

Caring



Behandelde subconcepten: mededogen, dankbaarheid, behulpzaamheid, empathie, vriendelijkheid

Vriendelijkheid in de klaslessen leren vriendelijkheidsvaardigheden door middel van een stapsgewijs raamwerk van Inspire, Empower, Act, Reflect en Share. Elke les begint met de stap 'delen' om het leren van eerdere lessen te versterken. Het stuk 'act' is verweven in de lessen, maar vindt echt plaats in de projecten.

In dit blok leren leerlingen hoe ze voor zichzelf en voor anderen kunnen zorgen. Les 1 en 2 geven leerlingen strategieën om stress te begrijpen en te beheersen, zodat ze voor zichzelf kunnen zorgen, en lessen 3 en 4 geven leerlingen de kans om manieren te vinden waarop ze voor anderen kunnen zorgen. Les 4 richt zich specifiek op empathie en hoe leerlingen medeleven met anderen kunnen tonen door empathie, door zich persoonlijk te identificeren met situaties die ze waarnemen of waar ze deel van uitmaken.

Eenheidsdoelstelling

Studenten zullen:

- Identificeer strategieën om stress te beheersen en het zelfrespect te verbeteren.
- Bespreek de begrippen zorgzaamheid en mededogen.
- Begrijp de definitie van empathie.

Introductie van studenten

Welkom bij de zorgenheid! In deze unit leer je een aantal waardevolle vaardigheden die je helpen beter voor jezelf en voor anderen te zorgen. U leert bijvoorbeeld hoe u kunt identificeren wat u stress veroorzaakt en hoe u hiermee om kunt gaan, zodat u minder gestrest bent. Je leert ook wat het betekent om zorg en compassie voor anderen te tonen, vooral door een vaardigheid die we empathie noemen. Empathie is het vermogen om je te verhouden tot iemand die iets meemaakt dat jij ook hebt meegemaakt. Als we ons inleven in anderen, kunnen we gemakkelijker zorg en mededogen voor hen tonen. De lessen in dit blok laten je zien hoe je een zorgzamer persoon kunt worden!

- Goede en slechte stress herkennen
- Strategieën om stress te beheersen en te verminderen
- Zorgen voor anderen in uw gemeenschap
- Empathie

Laten we beginnen met onze eerste les!

Eenheidslessen

Titel van de les	Lesdoelen	Benodigde materialen
Les 1 Neem Vijf	<ul style="list-style-type: none">• Vergelijk/contrast goede en slechte stress.• Identificeer strategieën om stress te beheersen en het zelfrespect te verbeteren.	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Wit of gekleurd papier - idealiter cardstock - voor studenten<input type="checkbox"/> traceer hun handen<input type="checkbox"/> Markeringen
Les 2 Geef vijf	<ul style="list-style-type: none">• Herken wat hen stress bezorgt.• Onderzoek hoe iedereen gestrest is door verschillende dingen.• Ontwikkel vijf strategieën om voor anderen te zorgen als ze gestrest zijn.	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Wit papier/karton, zoals gebruikt in les 1<input type="checkbox"/> Markeringen<input type="checkbox"/> Signalen van gestresste activiteit (kan op papier, karton of zelfs op het witte/smartboard worden geschreven als er ruimte is)
Les 3 Beste ik: een brief over mededogen	<ul style="list-style-type: none">• Bespreek de begrippen zorgzaamheid en mededogen.• Bekijk compassie in actie via de video over Joshua's Heart.• Denk na over de belangrijkste ideeën van de video en breng ze in verband met hun eigen persoonlijke kansen om zorgzaamheid en mededogen te tonen.• Schrijf een brief aan zichzelf en vertel hoe ze meer betrokken kunnen raken bij de zorg voor hun gemeenschap.	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Dear Me werkblad of notitieboek voor studenten<input type="checkbox"/> Letterzijdige enveloppen, één voor elke leerling
Les 4 Wat zou jij doen?	<ul style="list-style-type: none">• Begrijp de definitie van empathie.• Denk na over hypothetische situaties die empathie opwekken en formuleer een reactie.	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Wat is het vriendelijke om te doen? Werkblad (zie les)

Eenheidsprojecten

project titel	Projectoverzicht	Benodigde materialen
Project 1 Zorgzaam Lapboek	De leerlingen gaan een lapbook maken over wat ze geleerd hebben op de Zorgeenheid. De grote onderwerpen zijn zorgzaamheid, vriendelijkheid, zelfzorg, het verminderen van stress, mededogen en empathie. Studenten kunnen zoveel van deze onderwerpen opnemen als ze willen, of ze kunnen zich concentreren op een of twee onderwerpen die voor hen het belangrijkste zijn. Het doel van het lapbook is om studenten op een creatieve en praktische manier te laten nadenken over hun leerproces en dit te delen.	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Mappen of grote stukken bouwpapier<input type="checkbox"/> Schaar<input type="checkbox"/> Markeringen<input type="checkbox"/> Tijdschriften (voor het uitknippen van afbeeldingen/woorden)<input type="checkbox"/> Lapbook-sjablonen (indien gewenst)
Project 2 Empathie Hindernissenparcours	Leerlingen doen allerlei activiteiten die moeilijker zijn dan normaal omdat ze op de een of andere manier benadeeld zijn. Studenten doorlopen een empathisch hindernissenparcours, ten eerste op volle kracht en ten tweede met opgelegde beperkingen. Studenten worden getimed op beide ervaringen en er is gelegenheid aan het einde van het project om hun ervaringen te bespreken en het verschil tussen het kunnen doorlopen van de cursus zonder beperkingen en met beperkingen.	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Grote klaslokaalruimte of gymruimte<input type="checkbox"/> Springtouw<input type="checkbox"/> Twee stukjes papier; een die luidt: "Vierde klas is de beste!" en een met de tekst "La quatrième année est la meilleure!"<input type="checkbox"/> Afplaktape om een zigzaglijn op de vloer te zetten<input type="checkbox"/> Een stropdasschoen<input type="checkbox"/> Eén ovenwant of winterhandschoen(en)