

رعاية

نركز هذا الشهر على الرعاية. إذا كنت تتابعنا على وسائل التواصل الاجتماعي ، فلدينا منشورات أسبوعية تركز على رعاية طلاب المرحلة الابتدائية والثانوية. ومع ذلك ، تسمح لك هذه الأنشطة ببث حجرة الدراسة يوميًا إذا رغبت في ذلك. تم تصميم كل هذه الأنشطة خصيصًا للعمل في بيئة التعلم عن بعد.

دروس مصغرة

درس كامل للصف
دقيقة 30

START
HERE

الرعاية الذاتية اليومية

اعملوا معًا لإنشاء ملصق يبرز مجالًا واحدًا للرعاية الذاتية (تشمل الأمثلة الروتين الصباحي وتناول الطعام وما إلى ذلك) يتضمن ما يلي powerpoint / الصحي وما إلى ذلك). تأكد من أن الملصق:

- كلمة العناية الذاتية
- صورة توضح طريقة واحدة لممارسة الرعاية الذاتية 10-15
- شرح ما يرسم

إذا كان ذلك ممكنًا ، شجع الطلاب على إنهاء هذا النشاط في المنزل من خلال فحص كيفية استخدامهم للرعاية الذاتية خلال حياتهم اليومية وتقديم تقرير خلال الجلسة الحية التالية.

للمجموعات الصغيرة
دقيقة 15



مد يد العون

مع عائلتك ، ابحث عن أشياء حول المنزل توضح مدى مساعدتك. كيف يمكنك الاهتمام بالآخرين من خلال المساعدة؟ بعد مناقشة هذا الأمر في المنزل ، أحضر عنصرًا واحدًا لمشاركته مع الفصل. كن مستعدًا لشرح العنصر الخاص بك وكيف يُظهر فائدة.

للمشركاء
دقيقة 15



مزج الامتنان

كن شريكًا وطرح الأفكار 10 طرق لإظهار الامتنان لشخص ما دون رؤيته شخصيًا. كيف يمكننا التأكد من أننا نشكر الآخرين خلال هذا الوقت من التباعد الاجتماعي؟ كيف نظهر أننا نهتم بدون اتصال جسدي مثل الخمسات والعناق؟ (ملاحظة للمعلم - كن مستعدًا لبعض المحادثات الصعبة إذا اخترت هذا ، لكنه تركز على الإيجابي في المواقف الصعبة)

لأفراد
دقيقة 15



الرحمة فكاهي

أو منشئ رسوم هزلية آخر ، ابتكر قصتك الخاصة التي توضح التعاطف. www.canva.com استخدام كيف يمكننا أن نكون رفقاء خلال هذه الأوقات المتغيرة باستمرار؟ كيف تؤثر كلامي وأفعالي على الآخرين؟ شارك قصتك الهزلية مع الفصل إذا سمح الوقت بذلك.

التركيز على التكنولوجيا
دقيقة 15



التعاطف اون لاين

اختر موقعًا لم تزره من قبل في الولايات المتحدة وبحث عن كيفية قيامهم بالمدرسة الآن. كيف يختلف هذا عن وضعك؟ إذا كان الأمر مختلفًا ، فكيف يمكنك استخدام التعاطف للتواصل مع وضعهم الحالي؟ كل طالب يواجه شيئًا جديدًا في الوقت الحالي. يساعدنا التعاطف على التواصل معهم ، بغض النظر عن مكان وجودهم أو ما يفعلونه.