

# 恭敬聆听的涟漪

本课程将为学生提供尊重倾听的基本技能和关键要素。使用本课程提供的基本结构并结合独特的课堂需求。

**尊重子概念**  
自我照顾、善良

**课程时间**  
30-35 分钟

**所需材料**

- ❑ 莱西·沃克, 不间断的谈话者  
通过克里斯蒂安娜·琼斯
- ❑ 白板、黑板、在课堂上做笔记的大纸、智能板
- ❑ 仁慈池的宝石。如果没有石头, 请使用便士或其他物品。

**标准地图**

本课程符合 CASEL 能力、国家健康教育标准和共同核心州标准。请参阅**标准地图**了解更多信息。



由案件指定  
作为推荐计划  
用于社交和情感学习。  
详情请参阅最后一页。

## 课程目标

学生将:

- 确定尊重倾听的关键要素。
- 从小事中表现出尊重的倾听团体 以及在同学演讲期间。

## 教师联系/自我照顾

当我们深入学习这个单元时, 花点时间问自己: “我如何尊重自己? 我该如何练习自我保健?” 你必须先充实自己, 然后才能为学生提供任何东西! 尝试在每个上学日制定一个与自我保健相关的积极目标, 以确保您将自己的需求放在首位。一些例子可能是: “我选择在午休时间只专注于饮食, 而不是成绩卷!” 或者, “我选择每天早上在黑板上写下积极的肯定, 以提醒自己 (以及每个读到它的人), 我们每个人都是我们课堂和学校社区的宝贵成员。”

### 给不同学习者的建议

- 进修生或许可以简短讨论一下听和听的差别:  
<http://keydifferences.com/difference-Between-hearing-and-listening.html>
- ELL 学生可以分享如何说“listen”用他们的母语。
- 动觉学习者可以设计出象征学习的身体动作或手势, 并将其与字典定义联系起来。
- 来自说话时不直视别人眼睛的文化的学生 (美国原住民学生在文化上可能就是这样), 鼓励他们表现出他们正在以另一种方式倾听, 也许是低头、坐着不动、保持沉默。双手折叠或张开 (如下所示)。如果学生只是害羞, 你可以鼓励他们一些目光接触并将他们的眼睛集中在某个东西上, 告诉对方你正在注意, 即使你没有直视他们的眼睛。



## 分享

5-7分钟

在将“SILENT”一词写在黑板上, 或使用可以粘贴在黑板上、墙壁或毛毡板上的剪纸字母; 如果使用白板, 这也可以以数字方式完成。

谁能告诉我这个词说的是什么呢?

**RANDOM ACTS OF KINDNESS**  
FOUNDATION®

请学生反应。

是的！这就是“沉默”这个词。谁能告诉我们沉默这个词是什么意思？

请学生反应。

伟大的！什么时候我们应该保持沉默？什么是我们经常做 当我们沉默的时候？

请学生反应。理想情况下，这个问题促使学生说“听”。

现在，谁能看到隐藏在这个词中的秘密词吗？“沉默的” 我如果你重新排列字母？这和我们刚才说的事情有关！（这对于这个年级来说可能很棘手，所以老师可能不想在这里花太多时间。）经过一些猜测，老师重写、重新排列或以数字方式将字母从 *SILENT* 转换为 *LISTEN*。

谁能告诉全班同学“听”是什么意思吗？

请学生反应。

沉默和倾听这两个词有什么相似之处？

请学生反应。

什么样的品质才能成为一个好的倾听者？

请学生反应。将这些品质写在黑板上或可见的地方。

理想情况下，学生的答案将包括以某种方式使用他们的嘴、眼睛、手臂、腿来配合“授权”部分中解释的“餐食”缩写。



## 启发

10-12分钟

说明今天我们将讨论尊重的倾听，以及当我们用全身来倾听时如何向他人表达善意。请孩子们利用您刚才谈到并写下的品质来听故事。

读莱西·沃克，不间断的谈话者 作者: Christianne Jones 或观看大声朗读  
<https://www.youtube.com/watch?v=B98jUpgHBv4&t=>

供讨论的问题：

- 当莱西一直说话时发生了什么？
- 当莱西不得不保持沉默时发生了什么？她学到了什么？
- 当我们安静地倾听别人说话时，如何向我们倾听的人表示善意？（这可能是一个复杂的问题：让学生谈论给别人分享的机会，通过对别人感兴趣的事情感兴趣来表达我们的关心，而不是只做我们感兴趣的事情，等等。



## 赋能

10-12日 分钟

这项活动将使学生有机会练习用嘴、眼睛、手臂和腿进行全身聆听。请遵循下面建议的提示/对话，以促进全身聆听指导和角色扮演。

**RANDOM ACTS OF KINDNESS**  
FOUNDATION®

你知道我们用我们的整个身体来倾听吗？我们不仅仅使用我们的耳朵。我们还使用我们的嘴、我们的眼睛、我们的手臂和我们的腿！你可以通过思考这个词来记住这一点膳食：嘴、眼睛、手臂、腿。这有助于我们享受与另一个人的交谈，就像我们享受一顿美餐一样！

您可以这样做模型 在孩子们开始之前：

请求学生志愿者或与课堂助手一起演示：

我要请 \_\_\_\_\_ 告诉我(他或她)今天早上早餐吃什么。然后，我将用我的眼睛、耳朵、手臂和腿来倾听和回应。

首先，我将用我的眼睛注视\_\_\_\_\_眼睛。

其次，我用嘴重述我听到\_\_\_\_\_所说的话，或者就他/她所说的话提出问题。我也会微笑！

第三，我会用我的胳膊和腿做出开放、邀请的姿势，像这样：（站立，双腿分开约与肩的距离，双臂打开但向下放在身体两侧。）

这个姿势告诉\_\_\_\_\_我已经准备好听他/她的故事了！如果我像这样交叉双腿（双腿交叉）或者如果我像这样交叉双臂（交叉双臂）或者如果我眺望远方或皱着眉头，我会向\_\_\_\_\_传达我处于封闭状态的信息。我还没准备好听。因此，以一种友好、开放的姿势开始对话，看着对方的眼睛并微笑。

好的！让我们来练习！

与课堂助手进行简短的角色扮演，模拟全身倾听。

现在轮到你了。我将把你们分成三人一组。将会有有一个演讲者、一个听众和一个观察者(观看的人)。您将有机会完成所有三项工作。我希望你轮流与演讲者和听众就你今天早上早餐吃了什么进行简短的对话，就像\_\_\_\_\_和我刚刚所做的那样。我希望小组中的第三位成员观察说话者和听者之间的用餐情况。谈话结束后，观察者告诉小组听者如何使用他或她的嘴、眼睛、手臂和腿来听。然后轮换工作：观察者变成听者，听者变成说话者，说话者变成观察者。轮流直到每个人都完成所有三项工作。当我们完成后，我们将作为一个班级回来谈论我们的经历！



## 反映

5分钟

好吧，大家！让我们快速回顾一下。MEAL 代表什么？请学生反应。

伟大的！我们如何使用我们的嘴？我们如何使用我们的眼睛？我们如何使用我们的手臂和腿？每个问题后邀请学生回答。

当你使用全身聆听时，你有什么感受？当你是一名演讲者时，当你知道有人真正在听你说话时，你感觉如何？当我们倾听别人的意见时，我们如何表现出善意？

伟大的！今年我们将在课堂上使用餐食和全身聆听。你还记得莱西在学校当一名善于倾听者时得到了什么吗？是的！她获得了金星！好吧，当我看到学生使用良好的全身倾听时，我会放一个 金石进入我们的仁慈池塘！如果您发现其他人听得很好，您也可以在一天中的某些时间（也许是早上的会议或一天结束时）在仁慈池中放一块金石。有一个集装箱o就在我们装着尊敬的教室石头的容器旁边。让我们看看我们的池塘里能得到多少金石，就像我们想要红色善良石来尊重自己和他人一样。请记住，当我们善于倾听并仔细倾听他人时，我们就是在向他们表示尊重，就像我们作为帮助者或让他人参与我们所做的事情时所做的那样。我们良好的倾听会产生涟漪，并鼓励其他人也倾听。



## 扩展想法

- 请记住在整个月/学期内为尊重倾听的行为扔下金石。您可能想让学生有机会在一天中的指定时段掉落金石：上午会议、一天结束总结或午餐前/后等。
- 您可以让学生制作一张用餐海报，作为尊重倾听的视觉提示，并将其挂在教室里。
- 为了使这成为一堂数学课，您可以有一定数量的石头用于“听”（例如 50 块石头），并定期进行“石头计数”，以帮助您的学生了解池塘中有多少石头与“岸上”有多少石头在容器中。
- 为了使这成为一门科学课，您可以在石块掉落之前测量水位线，然后在石块掉落测量水位线，看看石块的质量取代了水多少。



由案件指定  
作为社交和情感学习的推荐  
项目。

学术、社交和情感学习协作组织(卡塞尔)自 2003 年以来一直在审查基于证据的 SEL 计划。Kindness in the Classroom® 符合 CASEL 的 SElect 计划, 并包含在CASEL 有效社交和情感学习计划指南。

Kindness in the Classroom® 达到或超过了 CASEL 高质量 SEL 编程的所有标准。Kindness in the Classroom® 获得了 CASEL 高质量 SEL 编程的最高称号。

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