

Vänlighetskuponger

Den här lektionen fokuserar på hur vi kan reagera med vänlighet, och planera för presentvänlighet under hela veckan när familjemedlemmar bestämmer sig genom att använda en kupongbok.

Vänlighetskoncept

Ansvar, vänlighet, självdisciplin

Lektionens tidsram

45 minuter

Nödvändigt material

- ☐ Grundläggande konsttillbehör
- ☐ Kupongbokmall

Standardkarta

Den här lektionen överensstämmer med CASEL-kompetenser, nationella hälsoutbildningsstandarder och gemensamma centrala statliga standarder. Vänligen se [Standardkarta](#) för mer information.



DESIGNERAD AV CASEL
SOM ETT REKOMMENDERAT PROGRAM
FÖR SOCIALT OCH EMOTIONELLT LÄRANDE.
Se sista sidan för detaljer.

Lektionens mål

Eleverna kommer att:

- Identifiera sätt barnkan svara med vänlighet mot andra i en mängd olika situationer.
- Utöva snälla handlingar hemma.

Läroanslutning/Självvård

Det är ingen slump att den första hälften av ordet ansvar är ordetsvar. Vi är ansvariga för hur vi reagerar på andra. Även om det kan vara en kamp, är att svara i vänlighet en sann gåva som vi kan erbjuda till dem omkring oss. Det fina med detta svar är att det är helt gratis för både dig och mottagaren! En förändring i attityd, en justering i ditt perspektiv, ett djupt andetag innan du reagerar: alla dessa handlingar gör att du kan reagera med vänlighet oavsett situationen. Som sagt, vissa människor och situationer kan kräva att du gräver lite djupare för att trola fram den vänlighet som behövs för att hålla tonen uppe. Misströsta inte! Du kan leda med vänlighet i alla situationer. Nyckeln är att planera i förväg. Den här veckan, brainstorma tuffa situationer som ofta leder till att du kämpar med ett vänligt svar. Hur kan du lägga till ett vänligt ord i dessa scenarier? Här är några exempel för att få dina juicer att flöda.

- 1) Om någon är benägen att klaga, bygg upp dem med vänlighet och föreslå att de tar ett hugg för att skapa något för att fixa/justera/byta ut det område som är oroande.
- 2) Om ett teammöte ofta slutar med att båda sidor blir konfronterande, planera i förväg för att skriva ner alla medlemmars bidragande tankar och lyft sedan fram likheter inom gruppen för att öka inköpet.

Nu är det din tur. Hur kan du svara med vänlighet?

Tips för olika elever

- Låt eleverna rita bilder eller diktera snälla handlingar i sin kupongbok.
- Ge eleverna idéer att inkludera i sin kupongbok.



Dela med sig

3-5 minuter

Att bli ansvarsfulla medborgare i vår skola kräver mycket träning. Låt oss lyfta fram några sätt vi har varit ansvariga den senaste veckan:

- *Vilket är ett sätt du använde självdisciplin när vi går i hallarna?*
- *Vad är ett sätt du har gjort ansvarsfulla val med dina läxor?*
- *Vilket är ett sätt du kunde använda självdisciplin för att vänta på något när du verkligen ville ha det?*
- *Hur kunde du ta ansvar i vårt klassrum förra veckan?*

Alla dessa val är sätt vi kan svara med vänlighet mot oss själva, andra och vår miljö/rum!



Inspirera

Svara med vänlighet

7-10 minuter

Den första delen av ordet ANSVAR är egentligen SVAR. Ett svar är ett annat ord för val. Vi kan svara vänligt eller elakt. Vi kan välja snällhet eller elakhet. Du har detta val många gånger under dagen! Tänk tillbaka på i morse när var och en av oss kom till skolan. Vilka val gjorde du? Hur kunde du svara med vänlighet när du kom hit? (Jag valde vänliga ord med busschauffören, jag valde att hålla dörren öppen för andra osv.)

- Skapa ett diagram med tre kolumner på whiteboardtavlan. Märk avsnitten Elev, Lärare och Förälder.
 - Som en klass, brainstorma som många val som möjligt under varje rubrik. Hur kan var och en av oss svara med kärlek?
 - Påminn eleverna om att vi kan svara med vänlighet, även när andra väljer att vara elaka eller ovänliga! Det krävs självdisciplin för att visa vänlighet oavsett vad. Vi kan göra det!



Bemyndiga

20 minuter

Eleverna kommer att skapa personliga Kindness Coupon-böcker som deras familjer kan använda hemma som de tycker passar. Varje student måste designa minst 5 kuponger.

- Steg 1: Som en klass, brainstorma idéer om vänliga handlingar som kan genomföras hemma. Några idéer är att duka, plocka upp dina kläder, ge en kram, lägga undan ryggsäcken, hjälpa ett syskon osv.
- Steg 2: Varje elev väljer 5-10 (personligt val) kuponger att inkludera i sin bok. Varje kupong kan innehålla bilder och ord för mottagaren. Eleven kan diktera orden till en partner eller lärare om det behövs.
- Steg 3: Varje elev sätter ihop sin bok och skapar ett omslag.
- Steg 4: Eleverna kommer att ta med sig sin kupongbok hem och rapportera tillbaka om hur de görfamilj har använt kupongerna under hela veckan.

RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®



Reflektera

3-5 minuter

Att svara med vänlighet är ett val du kan göra varje dag. Det bästa stället att börja utöva denna vänlighet är hemma hos våra familjer. När vi ger vänlighet är det mer sannolikt att vi också tar emot den. Det finns ingen bättre tid att börja än nu!



Förlängningsidéer

- Denna aktivitet kan modifieras för att skapa en kupongbok för en specifik person i varje elevs familj. En familjemedlem som de kämpar för att komma överens med skulle kanske vara en bra mottagare!
- För att uppmuntra eleverna att använda kupongböckerna skapar du en anslagstavla som spårar hur många kuponger som har lösts in. Eleverna tar tillbaka varje kupong efter att den har använts. Sätt upp kupongen för att spåra vänligheten som sprids i alla hem!
- Kupongboken kan också vara en fin present till mammor eller pappor beroende på tidpunkten under ditt läsår!



DESIGNERAD AV CASEL
SOM ETT
REKOMMENDERAT
PROGRAM FÖR SOCIALT
OCH EMOTIONELLT
LÄRANDE.

Samarbetet för akademiskt, socialt och emotionellt lärande (CASEL) har granskat evidensbaserade SEL-program sedan 2003. Kindness in the Classroom® uppfyller CASELs SELECT-program och ingår i CASEL Guide till effektiva sociala och känslomässiga lärandeprogram.

Kindness in the Classroom® uppfyllde eller överträffade alla CASELs kriterier för högkvalitativ SEL-programmering. Kindness in the Classroom® fick CASELs högsta beteckning för högkvalitativ SEL-programmering.

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

This KINDNESS coupon is good for



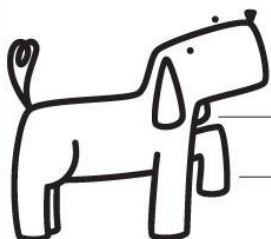
With love from _____

This KINDNESS coupon is good for



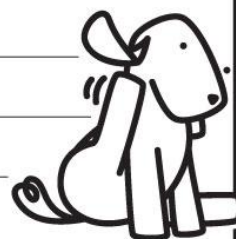
With love from _____

This KINDNESS coupon is good for



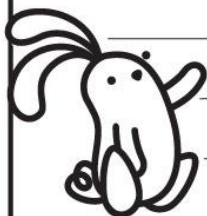
With love from _____

This KINDNESS coupon is good for



With love from _____

This KINDNESS coupon is good for



With love from _____

This KINDNESS coupon is good for



With love from _____

RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®

RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®