



Subconceitos abordados: Compaixão, Gratidão, Empatia, Bondade

As lições de Bondade na Sala de Aula ensinam habilidades de bondade por meio de uma estrutura passo a passo de Inspirar, Capacitar, Agir, Refletir e Compartilhar. Cada lição começa com a etapa "compartilhar" para reforçar o aprendizado das lições anteriores. A peça de 'ação' está entretecida nas aulas, mas realmente ocorre nos projetos.

Esta é a segunda unidade do *Gentileza na sala de aula* currículo. Ele se baseia na base do respeito apresentada na primeira unidade, com um foco maior em como aprofundar e aplicar esse respeito por meio do cuidado e de seus subconceitos. Os alunos continuam a encontrar um equilíbrio entre crescer e abraçar a gentileza. Incentive a importância contínua do autocuidado como um passo vital no processo de expansão de seu cuidado, compaixão e empatia pelos outros.

Objetivo da unidade

Os alunos irão:

- Utilize ferramentas e métodos de autocuidado para aumentar o sentimento de auto-estima.
- Expandir suas habilidades de empatia e compaixão tanto por pessoas que eles conhecem pessoalmente quanto por outras pessoas em sua comunidade.
- Pratique dar e receber gratidão por meio de uma base de bondade.

Apresentação do Aluno

Cuidar - o conceito não é novidade para você neste momento de sua vida. Você tem cuidado de si mesmo (e provavelmente dos outros) de alguma forma por anos. No entanto, o verdadeiro cuidado envolve um espírito de bondade através da gratidão, compaixão e empatia. Esta unidade se concentrará em expandir seus horizontes dentro deste conceito. Como você mostra que se importa? O que isso parece? Soa como? Sinto como? COMO você reage quando os outros mostram que se importam? Nosso foco durante esta unidade é o seguinte:

- A importância do autocuidado
- Expressando gratidão

- Expandindo a empatia

Lições da unidade

Título da Lição Principal	Objetivos semanais	Principais Materiais de Lição	Miniaulas
Lição 1 Categorias dispersas de autocuidado	<ul style="list-style-type: none"> Explore como eles atualmente demonstram autocuidado tanto de maneira física quanto mental Crie uma meta pessoal para aumentar o autocuidado como parte de sua rotina diária 	<input type="checkbox"/> Apostila de Categorias Dispersas (1 para cada grupo) <input type="checkbox"/> Lápis	<p><u>Pequeno grupo</u>- Lista de verificação de autocuidado</p> <p><u>Parceiros</u>- Prioridades Diárias</p> <p><u>Individual</u>- Avaliação de autocuidado</p> <p><u>Foco em Tecnologia</u>- Vida real x mídia</p>
Lição 2 Gratidão Simples	<ul style="list-style-type: none"> Explore como eles atualmente demonstram gratidão por o que eles têm e aqueles ao seu redor. Expanda sua capacidade de fornecer gratidão não solicitada. 	<input type="checkbox"/> Fichas <input type="checkbox"/> Lápis	<p><u>Pequeno grupo</u>- Dramatizações de Gratidão</p> <p><u>Parceiros</u>- Sessão de Gratidão</p> <p><u>Individual</u>- Quadrinhos Gratidão</p> <p><u>Foco em Tecnologia</u>- Tecnologia para a vitória!</p>
Lição 3 Escolha sua empatia	<ul style="list-style-type: none"> Explore a diferença entre simpatia e empatia. Desenvolva uma compreensão da empatia conforme ela se aplica a eles pessoalmente. Pratique a empatia em uma variedade de cenários ao longo de sua rotina diária. 	<input type="checkbox"/> Nenhum material é necessário para esta lição	<p><u>Pequeno grupo</u>- Lutas Comuns</p> <p><u>Parceiros</u>- Terreno Comum</p> <p><u>Individual</u>- Bem-vindo a casa</p> <p><u>Foco em Tecnologia</u>- Conhecimento Estendido</p>
Lição 4 Desafio da Compaixão	<ul style="list-style-type: none"> Utilize a empatia como uma ferramenta motivacional para aumentar a compaixão em sua vida cotidiana. Pratique a compaixão em escala local e nacional. 	<input type="checkbox"/> Nenhum material é necessário para esta lição	<p><u>Pequeno grupo</u>- Compaixão em ação</p> <p><u>Parceiros</u>- Compaixão Contínua</p> <p><u>Individual</u>- Compartilhando Compaixão</p> <p><u>Foco em Tecnologia</u>- Aplicativos de Compaixão</p>

Projeto de Unidade

título do projeto	Visão Geral do Projeto	Materiais requisitados
Cuidando da Nossa Escola	A classe trabalhará para planejar e executar um projeto de serviço para beneficiar sua escola.	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Apostilas do grupo de trabalho (consulte a lição)<input type="checkbox"/> Computador<input type="checkbox"/> Materiais básicos de arte<input type="checkbox"/> Outros materiais irão variar dependendo do projeto selecionado