

Σελιδοδείκτες τυχαίας πράξης καλοσύνης

Αυτό είναι το τελευταίο μάθημα στην ενότητα Θάρρος μας. Επικεντρώνεται στον συνονόματο ολόκληρου του οργανισμού - Τυχαίες Πράξεις Καλοσύνης. Η τάξη θα δημιουργήσει σελιδοδείκτες RAK και θα τους κρύψει κρυφά σε βιβλία της βιβλιοθήκης για να τους βρουν άλλοι.

Θάρρος Υπο-έννοια

Καλοσύνη

Χρονοδιάγραμμα μαθήματος

45 λεπτά

Απαιτούμενα Υλικά

- ☐ Χαρτί σε έντονα χρώματα
- ☐ Στένσιλ καρδιάς ή κόψιμο
- ☐ Νήμα
- ☐ Διάτρηση τρύπας
- ☐ Βασικά είδη τέχνης

Χάρτης προτύπων

Αυτό το μάθημα ευθυγραμμίζεται με τις Ικανότητες CASEL, τα Εθνικά Πρότυπα Αγωγής Υγείας και τα Κοινά Βασικά Πρότυπα Πολιτείας. Ανατρέξτε στο Χάρτη προτύπων Για περισσότερες πληροφορίες.



**ΟΡΙΣΜΕΝΟ ΑΠΟ CASEL
ΩΣ ΣΥΝΙΣΤΩΜΕΝΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ
ΓΙΑ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΚΑΙ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗ
ΜΑΘΗΣΗ.**

Δείτε την τελευταία σελίδα για λεπτομέρειες.

Στόχος μαθήματος

Οι μαθητές θα:

- Ολοκληρώστε μια τυχαία πράξη καλοσύνης.
- Εξηγήστε πώς χρειάζεται θάρρος για να είστε ευγενικοί με τους άλλους χωρίς αναγνώριση.

Σύνδεση Δασκάλου/Αυτοφροντίδα

Καθώς μπαίνουμε στην τελευταία εβδομάδα περίπου της σχολικής χρονιάς, το θάρρος να ανταποκριθούμε με καλοσύνη μας οδηγεί έξω από την τάξη και πίσω με τις οικογένειες και τους φίλους μας, καθώς οι καλοκαιρινές διακοπές πλησιάζουν στο όχι και τόσο μακρινό μέλλον. Έχετε το θάρρος να απαντήσετε με καλοσύνη στο Σπίτι? Μερικές φορές, μπορεί συχνά να αισθάνεστε πιο δύσκολο να κλίνετε σε καλοσύνη με τους πιο κοντινούς σας ανθρώπους, καθώς είναι επίσης οι άνθρωποι που ξέρουν από πρώτο χέρι πώς να πατούν τα κουμπιά σας και να μειώνουν τη διάθεσή σας. Ωστόσο, η πραγματική δοκιμασία για την ικανότητά σας να ανταποκρίνεστε με καλοσύνη είναι το πώς συμπεριφέρεστε σε όσους βρίσκονται στον στενό σας κύκλο.

Αυτή την εβδομάδα, και όλο το καλοκαίρι φέτος, χρησιμοποιήστε το συνονόματό μας, Τυχαίες Πράξεις Καλοσύνης, ως σύνθημα για το πώς να συμπεριφέρεστε στους άλλους κάθε μέρα. Γίνετε πιο συνειδητοί για τους πιο κοντινούς σας ανθρώπους. Βρείτε ένα μικρό πράγμα που μπορείτε να κάνετε για καθένα από αυτά καθημερινά. Κάτι μικρό, αλλά με νόημα. Κάτι απλό, αλλά ευγενικό. Καμία τυχαία πράξη καλοσύνης δεν είναι πολύ μικρή για να επηρεάσει μια άλλη. Η συγκεντρωμένη προσπάθειά σας να κάνετε τον άμεσο κόσμο σας καλύτερο έχει μια κυματοειδή επίδραση στον ευρύτερο κόσμο γύρω σας. Πώς μπορείτε να ανταποκρίνεστε θαρραλέα με καλοσύνη σε καθημερινή βάση;

Συμβουλές για διαφορετικούς μαθητές

RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®

- Γράψτε τη φράση καλοσύνης στον σελιδοδείκτη και ζητήστε από τον μαθητή να την εντοπίσει εάν χρειάζεται.
- Συνδυάστε τους μαθητές κατά τη διάρκεια του τμήματος απόκρυψης του βιβλίου για να αυξήσετε την κατανόηση και την κατανόηση της δραστηριότητας.
- Υπενθυμίστε στους μαθητές να ΜΗΝ βάζουν τα ονόματά τους στους σελιδοδείκτες - είναι μυστικές εκπλήξεις για άλλους!



Μερίδιο

3-5 λεπτά

Παίξτε Happy! Ενθουσιασμένος! Εκπληκτος!

Οδηγίες:

Οι σύντροφοι στέκονται πλάτη με πλάτη και αποφασίζουν μεμονωμένα ποια από τις τρεις εκφράσεις θέλουν να κάνουν με το σώμα τους:

- Happy- 2 μπράβο
- Ενθουσιασμένη- γροθιά αντλείται στον αέρα
- Έκπληκτος- Δύο χέρια ανοιχτά μπροστά στο στήθος

Δείξτε πώς να παίξετε χρησιμοποιώντας έναν εθελοντή. Ο δάσκαλος θα μετρήσει μέχρι το τρία και μετά και οι δύο σύντροφοι θα γυρίσουν, δείχνοντας στον άλλο την έκφρασή τους. Αν το άλλο άτομο δεν ταιριάζει, δεν πειράζει! Δείξτε καλοσύνη με τα λόγια σας και προσπαθήστε ξανά! Επαναλάβετε τη δραστηριότητα 3 φορές και, στη συνέχεια, εμπορευτείτε τους συνεργάτες για να προσπαθήσετε ξανά.



Εμπνέω

Τι είναι οι Τυχαίες Πράξεις Καλοσύνης;

5-7 λεπτά

Εξηγήστε ότι μια τυχαία πράξη καλοσύνης είναι μια διασκεδαστική έκπληξη καλοσύνης που δίνεται σε κάποιον άλλο χωρίς να ξέρει ποτέ ότι ήσουν εσύ! Αυτές οι πράξεις καλοσύνης δεν ανακοινώνονται, δεν προγραμματίζονται και δεν ανταμείβονται. Κάνετε ευγενικά πράγματα για τους άλλους μόνο και μόνο επειδή θέλετε κάποιος άλλος να αισθάνεται καλά, όχι επειδή θέλετε να σας προσέξει κανείς. Το κόλπο για να ολοκληρώσετε τυχαίες πράξεις καλοσύνης είναι να μην σας πιάσουν. Το καλύτερο μέρος των τυχαίων πράξεων καλοσύνης είναι το πώς μας κάνει να νιώθουμε μέσα μας. Μπορεί να νιώθουμε ενθουσιασμένοι, γνωρίζοντας ότι κάποιος θα τα βρει σύντομα, να φοβόμαστε ότι κανείς δεν θα τα βρει όλα, ή ακόμα και περήφανοι επειδή κάνουμε μια καλή πράξη. Αυτό είναι το σώμα μας που μας λέει ότι κάνουμε κάτι που ωφελεί τους άλλους και τους εαυτούς μας!

To Kindness is Cooler, Mrs. Ruler από τη Margery Cuyler (10-12 λεπτά)
Σύνδεσμος Διαβάστε δυνατά: www.youtube.com/watch?v=et4KluESo0o
Αυτό το βιβλίο βοηθά να καταδείξει τι είναι μια τυχαία πράξη καλοσύνης και παρέχει συγκεκριμένα παραδείγματα για το πώς τα παιδιά μπορούν να την

RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®

εκτελούν για άλλους στην καθημερινή ζωή. Αφού διαβάσετε την ιστορία, ρωτήστε τα εξής:

- Τι είναι μια τυχαία πράξη καλοσύνης;
- Ποιες τυχαίες πράξεις καλοσύνης έκαναν τα παιδιά για τις οικογένειές τους;
- Πώς το να κάνουν τυχαίες πράξεις καλοσύνης βοήθησαν τα παιδιά να αλλάξουν τη στάση τους και να συμπεριφερθούν ξανά με ευγένεια στους άλλους;

Εάν το επιτρέπει ο χρόνος, σκεφτείτε κάποιους τρόπους με τους οποίους οι μαθητές μπορούν να κάνουν τυχαίες πράξεις καλοσύνης στην τάξη.

Θυμηθείτε, είναι τα μικρά πράγματα που μετράνε!

Κάθε μικρή πράξη καλοσύνης βοηθά να κάνουμε τον κόσμο μας καλύτερο!



Εξουσιοδοτώ

15 λεπτά

Σήμερα θα το κάνουμε/κάνουμε το δικό μας πρώτη τυχαία πράξη καλοσύνης μαζί ως τάξη. Εξηγήστε ότι κάθε μαθητής θα δημιουργήσει ένα σελιδοδείκτης ευγένειας. Στη συνέχεια, η τάξη θα πάει στη βιβλιοθήκη και θα κρύψει τους σελιδοδείκτες σε τυχαία βιβλία για να τους βρουν οι μελλοντικοί μαθητές όταν τους ελέγξουν. Όχι μόνο θα έχουν νέο σελιδοδείκτη, αλλά θα εμπνευστούν να μεταδώσουν την καλοσύνη και σε κάποιον άλλο!

- Κάθε μαθητής θα γράψει τη φράση, "Να είσαι ΕΥΓΕΝΙΚΟΣ και να το μεταδώσεις!" στον σελιδοδείκτη τους. Στη συνέχεια θα προσθέσουν μια καρδιά και θα απεικονίσουν το πίσω μέρος. Υπενθυμίστε τους να ΜΗΝ γράφουν τα ονόματά τους στους σελιδοδείκτες. Μια τυχαία πράξη καλοσύνης είναι ανώνυμη, πράγμα που σημαίνει ότι κανείς δεν ξέρει ποιος την έκανε!
- Τρυπήστε μια τρύπα στο επάνω μέρος του σελιδοδείκτη και δέστε ένα κομμάτι νήματος στην τρύπα. Βεβαιωθείτε ότι αυτό το μέρος προεξέχει από τα βιβλία καθώς τα κρύβετε στη βιβλιοθήκη.
- Τελευταίο αλλά εξίσου σημαντικό, κρύψτε τους σελιδοδείκτες! Εάν κάποιος σας πει ότι θα βρείτε ένα στο μέλλον, μην αποκαλύψετε το μυστικό ότι το έκρυψατε. Αντίθετα, ενθαρρύνετε τα να μεταδώσουν την καλοσύνη σε κάποιον άλλο!



Κατοπτρίζω

5-7 λεπτά

Συγκεντρωθείτε ως τάξη στην ώρα του κύκλου σας/την περιοχή της κοινότητάς σας.

Εξετάστε τις ακόλουθες ερωτήσεις:

- Πώς σας φάνηκε να φτιάξετε τους σελιδοδείκτες;
- Πώς σου φάνηκε να τα κρύβεις στη βιβλιοθήκη;
- Ποια θα πρέπει να είναι η επόμενη τυχαία πράξη καλοσύνης μας;

Οι τυχαίες πράξεις καλοσύνης είναι συχνά μεταδοτικές! Μπορεί να είναι εξίσου διασκεδαστικό να δίνεις μια τυχαία πράξη καλοσύνης όσο και να λαμβάνεις μια. Να έχετε τα μάτια σας ανοιχτά και να αναζητάτε τρόπους με τους οποίους μπορείτε να μεταδώσετε καλοσύνη καθημερινά. Η απόφασή σας να δώσετε καλοσύνη στους άλλους μπορεί απλώς να εμπνεύσει κάποιον άλλον να συνεχίσει αυτή την αλυσίδα καλοσύνης!



Ιδέες επέκτασης

- Οι Τυχαίες Πράξεις Καλοσύνης μπορούν και πρέπει να πραγματοποιηθούν πέρα από την τάξη. Ως τάξη, δημιουργήστε ένα διάγραμμα T και επισημάνετε τις ενότητες "οπίτι" και "πάρκο". Βρείτε ιδέες για να κάνετε τυχαίες πράξεις καλοσύνης και στις δύο τοποθεσίες. Ενθαρρύνετε τους μαθητές να κάνουν μια τυχαία πράξη καλοσύνης καθημερινά καθ' όλη τη διάρκεια του καλοκαιριού.

RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®



ΟΡΙΣΜΕΝΟ ΑΠΟ CASEL
ΩΣ ΣΥΝΙΣΤΩΜΕΝΟ
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ
ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΚΑΙ
ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗΣ
ΜΑΘΗΣΗΣ.

Η Συνεργασία για την Ακαδημαϊκή, Κοινωνική και Συναισθηματική Μάθηση (ΚΑΣΕΛ) εξετάζει προγράμματα SEL που βασίζονται σε στοιχεία από το 2003. Το Kindness in the Classroom® συναντά το Πρόγραμμα SElect της CASEL και περιλαμβάνεται στο Οδηγό CASEL για Αποτελεσματικά Προγράμματα Κοινωνικής και Συναισθηματικής Μάθησης.

Το Kindness in the Classroom® πληρούσε ή ξεπέρασε όλα τα κριτήρια της CASEL για υψηλής ποιότητας προγραμματισμό SEL. Το Kindness in the Classroom® έλαβε τον υψηλότερο χαρακτηρισμό της CASEL για υψηλής ποιότητας προγραμματισμό SEL.

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