

Atti casuali di gentilezza:

Note da scrivania

Questa è l'ultima lezione della nostra unità Coraggio. Si concentra sull'omonimo dell'intera organizzazione: Random Acts of Kindness. La classe scriverà note adesive di incoraggiamento e le attaccherà a caso alla scrivania di un altro studente (potrebbero usare anche gli armadietti, se gli studenti ne hanno) affinché lo studente possa scoprirle in seguito. Insegnanti, valutate la possibilità di pre-assegnare gli studenti a classi o quadranti o file di banchi specifici nelle classi per garantire che tutti nel gruppo target ricevano una nota. Potresti anche riunire una squadra "spazzina" dei tuoi studenti naturalmente più empatici e disponibili che possono garantire che tutti siano inclusi.

Concetto/i di gentilezza

Coraggio, Gentilezza, Casualità

Orario della lezione

45 minuti.

Materiali richiesti

- ☐ Note adesive (sufficienti per ogni studente per avere 5 o 6 note)
- ☐ Penne, matite, materiale artistico per scrivere messaggi su foglietti adesivi.

Mappa degli standard

Questa lezione è in linea con le competenze CASEL, gli standard di educazione sanitaria nazionale e gli standard statali comuni. Si prega di fare riferimento al Mappa degli standard per maggiori informazioni.



DESIGNATO DA CASEL
COME PROGRAMMA CONSIGLIATO
PER L'APPRENDIMENTO SOCIALE ED EMOTIVO.
Vedere l'ultima pagina per i dettagli.

Obiettivo della lezione

Gli studenti:

- Completa un atto di gentilezza casuale.
- Spiega come ci vuole coraggio per essere gentili con gli altri senza essere riconosciuti.

Connessione insegnante / cura di sé

Mentre ci dirigiamo verso l'ultima settimana o giù di lì dell'anno scolastico, il coraggio di rispondere con gentilezza ci porta fuori dall'aula e torniamo con le nostre famiglie e amici mentre le vacanze estive incombono in un futuro non così lontano. Hai il coraggio di rispondere con gentilezza a casa? A volte, spesso può sembrare più difficile appoggiarsi alla gentilezza con le persone più vicine a te poiché sono anche le persone che sanno in prima persona come premere i pulsanti e smorzare il tuo umore. Tuttavia, la vera prova della tua capacità di rispondere con gentilezza è il modo in cui tratti le persone nella tua cerchia ristretta. Questa settimana, e per tutta l'estate di quest'anno, usa il nostro omonimo, Random Acts of Kindness, come motto su come trattare gli altri ogni giorno. Diventa più consapevole delle persone più vicine a te. Trova una piccola cosa che puoi fare per ognuno di loro ogni giorno. Qualcosa di piccolo, ma significativo; qualcosa di semplice, ma gentile. Nessun atto casuale di gentilezza è troppo piccolo per avere un impatto su un altro. Il tuo sforzo concentrato per rendere il tuo mondo immediato un posto migliore ha un effetto a catena sul mondo più vasto che ti circonda. Come puoi rispondere coraggiosamente con gentilezza ogni giorno?

Suggerimenti per studenti diversi

- Aiuta gli scrittori emergenti a scrivere i loro appunti in modo che il messaggio sia chiaro al destinatario.

RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®

- Prendi in considerazione l'utilizzo degli studenti più empatici, gentili e disponibili come "spazzini" per garantire che tutti nel gruppo target ricevano una nota di incoraggiamento e gentilezza.



Condividere

5-7 minuti

*Qualcuno qui ha mai avuto una bella sorpresa?
Cos'era e come ti ha fatto sentire?*

Invita le risposte degli studenti.

Ho sentito alcune sorprese davvero belle e alcune sensazioni divertenti come risultato! Quando qualcuno fa qualcosa di carino per te che non ti aspettavi, ti fa sentire amato, apprezzato e caldo dentro. E sai cosa, anche la persona che ha fatto quella cosa gentile per te sente quelle cose!



Ispirare

5-7 minuti

Oggi diventeremo RAKtivists - o attivisti di Random Acts of Kindness! Faremo qualcosa di piccolo che renderà la giornata di qualcun altro un po' più luminosa!

Cosa sono gli atti casuali di gentilezza?

Spiega che un atto casuale di gentilezza è una divertente sorpresa di gentilezza data a qualcun altro senza che loro sappiano che eri tu! Questi atti di gentilezza non sono annunciati, non pianificati e non premiati. Stai facendo cose gentili per gli altri solo perché vuoi che qualcun altro si senta bene, non perché vuoi che qualcuno ti noti. Il trucco per completare atti di gentilezza casuali è non farsi prendere.



Potenziare

15 minuti

Oggi scriveremo un breve messaggio di gentilezza a un altro studente su una nota adesiva e lo metterai segretamente sulla sua scrivania mentre quella classe è fuori dall'aula.

Sulla lavagna (o lavagna intelligente), ho alcune semplici frasi che puoi mettere sulla tua nota adesiva, insieme a una bella immagine se vuoi:

La nostra scuola è migliore perché tu sei qui!
Hai un bel sorriso!
Spero che stiate trascorrendo una bella giornata!
Rendi oggi fantastico come te!
Grazie per essere te stesso!

Se hai un'altra idea per una frase, per favore fammi sapere di cosa si tratta e posso aiutarti.

Non saprai su chi è la scrivania su cui stai mettendo la nota, quindi non preoccuparti di aggiungere il nome di qualcuno. Stai solo andando rapidamente, ma in modo sicuro, assicurati che la nota si attacchi e poi continua a muoverti!

Come insegnante, dovrai comunicare questo piano con l'altro insegnante di classe della classe che intendi incoraggiare. Assicurati che lui/lei sappia che stai entrando (possibilmente per assicurarti che la porta rimanga aperta e per comunicare l'orario migliore per entrare quando gli altri studenti sono fuori).



Riflettere

5-7 minuti

Trascorri un po' di tempo dopo chiedendo agli studenti come si sono sentiti a mettere il biglietto sui banchi. Parla di altri RAK che possono fare, a scuola o a casa. Ci sono molti elenchi online per aiutare a far ripartire le idee; la Fondazione RAK ha una buona lista di 10 (inclusa l'idea della nota adesiva) per avviare la

conversazione: <https://www.randomactsofkindness.org/the-kindness-blog/2933-10-kindness-week-ideas-for-schools>



Idee di estensione

- Gli atti casuali di gentilezza possono e devono essere eseguiti al di fuori della classe. Come classe, create una tabella a T ed etichettate le sezioni casa e parco. Brainstorm idee per fare atti casuali di gentilezza in entrambi i luoghi. Incoraggia gli studenti a compiere un atto casuale di gentilezza ogni giorno per tutta l'estate.
- Crea (o chiedi agli studenti di creare) un grafico "RAKtivist" che possono appendere al frigorifero a casa o nelle loro camere da letto. Chiedi loro di tenere traccia dei loro RAK e di fissare obiettivi (forse 5 RAK a settimana o 10 al mese, ecc.). Collabora con l'insegnante di assunzione della terza elementare per utilizzare i grafici per dare il via alla settimana di ritorno a scuola il prossimo autunno.



DESIGNATO DA CASL
COME PROGRAMMA
CONSIGLIATO PER
L'APPRENDIMENTO
SOCIALE ED EMOTIVO.

La collaborazione per l'apprendimento accademico, sociale ed emotivo (CASL) esamina i programmi SEL basati sull'evidenza dal 2003. Kindness in the Classroom® soddisfa il programma SElect di CASL ed è incluso nel CASL Guida a efficaci programmi di apprendimento sociale ed emotivo.

Kindness in the Classroom® ha soddisfatto o superato tutti i criteri CASL per una programmazione SEL di alta qualità. Kindness in the Classroom® ha ricevuto la più alta designazione di CASL per la programmazione SEL di alta qualità.

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

RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®