

وقت الشاي

يركز هذا الدرس على الرعاية من خلال الأخلاق. يمكن لكلماتك وأفعالك وسلوكك العام عند التفاعل مع الآخرين أن تنقل الاهتمام إذا كان لطيفاً ومحترماً. سيقوم الطلاب بإنشاء مفرش مخصص والمشاركة في حفل شاي بسيط لممارسة السلوكيات الأساسية أثناء الوجبات لممارسة العناية بالآخرين.

(رعاية الفرعية مفهوم (ق)

عطف، المساعدة ، اللطف

الإطار الزمني للدرس

دقائق. (يمكن تقسيمها إلى درسين مدة كل منهما 30 45 دقيقة إذا رغبت في ذلك)

المواد المطلوبة

- ☐ شاي مثلج أو شاي ساخن
- ☐ أكواب ديكسي
- ☐ الفضيّات
- ☐ أطباق ورقية
- ☐ (المناديل) اختياري
- ☐ الورق المقوى
- ☐ اللوازم الفنية الأساسية

خريطة المعايير

ومعايير التنقيف CASEL يتوافق هذا الدرس مع كفاءات الصحي الوطنية ومعايير الدولة الأساسية المشتركة. يرجى الرجوع إلى الخريطة المعايير للمزيد من المعلومات.



من تصميم كاسيل

كبرنامج موسى به

للتعلم الاجتماعي والعاطفي.

انظر الصفحة الأخيرة للحصول على التفاصيل

هدف الدرس

سيتمكن الطلاب من

- اشرح كيفية إظهار الاهتمام من خلال استخدام الأخلاق المناسبة.
- أظهر السلوكيات الصحيحة في إعداد الوجبة.
- تدرب على المساعدة واللطف والرحمة في إطار جماعي.

اتصال المعلم / الرعاية الذاتية

الرحمة والتعاطف يسيران جنباً إلى جنب. عندما تواجه هذا الشد من التعاطف ، غالباً ما تكون قادراً على التعبير عن التعاطف في وقت واحد. ركزنا الأسبوع الماضي على إيلاء اهتمام أكبر لمن يُنسى كثيراً في مجتمعك. هذا الأسبوع ، التحدي أعمق من ذلك. اختر شخصاً واحداً في مجتمعك لتتعاطف معه وتضع نفسك في مكانه ليوم واحد.

كيف يكون يومه / يومها؟ ما هي الصراعات التي قد يواجهها؟ ماذا يمكن أن يكون أبرز ما في اليوم؟ إذا كان ذلك ممكناً ، فحاول أن تعيش يوماً كما يفعل ذلك الشخص. إذا لم يكن ذلك ممكناً ، فحاول تصور اليوم أو تدوين اليوميات عنه. الرحمة تقودنا إلى الشعور بالعواطف. ومع ذلك ، فإن التعاطف الحقيقي يسمح لنا أن نضع أنفسنا بشكل مباشر في مكان الشخص الآخر ، مع كل النجاحات والانخفاضات والصراعات والاحتفالات. يمكن أن يساعدك هذا التمرين البسيط في ممارسة التعاطف بسهولة أكبر مع جميع الأشخاص المختلفين محلياً ودولياً.

نصائح للمتعلمين المتنوعين

- قم بتقطيع أشكال المفارش لمساعدة الطلاب في مواجهة تحديات المهارات الحركية الدقيقة.
- قسّم الطلاب إلى مجموعات مختلطة القدرة على التحدث أثناء حفل الشاي.



يشارك

دقائق 3-5

- اطلب من الطلاب التحدث عن وقت كان فيه شخص ما يهتم بهم
- كيف شعرت أن يتم الاعتناء بها؟
- ما هو الجزء المفضل لديك؟
- كيف يمكنك استخدام التعاطف والرحمة لرعاية الآخرين من هذا القبيل؟



يلهم

ما هي الآداب؟

دقائق 7-10

اشرح أن الأخلاق هي الكلمات والأفعال التي تختار استخدامها عندما تكون مع الآخرين

كيف نتحدث معهم؟ كيف تعاملهم؟ كيف نتصرف خلال الوجبات؟ كيف تظهر اللطف والاحترام؟ كيف تهتم
بِالآخرين وأنت معهم؟ هذه كلها أسئلة جيدة لطرحها على نفسك عندما تتحقق من الأخلاق الحميدة

كيف تبدو الأخلاق الحميدة؟

دقائق 5-7

اشرح أن الكلمات الطيبة والأفعال المحترمة وموقف الرعاية كلها أمثلة على الأخلاق الحميدة

- اطلب من الطلاب تقديم أمثلة على الأخلاق الحميدة. اكتبهم على السبورة
- ركز المحادثة على الأخلاق أثناء الوجبات بعد استنفاد جميع الأمثلة على نطاق واسع

اليوم سيكون لدينا فرصة للاعتناء ببعضنا البعض من خلال آداب المائدة الجيدة



التمكين

دقيقة 30-60

سيقوم الطلاب بإنشاء المفارش المخصصة باستخدام الأشكال الأساسية ثم سيشاركون في "حفلة شاي" بسيطة خلال وقت الوجبة الخفيفة المعتادة لممارسة آداب المائدة الجيدة.

الجزء 1: قم بإنشاء المفارش باستخدام المستطيلات والدوائر. يتم توفير نموذج أدناه إذا رغبت في ذلك. تأكد من تضمين قسم الطبق ، والشوكة ، والسكين ، وقسم الملعقة ، ومكان حامل الكوب. اطلب من الطلاب تلوين كل شكل. سيوفر هذا مراجعة طبيعية للون والشكل أثناء النشاط.

اعتمادًا على الوقت ، قد ترغب في تقسيم هذا الدرس على يومين ، أو يمكن تحقيق ذلك قبل وبعد العطلة.

الجزء 2: قم بحفلة شاي لممارسة الاعتناء ببعضكم البعض من خلال الأخلاق الحميدة.

- (قسّم فصلك إلى مجموعات صغيرة (أو استخدم مجموعات مكتتبية موجودة إن أمكن).
- اجعل طفلًا واحدًا يقوم بإعداد الأكواب ، وآخر يقوم بإعداد الأطباق ، والعديد من المساعدة في الأواني الفضية.
- اترك الشاي والوجبات الخفيفة.
- ادع الطلاب لممارسة آداب المائدة الصحيحة أثناء وقت الوجبة الخفيفة. أظهر هذا أولاً على طاولتك. أكد كيف تأكل (فمك مغلق) ، وشرب (لا تلتهم) ، وقم بإجراء محادثة لطيفة (اطرح أسئلة محترمة وانتظر الردود قبل التحدث).
- قم بالتداول أثناء النشاط للمساعدة في توجيه مواقف الرعاية والكلمات اللطيفة والأفعال المحترمة.
- شجع مواقف الرعاية أثناء جزء التنظيف من النشاط.



يعكس

دقائق 5-7

لقياس مدى فهم الأخلاق الحميدة ، اطرح الأسئلة التالية واطلب من الطلاب أن يظهروا لك الإجابة:

- ما هي الكلمات اللطيفة التي يمكنك استخدامها عند تناول وجبة مع شخص ما؟ ((اطرح الأسئلة ، انتظر الإجابات
- (كيف نأكل باحترام؟ (فم مغلق
- (كيف نشرب باحترام؟ (لا الالتهم
- كيف يمكننا تقديم المساعدة قبل الوجبات وأثناءها وبعدها؟



أفكار التمديد

- صفح المفارش واستخدمها في كل وجبة خفيفة للاستمرار في ممارسة الأخلاق الحميدة
- في ملحق المنزل: أرسل المفارش إلى المنزل واطلب من الطلاب شرح الأخلاق الحميدة لعائلاتهم أثناء الوجبة
- عزز هذه المناقشة بإضافة درس تغذية يركز على "أكل قوس قزح" من خلال خيارات الغذاء. موارد ممتازة للتوسع في هذا المجال Myplate.gov الصحي. يمتلك موقع



من تصميم كاسيل

المستندة إلى الأدلة منذ عام 2003. SEL التعاونية من أجل التعلم الأكاديمي والاجتماعي والعاطفي (كاسيل) يراجع برامج لبرامج التعلم الاجتماعي CASL ويتم تضمينه في دليل CASL التابع لـ SElect يلتقي ببرنام Classroom® اللطف في والعاطفي الفعالة

Classroom® عالية الجودة. اللطف في SEL لبرمجة CASL أو تجاوز جميع معايير Classroom® استوفى اللطف في عالية الجودة SEL لبرمجة CASL حصل على أعلى تصنيف من

<https://casel.org/guide/kindness-in-the-classroom/>

RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®

