

Ευγνωμοσύνη

Αυτό το μήνα εστιάζουμε στην Ευγνωμοσύνη. Αν και αυτή είναι τεχνικά μια υπο-έννοια της Φροντίδας, επιλέξαμε να αφιερώσουμε έναν ολόκληρο μήνα σε αυτήν, δεδομένων των τρεχουσών αναγκών μας ως κοινότητας. Οι παρακάτω δραστηριότητες θα σας επιτρέψουν να εκφράσετε την τάξη σας καθημερινά, αν θέλετε. Όλες αυτές οι δραστηριότητες έχουν σχεδιαστεί ειδικά για να λειτουργούν σε περιβάλλον εξ αποστάσεως εκπαίδευσης.

Μίνι Μαθήματα

Μάθημα όλης της τάξης
30 λεπτά



Το Top 10 της ευγνωμοσύνης

Δημιουργήστε μια λίστα με τους Top 10 τρόπους για να δείξετε ευγνωμοσύνη με δημιουργικούς τρόπους χωρίς σωματική επαφή. Μερικά παραδείγματα θα ήταν η σύνταξη μιας παλιομοδίτικης επιστολής, η αποστολή ενός email, η οδήγηση με μια πινακίδα που λέει ευχαριστώ, η δημιουργία ενός βίντεο ευχαριστιών κ.λπ. Αυτό θα χρησιμεύσει ως μια λίστα για κάθε μαθητή (και δάσκαλο) για πρόσβαση όλο το χρόνο!

Για Μικρές Ομάδες
15 λεπτά



Εξέταση Ευγνωμοσύνης

Αφιερώστε χρόνο για να εξετάσετε τη ζωή σας στο σπίτι - για ποιες συμπεριφορές των άλλων είστε ευγνώμονες; Πώς δείχνετε την ευγνωμοσύνη σας σε αυτούς με τους οποίους ζείτε, ακόμα και για τα βασικά ή τα απαραίτητα; Συχνά θεωρούμε δεδομένα και «αναμένουμε» ορισμένες συμπεριφορές, ειδικά από τους ενήλικες στη ζωή μας. Ωστόσο, πρέπει να λαμβάνουν ευγνωμοσύνη εξίσου με τα παιδιά!

Για Συνεργάτες
15 λεπτά



Κοίταξέ με!

Συνεργαστείτε και ρίξτε μια ματιά στη ζωή του άλλου. Ονομάστε 3-5 πράγματα που έχετε κοινά και για τα οποία είστε και οι δύο ευγνώμονες. Μόλις δημιουργήσετε τη λίστα σας, εντοπίστε νέους τρόπους για να δείξετε την ευγνωμοσύνη σας για αυτά τα πράγματα. Προσπαθήστε να είστε δημιουργικοί και απαριθμήστε ιδέες που δεν περιλαμβάνουν σωματική επαφή.

Για Ιδιώτες
15 λεπτά



Ημερολόγιο Ευγνωμοσύνης

Τι είστε πιο ευγνώμονες στη ζωή αυτή τη στιγμή; Μπορεί να είναι οτιδήποτε - ένα αντικείμενο, μια εμπειρία, μια τοποθεσία, ένα άτομο. Χρησιμοποιώντας αυτήν την ερώτηση γράψτε ή σχεδιάστε μια απάντηση στο τετράδιο/το ημερολόγιο γραφής σας. Φροντίστε να συμπεριλάβετε 2-3 τρόπους για να εκφράσετε την ευγνωμοσύνη σας. Εάν πρόκειται για αντικείμενο/τοποθεσία κ.λπ. σκεφτείτε το άτομο ή τα άτομα που το έκαναν δυνατό. Πώς τους δείχνετε ευγνωμοσύνη; Εάν χρησιμοποιείτε συχνά το αντικείμενο, το έχετε μοιραστεί μαζί τους; Να είστε έτοιμοι να μοιραστείτε το σχέδιο/γραφικό σας με την υπόλοιπη τάξη με κάποιο τρόπο.

Με επίκεντρο την τεχνολογία
15 λεπτά



Ευγνωμοσύνη Word Cloud

Χρησιμοποιώντας www.wordclouds.com ή άλλη δημιουργία σύννεφων λέξεων, δημιουργήστε ένα σύννεφο λέξεων με θέμα την ευγνωμοσύνη.

Αποθηκεύστε το και μοιραστείτε το με την τάξη ή χρησιμοποιήστε το ως
φόντο στην επόμενη ζωντανή συνεδρία σας!