

# Actes de gentillesse aléatoire: Style ninja !

C'est la dernière leçon de notre unité Courage. Il se concentre sur l'homonyme de toute l'organisation : Random Acts of Kindness. La classe placera des quartiers sur le sol à la récréation pour que les autres puissent les trouver lorsqu'ils se dirigeront vers la récréation !

## Concept(s) de gentillesse

Courage, Gentillesse, Aléatoire

## Calendrier de la leçon

45 minutes

## Matériaux nécessaires

- ☐ Craie de trottoir
- ☐ 1 rouleau de quartiers (peut utiliser des nickels ou des sous si nécessaire)
- ☐ Fiches
- ☐ Fournitures artistiques de base
- ☐ *Acte extraordinaire de Marie ordinaire* par Emily Pearson <https://youtu.be/-5ou2QWVpEk>

## Carte des normes

Cette leçon s'aligne sur les compétences CASEL, les normes nationales d'éducation sanitaire et les normes d'État de base communes. Veuillez vous référer au [Carte des normes](#) pour plus d'informations.



DÉSIGNÉ PAR CASEL  
COMME PROGRAMME RECOMMANDÉ  
POUR L'APPRENTISSAGE SOCIAL ET  
ÉMOTIONNEL.

Voir la dernière page pour les détails.

## Objectif de la leçon

Les étudiants vont :

- Accomplissez un acte de gentillesse au hasard.
- Expliquez qu'il faut du courage pour être gentil avec les autres sans être reconnu.

## Lien avec l'enseignant/Prendre soin de soi

Alors que nous nous dirigeons vers la dernière semaine de l'année scolaire, le courage de répondre avec gentillesse nous conduit hors de la salle de classe et de retour avec nos familles et amis alors que les vacances d'été se profilent dans un avenir pas si lointain. Avez-vous le courage de répondre avec gentillesse à la maison ? Parfois, il peut souvent sembler plus difficile de se pencher sur la gentillesse avec vos proches, car ce sont aussi les personnes qui savent de première main comment appuyer sur vos boutons et atténuer votre humeur. Cependant, le véritable test de votre capacité à répondre avec gentillesse est la façon dont vous traitez les personnes de votre entourage. Cette semaine et tout au long de l'été de cette année, utilisez notre homonyme, Random Acts of Kindness, comme devise pour savoir comment traiter les autres chaque jour. Devenez plus conscient des personnes les plus proches de vous. Trouvez une petite chose que vous pouvez faire pour chacun d'eux quotidiennement. Quelque chose de petit, mais significatif, quelque chose de simple, mais gentil. Aucun acte de gentillesse aléatoire n'est trop petit pour avoir un impact sur un autre. Votre effort concentré pour rendre votre monde immédiat meilleur a un effet d'entraînement sur le monde qui vous entoure. Comment répondre avec courage et bienveillance au quotidien ?

## Conseils pour les apprenants diversifiés

- Encouragez les élèves à faire des dessins gentils s'ils ont de la difficulté à écrire.
- Écrivez un début de phrase au tableau pour que les élèves puissent les recopier.

**RANDOM ACTS OF KINDNESS**  
FOUNDATION®

- Demandez aux élèves de dicter leurs phrases aimables pendant que l'enseignant les écrit.
- Rappelez aux élèves de NE PAS écrire leur nom à côté de ces phrases aimables ; ce sont des surprises secrètes pour les autres !



## Partager

5-7 minutes

À l'aide d'un bol d'eau et d'un sac de petits cailloux, expliquez comment chaque acte de gentillesse, même petit, provoque un effet d'entraînement. (Si les élèves ont terminé ce programme en 2e année, ils se souviendront de cette activité de l'année dernière avec enthousiasme !)

- Demandez à la classe de se rassembler autour du bol d'eau.
- Donnez une pierre à chaque enfant.
- Demandez à chaque enfant de partager un acte de gentillesse qu'il a accompli, en laissant tomber la pierre dans le bol pendant qu'il parle.
- Soulignez comment la pierre provoque de petites ondulations ou des vagues dans l'eau. Ces ondulations sont la gentillesse qui s'écoule de cette personne et dans le reste du monde. Lorsque nous sommes gentils, nous inspirons les autres à avoir le courage d'être gentils aussi !
- Répétez l'activité avec chaque élève.

Remarque : Assurez-vous que votre bol n'est pas trop plein, sinon il débordera de toutes les pierres à la fin de l'activité.



## Inspirer

### Que sont les actes de gentillesse aléatoires ?

5-7 minutes

Expliquez qu'un acte de gentillesse au hasard est une surprise amusante de gentillesse donnée à quelqu'un d'autre sans qu'il sache que c'était vous! Ces actes de gentillesse ne sont ni annoncés, ni planifiés, ni récompensés. Vous faites des choses gentilles pour les autres simplement parce que vous voulez que quelqu'un d'autre se sente bien, pas parce que vous voulez que quelqu'un vous remarque. Lisons un acte de gentillesse aléatoire d'une fille et comment il s'est répandu dans sa ville.

### **Acte extraordinaire de Marie ordinaire par Emily Pearson**

15 minutes

Lien de lecture à haute voix :



Kids Book Read Aloud: ORDINARY MARY'S EXTRAORDINARY DEED ...

Ce livre aide à illustrer comment un acte de gentillesse aléatoire peut provoquer une réaction en chaîne de gentillesse dans toute votre communauté ! Après avoir lu l'histoire, posez les questions suivantes :

- Quel acte de gentillesse aléatoire s'est produit au début de l'histoire ?
- Qu'est-ce qu'un acte de gentillesse aléatoire ?
- Comment l'acte de gentillesse original de Mary se propage-t-il ?

Si le temps le permet, faites un remue-méninges sur les façons dont les élèves peuvent accomplir des actes de gentillesse au hasard dans la salle de

**RANDOM ACTS OF KINDNESS**  
FOUNDATION®

classe. N'oubliez pas, ce sont les petites choses qui comptent ! Chaque petit geste de gentillesse contribue à rendre notre monde meilleur !



## Habiller

15 minutes

Aujourd'hui, nous allons faire notre premier acte de gentillesse au hasard ensemble en tant que classe. Expliquez que la classe placera au hasard des quartiers à l'extérieur de l'école pour que les autres puissent les trouver, accompagné d'un mot aimable. Remarque : si le coût est un problème, vous pouvez utiliser des nickels/centimes à la place.

### Étape 1:

Chaque élève écrira une simple note aimable sur une fiche pour que quelqu'un la trouve. Utilisez le démarreur de phrase, "Vous venez de recevoir un ACTE DE GENTILLESSE ALÉATOIRE ! Souriez et transmettez-le ! Les élèves peuvent ajouter des mots et des images supplémentaires pour le personnaliser.

### Étape 2:

Allez dans la cour de récréation, autour de l'extérieur de l'école et dans la rue si vous le souhaitez et laissez à chaque élève le temps de choisir où il veut laisser son quartier et sa note. À l'aide de craie, demandez-leur de dessiner plusieurs cercles décrivant leur quartier. Ils scotcheront ensuite leur note à côté du quart.

N'oubliez pas : ne dites à aucune des autres classes que c'est notre classe qui a écrit les messages et laissé l'argent ! Chaque acte de gentillesse aléatoire est fait sans reconnaissance. Le but est de répandre la gentillesse sans que personne ne sache que c'était vous.



## Refléter

5-7 minutes

Rassemblez-vous en classe dans votre temps de cercle/secteur communautaire. Passez en revue les questions suivantes :

- Qu'avez-vous ressenti en écrivant des messages pour les autres élèves ?
- Qu'est-ce que ça fait d'aller en récréation et d'observer d'autres personnes trouver de l'argent et des notes spéciales ?
- Quel devrait être notre prochain acte de gentillesse au hasard ?

*Les actes de gentillesse aléatoires sont souvent contagieux ! Il peut être tout aussi amusant de donner un acte de gentillesse au hasard que d'en recevoir un. Gardez les yeux ouverts et soyez à l'affût des moyens de répandre la gentillesse au quotidien. Votre décision de faire preuve de gentillesse envers les autres pourrait simplement inspirer quelqu'un d'autre à continuer cette chaîne de gentillesse !*



## Idées d'extension

- Encouragez les élèves à accomplir un acte de gentillesse au hasard par jour tout au long de l'été.

**RANDOM ACTS OF KINDNESS**  
FOUNDATION®

- À la maison, demandez aux familles de remplir un RAK en groupe. Demandez à chaque élève de revenir et de rapporter ce qu'il a fait et ce qu'il a ressenti !
- Invitez chaque élève à remplir un RAK pour quelqu'un dans sa maison et à rendre compte de la façon dont cela s'est passé.



DÉSIGNÉ PAR CASEL  
COMME PROGRAMME  
RECOMMANDÉ POUR  
L'APPRENTISSAGE SOCIAL  
ET ÉMOTIONNEL.

Le Collaboratif pour l'apprentissage scolaire, social et émotionnel (CASEL) examine les programmes SEL fondés sur des données probantes depuis 2003. Kindness in the Classroom® répond au programme SElect de CASEL et est inclus dans le Guide CASEL pour des programmes efficaces d'apprentissage social et émotionnel.

Kindness in the Classroom® a atteint ou dépassé tous les critères de CASEL pour une programmation SEL de haute qualité. Kindness in the Classroom® a reçu la plus haute distinction de CASEL pour une programmation SEL de haute qualité.

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