

Драги ја: Писмо о саосећању

Ова лекција даје ученицима прилику да сагледају бригу за своје шире заједнице, чак и када су проблеми са којима се њихове заједнице суочавају велики. Има довољно времена и за групну дискусију и за личну рефлексiju док ученици посматрају како је један дечак развио организацију за решавање локалне глади у својој заједници. Ученици ће се оснажити кроз лично писмо које ће написати, а наставник ће им на крају вратити, идеално подсећајући ученике на њихове идеје и позиве на акцију.

БрижанПод-концепт(и)

Саосећање, предусретљивост, љубазност

Временски оквир лекције

30-40 минута

Потребни материјали

- ☐ Деар Ме радни лист или папир за свеску ученика
- ☐ Коверте са словом, по једна за сваког ученика

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 драматрају концепте бриге и саосећања.

- Погледајте саосећање на делу кроз видео снимак о Исусовом срцу.
- Размислите о главним идејама видеа и повежите их са својим личним приликама да покажу бригу и саосећање.
- Напишите писмо себи говорећи о томе како би се могли више укључити у бригу о својим заједницама.

Веза са наставником/негу самога себе

Чин саосећања према другима често се чини лаким за нас одрасле када гледамо дирљив документарац или вести. Међутим, борба да покажемо саосећање унутар наше заједнице понекад је мало тежа. Постајемо имуни на бескућника са знаком или самохрану мајку која се мучи са пакетима. Ове недеље концентрисано погледајте своју заједницу, своју школу, па чак и своју учионицу. Које је можда потребна помоћ коју сте можда превидели у прошлости? Позивање вашег саосећања према вашем непосредном окружењу може заиста повећати повезаност са вашим ученицима, вашим вршњацима и вашом заједницом у целини. Када смо повезани, присутни смо, па погледајте околу. Ко је пропао кроз пукотине? Како вам саосећање може помоћи да останете повезани са својом школом?

Савети за различите ученике

- Гледајте видео клипове више пута.
- Покажите питања док гледају снимак или слушају како описујете фондацију; размислите о писању питања на табли или да ученицима дате штампана питања.
- Нека ученици разговарају о својим одговорима на питања са партнером пре него што одговоре целој групи.
- Дозволите ученицима да напишу своја писма на свом матерњем језику ако ће им то помоћи да поделе своје идеје са родитељима;

замолиште их да имају и кратку верзију на енглеском, како бисте могли да дате повратне информације.



Објави

2-3 минута

У реду, сви подигните једну своју руку и дајте петицу. Сада се окрените особи поред себе и дајте јој пет, а затим им реците своје стратегије „ДАЈ пет“ за помоћ другима да ослободе стреса на којима смо радили у прошлој лекцији. Ок, иди!



Инспире

15-20 минута

У прошлој лекцији, сви смо гледали слике (или дискутоване ситуације) које су нам показале стресну ситуацију, било позитивну или негативну стресну ситуацију. И открили смо да сви доживљавамо стрес мало другачије, али да сви доживљавамо стрес. Такође смо разговарали о неким начинима на које можемо покушати да помогнемо другима у стресној ситуацији. Осећај који имамо када видимо да су други под стресом или повређени или усамљени или се боре и желимо да им помогнемо назива се саосећање.

Колико вас је већ чуло ову реч?

Саосећање је често нешто што не планирамо да осетимо; то је једноставно нешто што извире у нама када видимо некога у невољи.

Понекад, међутим, нисмо сигурни како да помогнемо, или мислимо да не можемо да помогнемо, па смањимо свој мерач саосећања. Или, понекад нечији бол, борба или усамљеност чине да се и сами осећамо нелагодно или под стресом, па одлучимо да им не помогнемо.

И, понекад, проблем ЈЕ превелик за нас, али то не значи да га игноришемо. Када сте суочени са проблемом или када видите неког другог у невољи, али сами не можете да помогнете, које ствари можете да урадите?

Позовите ученике да одговоре.

Гледаћемо кратак видео о дечаку који је осећао саосећање и жељу да помогне другима у својој заједници, али није знао како да почне. Узео је своја осећања саосећања према другима у невољи и, уз помоћ других, то претворио у стварну и смислену акцију. Хајде да гледамо:

Гледајте Јосхуа, Феединг Тхосе ин Неед | Читизен Кид од Дизнија: <https://видео.диснеи.цом/ватцх/јосхуа-феединг-тхосе-ин-неед-цитизен-кид-би-диснеи-4фф5цац4824697е707676а1ц>

Ако не можете да пустите снимак, ево синопсиса:

Један од начина на који можемо да направимо разлику је да помогнемо људима који немају довољно хране. Можда сте сакупили конзервирану

RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®

храну у школи или је донели у локалну банку хране. Један дечак, Џошуа Вилијамс, чак је основао сопствену организацију у Мајамију на Флориди, како би помогао у сузбијању глади у свету. Када је Џошуа имао четири и по године, видео је бескућника на улици и схватио да жели да смисли начин да му помогне. Уз помоћ своје мајке, Џошуа је 2006. године створио Фондацију Јосхуа'с Хеарт; од тада је радио са више од 3.000 волонтера (1.200 деце и 2.000 одраслих) који су поделили близу милион фунти хране људима у његовој заједници! Безбројним људима је помогла и веома су захвални што је Џошуа довољно бринуо да им обезбеди храну која им је потребна.



Оснажити

5 минута

Хајде сада да причамо о ономе што смо гледали!

То можете учинити као велика група или у малим групама.

- *Шта мислите зашто Џошуа Вилијамс жели да помогне другима?*
- *Из информација на веб страници ове организације знамо да Клаудија, Џошуина мама, подржава оно што он ради. Шта мислите, како нам наше породице или људи са којима живимо могу помоћи да научимо како да бринемо о другима и нашој заједници? Да ли постоје ствари које већ радите као породица да бисте помогли у бризи о другима?*
- *Људи на снимку изгледају захвални на храни коју су добили. На снимку се каже да су Џошуа и волонтери дали 400.000 фунти хране, али је сада ближе милион фунти! Мислите ли да је важно бити захвалан и захвалан за оно што други раде за нас? Зашто или зашто не?*
- *Да ли мислите да је наша одговорност да бринемо и подржавамо друге у заједници? На који начин?*
- *Мислите ли да је оно што је Џошуа урадио било изузетно?*

Све су ово сјајни одговори! Сада, хајде да одвојимо мало времена да размислимо о томе како се ово лично може применити на сваког од нас.

Поделите радне листове „Драги ми“ или позовите ученике да изваде парче папира ако не користите радни лист.

Написаћете себи писмо у коме ћете одговорити на ово питање: Шта мислите како бисте могли да промените своју заједницу? Починье са „Драги ја“;

Затим, напишите неколико реченица о томе шта смо научили на овим лекцијама; до сада смо разговарали о поштовању и стресу, а сада о саосећању и бризи.

Затим опишите како је гледање видео снимка о Џошуи утицало на то како се осећате у вези са бригом за друге, чак и ако вам се проблем чини превеликим.

На крају, запишите неколико ствари за које мислите да бисте могли да помогнете у бризи о онима у вашој заједници; како можете направити разлику. Запамтите да ваша заједница може бити град и они у њему, наша школска заједница, ваш најближи комшилук или ваша породица.

RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®

Где видите потребу о којој бисте могли да бринете, било сами или уз помоћ неког другог?

Када завршите са писмом, потпишите га и ставите у коверту коју ћу вам дати, али немојте је запечатити! Ставите своје име на спољну страну коверте и оставите их у овој корпи на мом столу.



Одразити

5 минута

Постоје мале ствари које свако од нас може учинити да покаже великодушност и љубазност према другима у нашој заједници и широм света. Ова мала дела могу бити талас у води који се шири на друге чланове заједнице. Џошуа је почео са идејом да је желео да помогне бескућнику, а сада је помогао у обезбеђивању хране стотинама људи. Управо сте написали неке идеје о томе како бисте могли да бринете о другима око себе. Прегледаћу ваше идеје и на крају ћу вам их вратити да бисте се подсетили како мислите да бисте могли да бринете о другима. Радујем се што ћу видети све ваше добре идеје; можда ће бити нешто што можемо да урадимо заједно као класа.



Идеје за проширење

- Ако желите да укључите истраживачки елемент, ове веб странице пружају добре идеје о томе шта деца могу да ураде да покажу бригу и љубазност:

[5 начина да помогнете деци да више брину о другима](#)

[Пројекат Риппле Кинднесс: Како можете направити разлику](#)

- Можете да вратите писма ученицима на било који начин и у било које време; можда на крају тромесечја, на крају Јединице за инклузивност (која је уско повезана са поштовањем и бригом), на конференцијама или их можда пошаљете ученику код куће током дужег одмора. Такође бисте могли да размислите о писању личне белешке сваком ученику у коме коментаришете како сте видели да се ученик брине о другима у школи, охрабрујући тог ученика да настави са добрим радом.



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 Цлассroom® испуњава ЦАСЕЛ-ов СЕЛЕцт 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 Цлассroom® је добио највишу ознаку ЦАСЕЛ-а за висококвалитетно СЕЛ програмирање.

<https://casel.org/guide/kinndness-in-txe-clasroom/>

RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®

Деар Ме Ворксхеет

Датум _____

драги ја:

У нашим љубазним јединицама до сада смо учили о:

Данас смо гледали видео о дечаку по имену Џошуа који је покренуо програм тхатпомаже у прехрани људи који немају довољно хране. Ово је велики проблем за који је једно дете одлучило да може помоћи у решавању! Док сам гледао видео, осетио сам:

Ево где видим потребу у нашој заједници (може бити породица, школа или општа заједница):

А ево неких ствари за које мислим да бих могао да помогнем у бризи о онима у нашој заједници:

С поштовањем,

