

Caring



Обухваћени подконцепти: саосећање, захвалност, услужност, емпатија, љубазност

Лекције љубазности у учионици подучавају вештине љубазности кроз оквир корак по корак Инспиришите, Оснажите, Делујте, Размишљајте и Делите. Свака лекција почиње кораком „дели“ да би се ојачало учење из претходних лекција. Комад „чин“ је уткан у лекције, али се заиста дешава у пројектима.

У овој јединици ученици уче како да брину о себи и другима. Лекције 1 и 2 дају ученицима стратегије за разумевање и управљање стресом како би могли да брину о себи, а лекције 3 и 4 дају ученицима прилику да идентификују начине на које могу да брину о другима. Лекција 4 се посебно фокусира на емпатију и како ученици могу показати саосећање према другима кроз емпатију, лично се идентификујући са ситуацијама које посматрају или су део.

Циљ јединице

Ученици ће:

- Идентификујте стратегије које ће вам помоћи да управљате стресом и побољшате самопоштовање.
- Разговарајте о концептима бриге и саосећања.
- Разумети дефиницију емпатије.

Увод за студенте

Добродошли у Јединицу за бригу! Научићете низ вредних вештина у овој јединици које ће вам помоћи да боље бринете о себи и другима. На пример, научићете како да идентификујете шта узрокује стрес и како да њиме управљате како бисте били мање под стресом. Такође ћете научити шта значи показати бригу и саосећање према другима, посебно кроз вештину коју зовемо емпатија. Емпатија је способност да се повежете са неким ко доживљава нешто што сте и ви искусили. Када саосећамо са другима, лакше можемо да покажемо бригу и саосећање према њима. Лекције у овој јединици ће вам показати како можете постати брижнија особа!

- Препознавање доброг и лошег стреса
- Стратегије за управљање и смањење стреса
- Брига за друге у вашој заједници
- Емпатија

Почнимо са нашом првом лекцијом!

Јединичне лекције

Наслов лекције	Циљеви лекције	Потребни материјали
Лекција 1 Узети пет	<ul style="list-style-type: none">• Упоредите/упоредите добар и лош стрес.• Идентификујте стратегије које ће вам помоћи да управљате стресом и побољшате самопоштовање.	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Бели или обојени папир - идеално од картона - за ученике<input type="checkbox"/> пратити њихове руке<input type="checkbox"/> Маркери
2. лекција Дај пет	<ul style="list-style-type: none">• Препознајте шта им узрокује стрес.• Испитајте како су сви под стресом због различитих ствари.• Развијте пет стратегија за бригу о другима када се осећају под стресом.	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Бели папир/картон, као оно што је коришћено у лекцији 1<input type="checkbox"/> Маркери<input type="checkbox"/> Знакови стресне активности (могу бити на папиру, картону или чак написани на белој/пакетној табли ако има места)
3. лекција Драги ја: Писмо о саосећању	<ul style="list-style-type: none">• Разговарајте о концептима 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.	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Деар Ме радни лист или папир за ђачке свеске<input type="checkbox"/> коверте са писмом, по један за сваког ученика
4. лекција Шта би ти урадио?	<ul style="list-style-type: none">• Разумети дефиницију емпатије.• Размислите о хипотетичким ситуацијама које изазивају емпатију и формулишите одговор.	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Шта је љубазно учинити? Радни лист (погледајте лекцију)

Јединични пројекти

Назив пројекта	Преглед пројекта	Потребни материјали
Пројекат 1 Царинг Лапбоок	Ученици ће направити лапбоок о ономе што су научили у одељењу за бригу. Велике теме укључују бригу, љубазност, бригу о себи, смањење стреса, саосећање и емпатију. Ученици могу укључити онолико ових тема колико желе или се могу фокусирати на једну или две за које сматрају да су им најважније. Сврха уџбеника је да омогући ученицима да размисле и поделе своје учење на креативан и практичан начин.	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Фасцикле или велики комади грађевинског папира<input type="checkbox"/> маказе<input type="checkbox"/> Маркери<input type="checkbox"/> Часописи (за изрезивање слика/речи)<input type="checkbox"/> Шаблони лаптопа (по жељи)
Пројекат 2 Курс препрека за емпатију	Ученици се баве разним активностима које су теже него иначе јер су на неки начин у неповољнијем положају. Ученици пролазе кроз стазу са препрекама емпатије, прво, пуним способностима и, друго, са наметнутим ограничењима. Студенти су темпирани на оба искуства и постоји могућност на крају пројекта да разговарају о својим искуствима и разлици између могућности да се крећу кроз курс без ограничења и са ограничењима.	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Велики простор за учионицу или теретану<input type="checkbox"/> Вијача<input type="checkbox"/> Два комада папира; онај који гласи: „Четврти разред је најбољи!“ и онај који гласи „Ла куатриеме аннее ест ла меиллеуре!“<input type="checkbox"/> Маскирна трака за стављање цик-цак линије на под<input type="checkbox"/> Једна ципела са краватом<input type="checkbox"/> Једна рукавица за рерну или зимске рукавице