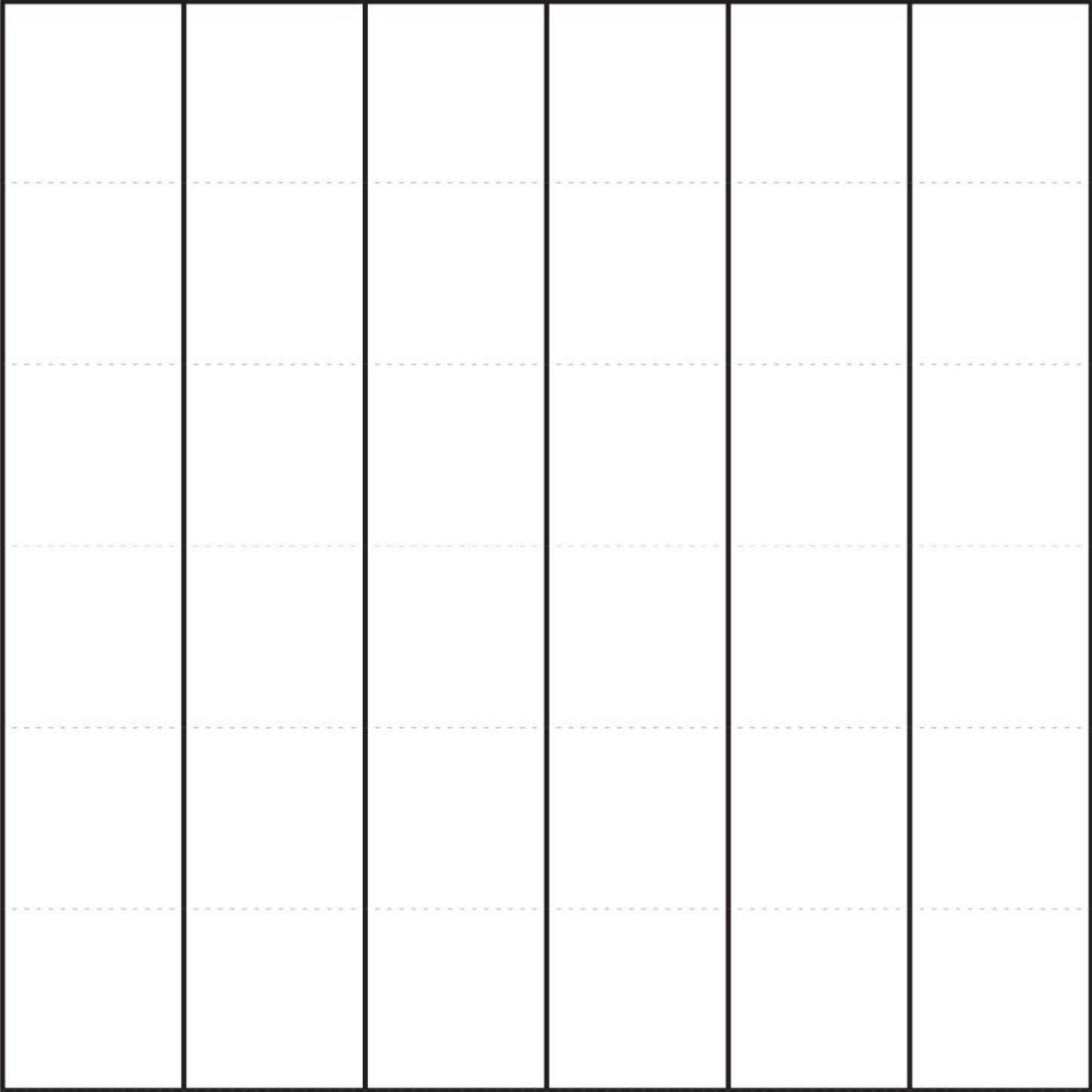
ДЕСИГНЕД БИ ЦАСЕЛ
КАО ПРЕПОРУЧЕНИ
ПРОГРАМ ЗА
СОЦИЈАЛНО И
ЕМОЦИОНАЛНО УЧЕЊЕ.

Сарадња за академско, социјално и емоционално учење (ЦАСЕЛ) прегледа СЕЛ програме засноване на доказима од 2003. Кинднесс ин тхе Цлассруом® испуњава ЦАСЕЛ-ов СЕЛЕкт програм и укључен је у ЦАСЕЛ Водич за ефикасне програме социјалног и емоционалног учења.

Љубазност у учионици® је испунила или премашила све критеријуме ЦАСЕЛ-а за висококвалитетно СЕЛ програмирање. Кинднесс ин тхе Цлассруом® је добио највишу ознаку ЦАСЕЛ-а за висококвалитетно СЕЛ програмирање.

[хттпс://цасел.орг/гуиде/кинднесс-ин-тхе-цлассруом/](https://casel.org/guide/kinness-in-the-classroom/)

Emotions Graph



Happy Sad Mad / Angry Scared Surprised Nervous

RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®

RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®



RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®