

Querido yo: una carta sobre la compasión

Esta lección brinda a los estudiantes la oportunidad de analizar el cuidado de sus comunidades más amplias, incluso cuando los problemas que enfrentan sus comunidades son grandes. Hay mucho tiempo tanto para la discusión grupal como para la reflexión personal mientras los estudiantes observan cómo un niño desarrolló una organización para abordar el hambre local en su comunidad. Los estudiantes se empoderarán a sí mismos a través de una carta personal que escribirán y el maestro eventualmente les devolverá, idealmente recordándoles a los estudiantes sus propias ideas y llamados a la acción.

CariñosoSubconcepto(s)

Compasión, Utilidad, Bondad

Plazo de la lección

30-40 minutos

Los materiales requeridos

- ☐ Querido yo hoja de trabajo o papel de cuaderno de estudiante
- ☐ Sobres con cara de carta, uno para cada alumno

Mapa de Normas

Esta lección se alinea con las Competencias CASEL, los Estándares Nacionales de Educación para la Salud y los Estándares Estatales Básicos Comunes. por favor refiérase a [Mapa de Normas](#) para más información.



DESIGNADO POR CASEL
COMO PROGRAMA RECOMENDADO
PARA EL APRENDIZAJE SOCIAL Y EMOCIONAL.
Vea la última página para más detalles.

Objetivo de la lección

Serán estudiantes dDiscuta los conceptos de cuidado y compasión.

- Vea la compasión en acción a través del video sobre el Corazón de Joshua.
- Reflexione sobre las ideas principales del video y relaciónelas con sus propias oportunidades personales para mostrar cariño y compasión.
- Escribanse una carta hablando sobre cómo podrían involucrarse más en el cuidado de sus comunidades.

Conexión del maestro/autocuidado

El acto de compasión por los demás a menudo nos parece fácil a los adultos cuando estamos viendo un documental en movimiento o una transmisión de noticias. Sin embargo, la lucha por mostrar compasión dentro de nuestra propia comunidad es a veces un poco más difícil. Nos hacemos inmunes al vagabundo con el cartel o a la madre soltera que lucha con los paquetes. Esta semana, eche un vistazo concentrado a su comunidad, su escuela e incluso a su salón de clases. ¿Quién podría estar en necesidad que usted puede haber pasado por alto en el pasado? Marcar su compasión con su entorno inmediato realmente puede aumentar la conectividad con sus estudiantes, sus compañeros y su comunidad en general. Cuando estamos conectados estamos presentes, así que echa un vistazo a tu alrededor. ¿Quién ha caído por las grietas? ¿Cómo puede su compasión ayudarlo a permanecer conectado con su escuela?

Consejos para estudiantes diversos

- Mire los videoclips más de una vez.

- Muestre las preguntas mientras miran el video o escuchan cómo usted describe la base; Considere escribir las preguntas en la pizarra o darles a los estudiantes las preguntas impresas.
- Pida a los estudiantes que discutan sus respuestas a las preguntas con un compañero antes de responder a todo el grupo.
- Permita que los estudiantes escriban sus cartas en su lengua materna si eso les ayuda a compartir sus ideas con sus padres; sin embargo, pídeles que también tengan una versión corta en inglés, para que pueda proporcionar comentarios.



Compartir

2-3 minutos

Ok, todos levanten una de sus manos en un gran choca esos cinco. Ahora, diríjase a la persona que está a su lado y dele cinco y luego dígle sus estrategias de "DALE Cinco" para ayudar a otros a aliviar el estrés en las que trabajamos en la última lección. ¡Esta bien, ve!



Inspirar

15-20 minutos

En la última lección, todos miramos imágenes (o discutimos situaciones) que nos mostraban una situación estresante, ya sea una situación de estrés positivo o una situación de estrés negativo. Y descubrimos que todos experimentamos el estrés de manera un poco diferente, pero que todos experimentamos el estrés. También hablamos sobre algunas formas en que podemos tratar de ayudar a otros a través de una situación estresante. El sentimiento que tenemos cuando vemos a otros estresados o heridos o solos o luchando y queremos ayudarlos se llama compasión.

¿Cuántos de ustedes han escuchado esta palabra antes?

La compasión es a menudo algo que no planeamos sentir; es simplemente algo que brota dentro de nosotros cuando vemos a alguien en necesidad.

Sin embargo, a veces no estamos seguros de cómo ayudar, o no creemos que podamos ayudar, así que bajamos nuestro medidor de compasión. O, a veces, el dolor, la lucha o la soledad de otra persona nos hace sentir incómodos o estresados, por lo que decidimos no ayudarlos.

Y, a veces, el problema ES demasiado grande para nosotros, pero eso no significa que lo ignoremos. Cuando se enfrenta a un problema o cuando ve a otra persona angustiada, pero usted solo no puede ayudar, ¿cuáles son algunas de las cosas que puede hacer?

Invitar a la respuesta del estudiante.

Vamos a ver un video corto sobre un niño que sintió compasión y el deseo de ayudar a otros en su comunidad pero no sabía cómo empezar. Tomó sus sentimientos de compasión por otros necesitados y, con la ayuda de otros, los convirtió en una acción real y significativa. Vamos a mirar:

Ver Josué, alimentando a los necesitados | Citizen Kid de Disney: <https://video.disney.com/watch/joshua-feeding-those-in-need-citizen-kid-by-disney-4ff5cac4824697e707b76a1c>

Si no puede reproducir el clip, aquí hay una sinopsis:

Una forma en que podemos marcar la diferencia es ayudar a las personas que no tienen suficiente comida. Tal vez haya recolectado alimentos enlatados en la escuela o los haya llevado al banco de alimentos local. Un niño, Joshua Williams, incluso comenzó su propia organización en Miami, Florida, para ayudar a acabar con el hambre en el mundo. Cuando Joshua tenía cuatro años y medio, vio a un vagabundo en la calle y se dio cuenta de que quería encontrar una manera de ayudarlo. Con la ayuda de su madre, Joshua creó la Fundación Joshua's Heart en 2006; desde entonces, ha trabajado con más de 3000 voluntarios (1200 niños y 2000 adultos) que han distribuido cerca de un millón de libras de alimentos a las personas de su comunidad. Innumerables personas han recibido ayuda y están muy agradecidas de que Joshua se haya preocupado lo suficiente como para proporcionarles la comida que necesitan.



Autorizar

5 minutos

¡Ahora hablemos un poco sobre lo que vimos!

Puedes hacer esto como un grupo grande o en grupos pequeños.

- *¿Por qué crees que Joshua Williams quiere ayudar a los demás?*
- *De la información en el sitio web de esta organización, sabemos que Claudia, la mamá de Joshua, apoya lo que está haciendo. ¿Cómo cree que nuestras familias o las personas con las que vivimos pueden ayudarnos a aprender a cuidar de los demás y de nuestra comunidad? ¿Hay cosas que ya están haciendo como familia para ayudar a cuidar a los demás?*
- *Las personas en el clip parecen agradecidas por la comida que recibieron. El video dice que Joshua y los voluntarios han repartido 400,000 libras de comida, ¡pero ahora está más cerca de un millón de libras! ¿Crees que ser agradecido y agradecer por lo que otros hacen por nosotros es importante? ¿Por qué o por qué no?*
- *¿Crees que es nuestra responsabilidad cuidar y apoyar a otros en la comunidad? ¿En qué manera?*
- *¿Crees que lo que hizo Joshua fue extraordinario?*

¡Todas estas son excelentes respuestas! Ahora, tomemos un tiempo para pensar cómo esto puede aplicarse personalmente a cada uno de nosotros.

Distribuya las hojas de trabajo "Querido yo" o invite a los estudiantes a sacar una hoja de papel si no está usando la hoja de trabajo.

Vas a escribirte una carta respondiendo a esta pregunta: ¿Cómo crees que podrías marcar una diferencia en tu comunidad? Comienza con "Querido yo",

Luego, escribe algunas oraciones sobre lo que hemos estado aprendiendo en estas lecciones; Hasta ahora, hemos hablado sobre el respeto y el estrés y ahora sobre la compasión y el cuidado.

A continuación, describa cómo ver el video sobre Joshua afectó cómo se siente acerca de cuidar a los demás, incluso si el problema parece demasiado grande para usted.

Finalmente, escribe algunas cosas que crees que podrías hacer para ayudar a cuidar a las personas de tu comunidad; cómo podrías marcar la diferencia. Recuerde que su comunidad podría ser la ciudad y quienes la habitan, nuestra comunidad escolar, su vecindario inmediato o su familia. ¿Dónde ve una necesidad que podría atender, ya sea por su cuenta o con la ayuda de otra persona?

Cuando haya terminado con su carta, fírmela y póngala en el sobre que le voy a entregar, ¡pero no lo selle! Pon tu nombre en el exterior del sobre y déjalos en esta canasta en mi escritorio.



Reflejar

5 minutos

Hay pequeñas cosas que cada uno de nosotros puede hacer para mostrar generosidad y bondad a los demás en nuestra comunidad y en todo el mundo. Estos pequeños actos pueden ser una onda en el agua que se extiende a otros miembros de la comunidad. Joshua comenzó con la idea de que quería ayudar a un vagabundo y ahora ha ayudado a proporcionar alimentos a cientos de personas. Acabas de escribir algunas ideas sobre cómo podrías cuidar a los que te rodean. Revisaré sus ideas y eventualmente se las devolveré para que pueda recordar cómo cree que podría preocuparse por los demás. Espero ver todas sus buenas ideas; tal vez haya algo que podamos hacer juntos como clase.



Ideas de extensión

- Si desea incorporar un elemento de investigación, estos sitios web brindan buenas ideas sobre lo que los niños pueden hacer para mostrar cariño y amabilidad:

[5 maneras de ayudar a los niños a preocuparse más por los demás](#)

[Proyecto Ripple Kindness: cómo puedes marcar la diferencia](#)

- Puede devolver las cartas a los estudiantes de varias maneras y en cualquier momento; tal vez al final del trimestre, al final de la Unidad de inclusión (que está estrechamente relacionada con el respeto y el cariño), en conferencias o tal vez se las envíe por correo al estudiante en casa durante un largo descanso. También puede considerar escribir una nota personal a cada estudiante comentando cómo ha visto que el estudiante se preocupa por los demás en la escuela, alentándolo a continuar con el buen trabajo.



DESIGNADO POR CASL
COMO PROGRAMA
RECOMENDADO PARA EL
APRENDIZAJE SOCIAL Y
EMOCIONAL.

El Colaborativo para el Aprendizaje Académico, Social y Emocional (CASL) ha estado revisando programas SEL basados en evidencia desde 2003. Kindness in the Classroom® cumple con el Programa SElect de CASL y está incluido en el [Guía CASL para programas efectivos de aprendizaje social y emocional](#).

Kindness in the Classroom® cumplió o superó todos los criterios de CASL para una programación SEL de alta calidad. Kindness in the Classroom® recibió la designación más alta de CASL por programación SEL de alta calidad.

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

Hoja de trabajo Querido yo

Fecha_____

Pobre de mí:

En nuestras unidades de amabilidad hasta ahora, hemos estado aprendiendo sobre:

Hoy vimos un video sobre un niño llamado Joshua que comenzó un programa que ayuda a alimentar a las personas que no tienen suficiente comida. ¡Este es un gran problema que un niño decidió que podía ayudar a resolver! Mientras miraba el video, sentí:

Aquí es donde veo una necesidad en nuestra comunidad (podría ser la familia, la escuela o la comunidad en general):

Y aquí hay algunas cosas que creo que podría hacer para ayudar a cuidar a aquellos en nuestra comunidad:

Atentamente,

