

Caring



المفاهيم الفرعية المغطاة: الامتنان ، الرحمة ، التعاطف ، اللطف

تعلم دروس اللطف في الفصل الدراسي مهارات اللطف من خلال إطار عمل تدريجي للإلهام والتمكين والتصرف والتفكير والمشاركة. يبدأ كل درس بخطوة "مشاركة" لتعزيز التعلم من الدروس السابقة. قطعة "الفعل" منسوجة في الدروس ولكنها تحدث بالفعل في المشاريع.

هذه الوحدة الثانية التابعة للطف في الفصل المقرر. إنه يبني على أساس الاحترام المقدم في الوحدة الأولى ، مع زيادة التركيز على كيفية التعمق وتطبيق هذا الاحترام من خلال الرعاية ومفاهيمها الفرعية. يقوم الطلاب بضبط قدرتهم على إيجاد توازن بين النمو واحتضان اللطف. شجع على ضرورة العناية بالنفس كعنصر خطوة مطلوب في عملية ممارسة الرعاية والرحمة والتعاطف مع الآخرين.

هدف الوحدة

الطلاب سوف:

- استخدم أدوات وأساليب الرعاية الذاتية لزيادة احترامهم لذاتهم.
- افحص وضع حياتهم الحالي وسلط الضوء على مجالات الامتنان ، مهما كانت صغيرة.
- تدرب على إظهار التعاطف الحقيقي والتعاطف مع الآخرين داخل مجتمعهم.

مقدمة الطالب

رعاية - المفهوم ليس شيئاً جديداً بالنسبة لك في هذه المرحلة من حياتك. لقد كنت تعتني بنفسك (وربما للآخرين) في بعض القدرات لسنوات. ومع ذلك ، فإن الرعاية الحقيقية تحتضن روح اللطف من خلال الامتنان والرحمة والتعاطف. ستركز هذه الوحدة على توسيع آفاقك ضمن هذا المفهوم. كيف تظهر لك الرعاية؟ كيف يبدو ذلك؟ بدا مثل؟ يشعر وكأنه؟ كيف ترد عندما يظهر الآخرون اهتمامهم؟ ينصب تركيزنا خلال هذه الوحدة على ما يلي:

- أهمية الرعاية الذاتية
- البحث عن الامتنان يوماً بعد يوم
- التعبير عن التعاطف

دروس الوحدة

دروس مصغرة	مواد الدرس الرئيسية	الأهداف الأسبوعية	عنوان الدرس الرئيسي
<p><u>مجموعة صغيرة</u> - المنزل مقابل المدرسة</p> <p><u>شركاء</u> - تحسين الرعاية الذاتية</p> <p><u>فردى</u> - فحص الرعاية الذاتية</p> <p><u>تركيز التكنولوجيا</u> - جهاز تعقب الوقت الرقمي</p>	<p><input type="checkbox"/> الجرس (أو عنصر إشارة آخر) لكل مجموعة</p> <p><input type="checkbox"/> أقلام رصاص</p> <p><input type="checkbox"/> بطاقات الفهرسة</p>	<ul style="list-style-type: none"> • اكتشف كيف يظهرون حاليًا الرعاية الذاتية من الناحيتين الجسدية والعقلية • ضع هدفًا شخصيًا لزيادة الرعاية الذاتية كجزء من روتينهم اليومي 	<p>الدرس 1 سؤال 20</p>
<p><u>مجموعة صغيرة</u> - الامتحان للبلد</p> <p><u>شركاء</u> - شكرًا لك بطاقات</p> <p><u>فردى</u> - تمتد امتناك</p> <p><u>تركيز التكنولوجيا</u> - المساعدة التكنولوجية</p>	<p><input type="checkbox"/> ورق جزار كبير</p> <p><input type="checkbox"/> اللوازم الفنية الأساسية</p> <p><input type="checkbox"/> الشريط</p>	<ul style="list-style-type: none"> • اكتشف كيف يُظهرون حاليًا امتنانهم لما لديهم ومن حولهم • توسيع قدرتهم على تقديم الامتنان غير المرغوب فيه طوال يومهم 	<p>الدرس 2 امتحان المدرسة</p>
<p><u>مجموعة صغيرة</u> - لعب أدوار</p> <p><u>شركاء</u> - النضالات المشتركة</p> <p><u>فردى</u> - اسمع</p> <p><u>تركيز التكنولوجيا</u> - التعاطف واستخدام التكنولوجيا</p>	<p><input type="checkbox"/> لا توجد مواد مطلوبة لهذا الدرس</p>	<ul style="list-style-type: none"> • اكتشف الفرق بين التعاطف والتعاطف • تطوير فهم التعاطف كما ينطبق عليهم شخصيًا • مارس التعاطف في مجموعة متنوعة من السيناريوهات خلال روتينهم اليومي 	<p>الدرس 3 في مكاني</p>
<p><u>مجموعة صغيرة</u> - تحليل الرحمة</p> <p><u>شركاء</u> - الرحمة هابكو</p> <p><u>فردى</u> - تقاسم الرحمة</p> <p><u>تركيز التكنولوجيا</u> - تحليل الفيلم</p>	<p><input type="checkbox"/> جهاز عرض للصور</p> <p><input type="checkbox"/> (الصور) انظر الدرس</p>	<ul style="list-style-type: none"> • اكتشف الحاجة إلى نهج مشترك لكل من التعاطف والتعاطف عند مساعدة الآخرين • افحص الافتراضات الشائعة عند تحليل المواقف باستخدام نهج مستوى السطح فقط 	<p>الدرس 4 التعاطف والرحمة</p>

مشروع الوحدة

عنوان المشروع	ملخص المشروع	المواد المطلوبة
يعتني بي	سيركز الفصل على الرعاية الذاتية وتأثيرها على حياتنا. سيقوم الطلاب بتتبع مستويات النوم	<p>(نموذج التتبع) واحد لكل طالب <input type="checkbox"/></p> <p>ورق رسم بياني فارغ <input type="checkbox"/></p>

والمزاج والإنتاجية لمعرفة كيف تؤثر الرعاية الذاتية عليهم على المدى الطويل.

- ☐ الحكام
 - ☐ أقلام ملونة باللون الأخضر والأزرق والأحمر
 - ☐ حاسوب
 - ☐ برنامج لإنشاء النشرات (اختياري ، حيث يمكن القيام بذلك من خلال الفن الأساسي إذا لزم الأمر)
 - ☐ اللوازم الفنية الأساسية
-