

同理心障碍课程

在这个项目中，学生们参与的各种活动比平时更加困难，因为他们在某种程度上处于不利地位。学生们首先要以充分的能力完成同理心障碍课程，其次要受到强加的限制。学生们对这两种体验都有计时，并且有是一个机会在项目结束时讨论他们的经验以及能够不受限制和有限制地完成课程之间的区别。

关爱子概念
同情, 四他, 善良

项目时间表
25-30分钟

所需材料

- ☐ 宽敞的教室空间或健身房空间
- ☐ 跳绳
- ☐ 两张纸；上面写着：“四年级是最好的！”还有一张写着“La quatrième année est la meilleure!”
- ☐ 用于在地板上放置锯齿线的遮蔽胶带
- ☐ 一只系带鞋
- ☐ 一只烤箱手套或冬季手套

设置如下所述的四个站。允许学生首先不受限制地通过车站。给学生计时并让他们记录他们的第一次。

然后，让学生第二次穿过这些站点，并在每个站点施加限制。第二次给学生计时并让他们记录新的时间。在第二轮开始之前，不要告诉学生有哪些限制；甚至不要让他们做好准备，运行2将与运行1不同。

学生完成课程后，让他们围成一圈坐下（因为您将清理房间的部分课桌）来谈论他们的经历。他们可以在小组讨论后写下额外的日记提示（或者如果需要的话可以代替）。

第一站：跳绳

- 跑1：用跳绳跳10次。
- 跑2：用跳绳单腿跳跃10次。

第二站：之字形步行

- 跑1：走Z字形线
- 跑2：蒙着眼睛走Z字形线

第三站：大声朗读

- 运行1：读出句子：四年级是最好的！
- 运行2：阅读句子：四年级是最好的！”法语）

第四站：系鞋带

- 第1步：系鞋带。
- 第2步：一只手系上鞋子，并戴上烤箱手套。（如果您认为烤箱手套会使这项任务几乎不可能完成，您可以在每只手上戴上一层厚厚的冬季手套；目标是使这项任务变得困难但可行。）

将学生分组错开，并让课堂助理帮助安排时间。理想情况下，每个站点都有一名助手或“法官”，以确保学生完成任务（或在放弃之前尽可能完成任务）。

如果可能的话，这可以与健身房时间搭配，因为这在足够的空间下效果最好。

包起来：

- 与第一次相比，您第二次参加该课程的感受如何？
- 为什么从不同角度思考我们所做的、所说的以及我们的行为方式很重要？
- 关心他人的一部分是确保他们能够以有意义的方式参与生活。这与我们的下一个单元有关我们如何能够做得更好，包括其他人在内。如果您看到有人努力完成任务、阅读某些内容或在我们学校里走动，您可以做哪些事情？

拟议的课程成果：

学生将：

- 通过一系列限制来体验挑战，并讨论他们的感受以及他们如何帮助其他陷入困境的人。



由案件指定
作为社交和情感学习的推荐
项目。

学术、社交和情感学习协作组织(卡塞尔)自 2003 年以来一直在审查基于证据的 SEL 计划。Kindness in the Classroom® 符合 CASEL 的 SElect 计划，并包含在CASEL 有效社交和情感学习计划指南。

Kindness in the Classroom® 达到或超过了 CASEL 高质量 SEL 编程的所有标准。Kindness in the Classroom® 获得了 CASEL 高质量 SEL 编程的最高称号。

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