

# 随机善举书签

这是我们勇气单元的最后一课。它重点关注整个组织的同名者——随机善行。班级将创建 RAK 书签并将其秘密隐藏在图书馆的书籍中以供其他人查找。

勇气子概念  
善良

课程时间  
45 分钟

所需材料  
☐ 颜色鲜艳的卡纸  
☐ 心形模板或剪下来  
☐ 纱  
☐ 打孔机  
☐ 基本美术用品

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：

- 完成随机的善举。
- 解释如何在不被认可的情况下善待他人需要勇气。

## 教师联系/自我照顾

当我们进入学年的最后一周左右时，在不远的将来暑假即将来临，善意回应的勇气带领我们走出教室，回到家人和朋友身边。你是否有勇气以善意回应家？有时，与最亲近的人保持友善常常会让人感觉更困难，因为他们也是最了解如何按下你的按钮并抑制你情绪的人。然而，对你善意回应能力的真正考验是你如何对待你的核心圈子里的人。

本周以及今年整个夏天，请使用我们的同名“随机善行”作为每天如何对待他人的座右铭。更加关注与您最亲近的人。每天为他们每个人找到一件你可以做的小事。一些小事，但很有意义；简单但善良的事情。任何随机的善举都不足以影响他人。你为让眼前的世界变得更美好而付出的集中努力会对你周围的更大世界产生连锁反应。你如何才能在日常生活中勇敢地做出善意的回应？

### 给不同学习者的建议

- 将善意的短语写在书签上，并在需要时让学生描画。
- 在藏书部分将学生配对，以增加对活动的理解和理解。
- 提醒学生不要把自己的名字写在书签上——它们会给别人带来秘密的惊喜！



## 分享

3-5分钟

玩得开心！兴奋的！惊讶！

指示：

伙伴们背靠背站在一起，分别决定他们想要用自己的身体做出以下三种表情中的哪一种：

**RANDOM ACTS OF KINDNESS**  
FOUNDATION®

- 快乐-竖起2个大拇指
- 兴奋——拳头在空中挥舞
- 惊讶-两只手在胸前张开

通过志愿者演示如何玩耍。老师数到三，然后双方转过身来，向对方展示自己的表情。如果其他人不匹配，那也没关系！用你的言语表达善意，然后再试一次！重复该活动3次，然后交易伙伴再试一次。



## 启发

什么是随机善举？

5-7分钟

解释一下随机的善意行为是在别人不知道是你的情况下给予他人的一种有趣的善意惊喜！这些善举不被宣布，不被计划，也不被奖励。你为别人做善事只是因为你想让别人感觉良好，而不是因为你想让别人注意到你。完成随机善举的秘诀是不要被抓住。随意的善举最好的部分是它如何让我们内心感受到。我们可能会感到兴奋，因为知道有人很快就会找到它，害怕没有人会找到全部，甚至因为我们做了一件好事而感到自豪。这是我们的身体在告诉我们，我们正在做一些有益于他人和我们自己的事情！

《仁慈更酷》，Margery Cuyler 的《统治者夫人》(10-12 分钟)

大声朗读链接：[www.youtube.com/watch?v=et4KluESoQo](https://www.youtube.com/watch?v=et4KluESoQo)

这本书有助于说明什么是随机的善意行为，并提供了孩子如何在日常生活中为他人做出善意的具体例子。读完故事后问以下问题：

- 什么是随机的善举？
- 孩子们为家人做了哪些随意的善举？
- 随机的善举如何帮助孩子们改变态度并再次友善地对待他人？

如果时间允许，集思广益一些学生可以在课堂上随机做出善举的方法。请记住，小事才是最重要的！

每一个小小的善举都有助于让我们的世界变得更加美好！



## 赋能

15分钟

今天我们将做我们的 全班第一次随机的善举。解释每个学生将创建一个善意书签。然后，全班同学会去图书馆，把书签藏在随机的书中，供以后的学生在借书时找到。他们不仅会得到一个新书签，而且还会受到启发，将善意传递给其他人！

- 每个学生都会写下这句话：“善待并传递下去！”在他们的书签上。然后他们会添加一颗心并说明背面。提醒他们不要将自己的名字写在书签上。随机的善举是匿名的，这意味着没有人知道是谁做的！
- 在书签顶部打一个孔，并将一根纱线绑在孔上。当您书籍藏在图书馆中时，请确保这部分突出于书籍之外。
- 最后但并非最不重要的一点是，隐藏书签！如果有人告诉你将来会找到一个人，不要泄露你隐藏的秘密；相反，鼓励他们善意传递给别人！



## 反映

5-7分钟

在您的圈子时间/社区区域以班级形式聚集。  
检查以下问题：

- 制作书签的感觉如何？
- 把它们藏在图书馆里感觉如何？
- 我们下一个随意的善举应该是什么？

随意的善举往往具有感染力！随机给予善意的行为与接受善意的行为一样有趣。睁大眼睛，每天寻找传播善意的方法。您向他人提供善意的决定可能会激励其他人继续这条善意链！



## 扩展想法

- 随意的善举可以而且应该在课堂之外进行。作为一个班级，创建一个 T 形图并将部分标记为“家”和“公园”。集思广益，想出在这两个地点随机做善事的想法。鼓励学生在整个夏天每天随机完成一项善举。



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/>