

Présentation de la classe

Mission RAK : Pour faire de la gentillesse la norme™ dans nos écoles, lieux de travail, maisons et communautés.

Bienvenue dans notre programme d'études secondaires ! Nous sommes ravis de vous aider, vous et vos élèves, à en savoir plus sur la gentillesse et à la diffuser dans votre communauté. À droite, les activités recommandées pour le jour 1 ; si vous avez le temps, les activités à la fin sont une façon amusante de communiquer avec vos élèves pendant qu'ils se préparent pour ce cours. L'auto-inventaire de gentillesse requis est ci-dessous.

Objectifs hebdomadaires

Les étudiants vont :

1. Comprendre la disposition et la structure du cours.
2. Aperçu du projet Kindness Capstone.

Ressources / Matériaux

- ☐ **Programme de classe**
- ☐ **Paquet de projet Capstone de gentillesse**
- ☐ **Auto-inventaire de gentillesse**

Réfléchir / Évaluer

Livrables :

- ☐ Points de participation quotidiens (5pts)
- ☐ **Entrée de journal de la semaine 1:** Que voulez-vous le plus apprendre dans ce cours et pourquoi voulez-vous l'apprendre ? Sur une échelle de 1 à 5 (1 faible ; 5 élevé), dans quelle mesure êtes-vous actuellement impliqué dans votre communauté ? Expliquez votre note. (5 points)

Partager : JOUR 1

Démarreurs de discussion :

- Que signifie la gentillesse pour vous ?
- Pourquoi vous êtes-vous inscrit à ce cours ?



Inspirer : JOUR 1

Lire: Guidez les élèves à travers le programme de cours. Répondre aux questions.



Montre: La science de la gentillesse

: <https://www.randomactsofkindness.org/kindness-videos/18-the-science-of-kindness>

- Quels exemples de gentillesse voyez-vous dans notre communauté ?
- Quel est un domaine de notre communauté que vous aimeriez desservir et pourquoi ?

Habiller : JOUR 1

- Présentez aux élèves le projet Kindness Capstone (voir le guide de l'enseignant pour plus de détails).
- Remplissez un auto-inventaire de gentillesse : (*Reviendra dans la semaine 15*)



Auto-inventaire de gentillesse :

- Fournissez une copie de l'auto-inventaire de la gentillesse ci-dessous.
- Accordez 5 à 7 minutes aux élèves pour le compléter.

Animer une discussion :

- Quel concept de gentillesse est votre plus fort ?
- Sur quel concept de gentillesse aimeriez-vous continuer à travailler tout au long de ce cours ? Expliquez votre réponse.

Assurez-vous que les élèves conservent leur inventaire jusqu'à la fin du cours !

*Voir les activités facultatives de la semaine 1 ci-dessous si votre première semaine d'école compte plus d'une journée.

Activités facultatives de la semaine 1

En classe, déterminez ce que vous **Règles de la classe** sera. Utilisez les six concepts de gentillesse pour aider à structurer les règles.

Demandez à chaque élève d'effectuer une **acte de bonté au hasard** et rendre compte au groupe de ce qu'ils ont fait et comment cela a été reçu (s'ils le savent). Consultez le site Web de RAK pour [idées de gentillesse](#).

Faire jouer les élèves **jeux brise-glace** pour faire connaissance. Plus ils se connaissent et se font confiance, plus ils partageront confortablement.

Regardez quelques-uns des [vidéos de gentillesse sur le site RAK](#) et discuter des projets qu'ils ont réalisés et de l'impact. Être inspiré!

Que ce soit en groupes ou individuellement, demandez aux élèves de lire, d'expliquer et de répondre à différents [citations sur la gentillesse sur le site RAK](#).

Sortez et **explorer!** En préparation pour le Capstone, faites une visite à pied de votre communauté. Commencez à indiquer diverses entreprises, lieux, bâtiments gouvernementaux ou services que les élèves devraient vérifier pour leur projet.

Auto-inventaire de gentillesse

Directions: Lisez chaque énoncé et classez-vous honnêtement sur une échelle de 1 à 5, 1 étant rarement ou jamais et 5 étant toujours ou régulièrement. Il est important que vous preniez le temps de répondre honnêtement après vous être donné le temps de réfléchir à chaque affirmation. Il s'agit d'un inventaire personnel et les résultats ne doivent pas être partagés directement avec qui que ce soit.

Après vous être évalué sous chaque concept, additionnez les scores et divisez par trois. C'est le nombre que vous ombrerez sur votre document d'inventaire de gentillesse (ci-dessous).

Concept de gentillesse #1—Respect

Déclaration

Auto-évaluation (1-5)

Je me traite quotidiennement avec respect de moi-même, y compris mes pensées et mes actions.

Je traite les autres avec respect au quotidien, y compris mes pensées et mes actions.

Je change rapidement mon comportement si je remarque que je suis irrespectueux.

Additionnez les trois colonnes et divisez par 3. Ceci est votre score de respect =

Concept de gentillesse n° 2 : bienveillance

Déclaration

Auto-évaluation (1-5)

Je prends du temps quotidiennement pour m'offrir des soins personnels de qualité, physiquement et mentalement.

Je me soucie des autres et de la communauté par la serviabilité, la compassion et l'empathie.

Je recherche les autres pour exprimer ma gratitude lorsque je reçois quelque chose de positif d'eux par des mots ou des actions.

Additionnez les trois colonnes et divisez par 3. Ceci est votre score de bienveillance =

Concept de gentillesse #3—Inclusion

Déclaration

Auto-évaluation (1-5)

J'apprécie les autres qui sont différents de moi et cherche à les honorer à travers mes paroles et mes actions.

J'utilise mes paroles et mes actions pour améliorer l'inclusivité dans des domaines qui

manquent peut-être dans mon école et ma communauté.

Je défends les autres qui sont exclus et je m'efforce de les aider à sentir qu'ils font partie du groupe, de l'école et de la communauté.

Additionnez les trois colonnes et divisez par 3. Ceci est votre score d'inclusivité =

Suite à la page suivante...

Concept de gentillesse #4—Intégrité

Déclaration

Auto-évaluation (1-5)

Je fais ce que je sais être juste et gentil dans toutes les situations.

Mes mots signifient quelque chose et les autres peuvent croire que ce que je dis est vrai.

Je persévère honnêtement pour atteindre de nouveaux objectifs, évitant la tentation de prendre des raccourcis quand les opportunités se présentent.

Additionnez les trois colonnes et divisez par 3. Ceci est votre score d'intégrité =

Concept de gentillesse #5—Responsabilité

Déclaration

Auto-évaluation (1-5)

J'assume la responsabilité de mes actions, à la fois positives et négatives, en m'efforçant d'arranger les choses quand elles ne le sont pas.

J'accepte la responsabilité de mes paroles et de mes actes au quotidien, évitant l'envie de rejeter la faute sur les autres.

J'utilise l'autodiscipline pour atteindre mes objectifs, même lorsqu'ils sont difficiles ou à long terme.

Additionnez les trois colonnes et divisez par 3. Ceci est votre score de responsabilité =

Concept de gentillesse #6—Courage

Déclaration

Auto-évaluation (1-5)

Je suis un leader serviteur dans mon école et ma communauté et je suis prêt à défendre ce en quoi je crois.

Je suis prêt à laisser les autres passer en premier, diriger et avoir la vedette, même si j'ai l'impression que je pourrais le faire mieux ou plus efficacement.

Je fais la promotion de la gentillesse dans notre école, dans ma maison et dans notre communauté.

Additionnez les trois colonnes et divisez par 3. Ceci est votre score de courage =

Suite à la page suivante...

Maintenant, copiez vos scores d'en haut dans les espaces ci-dessous.

Mes scores de concept de gentillesse sont :

Respect _____ Bienveillance _____ Inclusivité _____ Intégrité _____ Responsabilité _____ Courage _____

Pour visualiser vos scores, remplissez le graphique suivant en ombrant chaque concept de gentillesse de l'intérieur du cercle vers l'extérieur en utilisant la hiérarchie suivante :

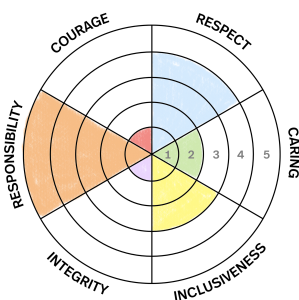
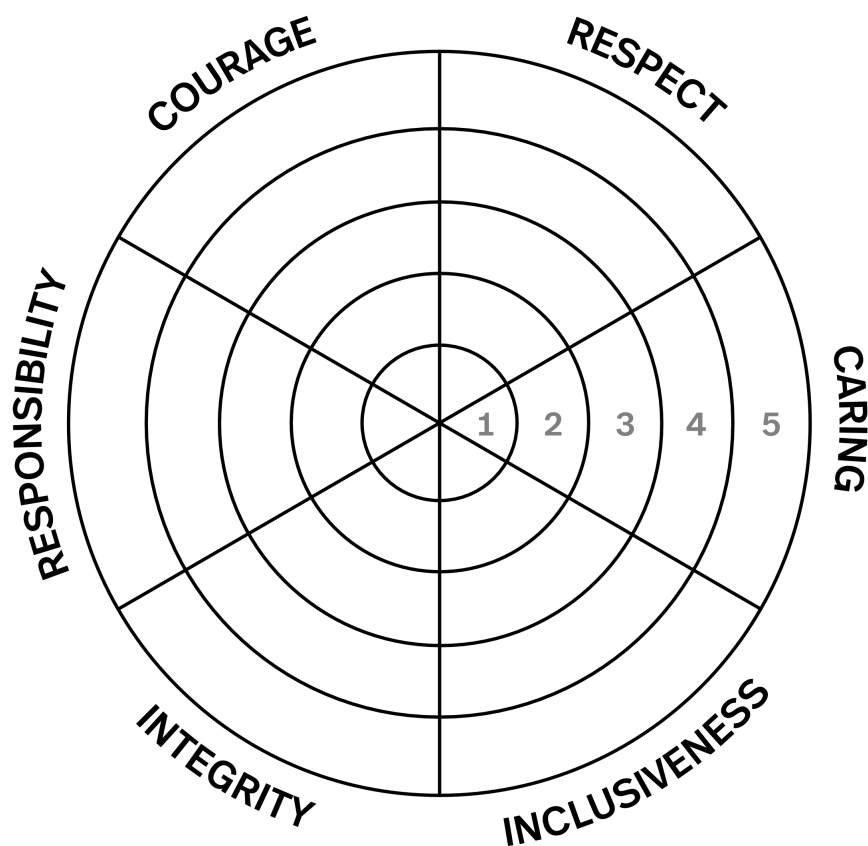
1 = faible

2 = Neutre

3 = Apprentissage

4 = Modéré

5 = Fort



Échantillon d'un inventaire de gentillesse complété avec les niveaux suivants :

Respect : Modéré, Bienveillance : Neutre, Inclusivité : Apprentissage, Intégrité : Faible, Responsabilité : Fort, Courage : Faible.