



Underbegrepp som omfattas: Medkänsla, tacksamhet, empati, vänlighet

Vänlighet i klassrummet lär ut vänlighetsfärdigheter genom ett steg-för-steg-ramverk av Inspire, Empower, Act, Reflect and Share. Varje lektion börjar med steget "dela" för att förstärka lärandet från tidigare lektioner. "Akten" är invävd i lektionerna men utspelar sig verkligen i projekten.

Detta är den andra enheten av *Vänlighet i klassrummet* läroplan. Den bygger på den respekt som presenterades i den första enheten, med ett ökat fokus på hur man går djupare och tillämpar denna respekt via omsorg och dess underbegrepp. Eleverna fortsätter att hitta en balans mellan att växa upp och att omfamna vänlighet. Uppmuntra den pågående betydelsen av egenvård som ett viktigt steg i processen att utöka din omtanke, medkänsla och empati för andra.

Enhetens mål

Eleverna kommer att:

- Använd egenvårdsverktyg och metoder för att öka en känsla av självvärde.
- Utöka sina färdigheter av empati och medkänsla för både människor de känner personligen och andra inom deras samhälle.
- Öva på att både ge och ta emot tacksamhet genom en grund av vänlighet.

Studentintroduktion

Omtänksam - konceptet är inget nytt för dig vid denna tidpunkt i ditt liv. Du har tagit hand om dig själv (och förmodligen andra) i någon egenskap i flera år. Men sann omtanke omfattar en anda av vänlighet genom tacksamhet, medkänsla och empati. Denna enhet kommer att fokusera på att vidga dina horisonter inom detta koncept. HUR visar du att du bryr dig? Hur ser det ut? Låter som? Känns som? HUR svarar du när andra visar att de bryr sig? Vårt fokus under denna enhet är följande:

- Vikten av egenvård
- Att uttrycka tacksamhet
- Utöka empati

Enhetslektioner

Huvudlektionens titel	Veckomål	Huvudsakliga lektionsmaterial	Mini lektioner
Lektion 1 Egenvård spridda kategorier	<ul style="list-style-type: none"> Utforska hur de för närvarande visar egenvård på både fysiskt och mentalt sätt Skapa ett personligt mål för att öka egenvården som en del av deras dagliga rutin 	<input type="checkbox"/> Utdelade kategorier (1 för varje grupp) <input type="checkbox"/> Pennor	<u>Liten grupp-</u> Självvårdschecklista <u>Partners-</u> Dagliga prioriteringar <u>Enskild-</u> Egenvårdsbedömning <u>Teknikfokus-</u> Real Life vs. Media
Lektion 2 Enkel tacksamhet	<ul style="list-style-type: none"> Utforska hur de för närvarande visar tacksamhet för vad de har och omgivningen. Utöka sin förmåga att ge önskad tacksamhet. 	<input type="checkbox"/> Indexkort <input type="checkbox"/> Pennor	<u>Liten grupp-</u> Tacksamhet rollspel <u>Partners-</u> Tacksamhetssession <u>Enskild-</u> Gratitude Comic Strip <u>Teknikfokus-</u> Teknik för att vinna!
Lektion 3 Välj din empati	<ul style="list-style-type: none"> Utforska skillnaden mellan sympati och empati. Utveckla en förståelse för empati som den gäller dem personligen. Öva empati i en mängd olika scenarier under deras dagliga rutin. 	<input type="checkbox"/> Inget material är krävs för denna lektion	<u>Liten grupp-</u> Vanliga kamper <u>Partners-</u> Gemensam grund <u>Enskild-</u> Välkommen hem <u>Teknikfokus-</u> Medvetenhet Förlängd
Lektion 4 Compassion Challenge	<ul style="list-style-type: none"> Använd empati som ett motiverande verktyg för att öka medkänslan i din vardag. Utöva medkänsla på både lokal och nationell nivå. 	<input type="checkbox"/> Inget material är krävs för denna lektion	<u>Liten grupp-</u> Medkänsla i handling <u>Partners-</u> Fortsatt medkänsla <u>Enskild-</u> Dela medkänsla <u>Teknikfokus-</u> Compassion-appar

Enhetsprojekt

Projekt Titel	Projekt Överblick	Material som krävs
Ta hand om vår skola	Klassen kommer att arbeta för att planera och genomföra ett serviceprojekt till nytta för sin skola.	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Arbetsgruppsunderlag (se lektion)<input type="checkbox"/> Dator<input type="checkbox"/> Grundläggande konstillbehör<input type="checkbox"/> Övrigt material kommer att variera beroende på valt projekt