

Dankbarkeits-Schnitzeljagd

Diese Lektion führt die Schüler in das Konzept der Dankbarkeit ein und gibt ihnen die Möglichkeit zu verstehen, was Dankbarkeit für sie im alltäglichen, alltäglichen Leben bedeutet. Das Ziel dieser Aktivität besteht darin, den Schülern die kleinen Dinge bewusst zu machen, für die sie dankbar sind (oder vielleicht sein sollten) und dass Dankbarkeit keine große Geste sein muss; Wir können sogar für gewöhnliche Dinge dankbar sein.

Fürsorglicher Unter-Konzepte)

Mitgefühl, Dankbarkeit, Helffülle,
Freundlichkeit

Zeitraumen der Unterrichtsstunde

45 Minuten

Benötigtes Material

- ☐ Handout zur Schnitzeljagd
(beigefügt)

Standards-Karte

Diese Lektion richtet sich nach den CASEL-Kompetenzen, den National Health Education Standards und den Common Core State Standards. Bitte wende dich an die Standards-Karte für mehr Informationen.



**VON CASEL BEZEICHNET
ALS EMPFOHLENES PROGRAMM
FÜR SOZIALE UND EMOTIONALE LERNEN.**
Einzelheiten finden Sie auf der letzten Seite.

Unterrichtsziel

Die Schüler werden:

- Definieren Sie Dankbarkeit.
- Erkennen Sie verschiedene Dinge, für die sie dankbar sind.
- Zeigen Sie Dankbarkeit gegenüber denen, die Hilfsbereitschaft zeigen.

Lehrerverbindung/Selbstfürsorge

Hilfsbereitschaft. Allein das Wort kann sowohl positive als auch negative Bilder in den Sinn bringen. Sind Sie der Typ, der Ihnen bei allem hilft? Oder sind Sie jemand, der es vermeidet zu helfen, weil Sie scheinbar keine Zeit dazu finden? Für die Selbsterhaltung in diesem Beruf ist es wichtig, ein Gleichgewicht zwischen Hilfsbereitschaft und Hilfsbereitschaft zu finden.

Das Festlegen und Aufrechterhalten klarer Grenzen zu Ihrem Team, Ihrer Schule und ja, sogar zu Ihrer eigenen Familie wird Ihnen helfen, Ihre Zeit besser zu organisieren, sodass Sie entweder die von Ihnen bereitgestellte Hilfe reduzieren oder Zeit finden können, sich tatsächlich für mehr zu engagieren Anlässe. Hilfsbereitschaft ist eine tolle Charaktereigenschaft, kann aber von Lehrern oft überschätzt werden. Melden Sie sich zu Wort, wenn Sie Steuern zahlen müssen.

Niemand mag einen mürrischen Helfer! Brauchen Sie Ideen, WIE Sie Nein sagen können?

Schauen Sie sich diese Ressource

an: <http://teacherhabits.com/efficient-way-teachers-say-no/>

Tipps für vielfältige Lernende

- Aktivieren Sie Untertitel für das Video für Schüler mit HörvermögenEinschränkungen.

- Das Handout enthält Platz für Schüler, in denen sie ihre Ideen zeichnen können, wenn sie sich nicht wohl dabei fühlen, darüber zu schreiben.
- Berücksichtigen Sie den sozioökonomischen Hintergrund der Studierenden; Schülern in Armut fällt es möglicherweise schwerer, an alltägliche Dinge zu denken, für die sie dankbar sein können. Leiten Sie daher die Diskussion dort, wo es nötig ist, um sicherzustellen, dass alle Beiträge der Schüler geschätzt bzw. wertgeschätzt werden.
- Beachten Sie die körperlichen Einschränkungen der Schüler. Wenn es beispielsweise Schüler im Rollstuhl gibt, die nicht laufen können, könnte es hilfreich sein, sich für Beine zu bedanken, die laufen und rennen können. Siehe Hinweise unten.



Aktie

5-7 Minuten

- Fragen Sie die Schüler, was ihrer Meinung nach das Wort Dankbarkeit bedeutet. Notieren Sie Schlüsselwörter aus ihren Definitionen an der Tafel oder projizieren Sie sie auf dem Smartboard.
- Sagen Sie den Schülern, dass Sie eine Definition von Dankbarkeit verfassen werden, die auf den von Ihnen notierten Schlüsselwörtern basiert. Beginnen Sie die Definition wie folgt: Dankbarkeit bedeutet: (dankbar, froh, dankbar, glücklich für das, was du hast).
 - Wählen Sie etwa drei Schlüsselemente aus, die Sie in die Definition integrieren können. Halten Sie sie einfach, damit sich die Schüler daran erinnern können.
 - Verknüpfen Sie Dankbarkeit mit Ihrer Einstellung: Dankbarkeit empfinden = positive Einstellung.

ICH In dieser Lektion erfahren wir mehr über Dankbarkeit und die verschiedenen Dinge, für die wir dankbar sind, insbesondere die kleinen Dinge, von denen wir nicht wissen, dass wir dankbar sind. Manchmal bezeichnen wir dies als „selbstverständlich“. Wir gehen einfach davon aus, dass uns alle Dinge, die wir brauchen und lieben, immer zur Verfügung stehen werden, und sehen sie daher nicht mehr als etwas Besonderes an. Aber eigentlich sind die meisten Dinge, die wir täglich haben und genießen, etwas Besonderes, und wir würden sie vermissen, wenn sie weg wären!

Welche Dinge würden Sie vermissen oder wären traurig, wenn sie jetzt verschwinden würden?

Bitten Sie die Studierenden um eine Antwort.

Verknüpfen Sie Dankbarkeit mit Fürsorge: Oftmals sind die Menschen und Dinge, die wir schätzen, Menschen und Dinge, die auf irgendeine Weise dabei helfen, sich um uns und unsere Bedürfnisse zu kümmern.



Inspirieren

5-7 Minuten

Sehen Sie sich „25 Gründe, dankbar zu sein“ von Kid President auf YouTube an [3:46] – <https://www.youtube.com/watch?v=yA5Qpt1JRE4>

Dies ist ein lustiges Video, das Kindern Spaß macht. Kid President macht einen guten Job, indem er alltägliche, alberne Dinge herauspickt, für die er dankbar ist. Dadurch werden Ihre Schüler auch über alltägliche Dinge nachdenken, für die sie dankbar sein können.

Wenn Sie keinen Zugang zu einem Smartboard, dem Internet oder anderen Mitteln haben, um das Video zu zeigen, können Sie die folgende Liste von Alltagsgegenständen verwenden, um Ihre Schüler zum Nachdenken anzuregen (oder Schülerbeispiele aus ihren obigen Antworten verwenden):

- Wasserfontänen in der Schule, die uns jederzeit sauberes Wasser zum Trinken geben.
- Schlafen (Unser Gehirn braucht die Chance, neu zu starten! Können Sie sich vorstellen, dass Sie nie geschlafen hätten?!)
- Zähne (wie würden wir sonst essen?)
- Finger (Wie wäre das Leben anders, wenn du keine Finger hättest?)
- Farben
- Busfahrer
- Besteck
- Lieblingessen
- Wochenenden!

Wenn Sie körperliche Eigenschaften auflisten, für die wir dankbar sind, denken Sie an Schüler mit körperlichen Einschränkungen, Behinderungen oder Unterschieden. (Wenn sie zum Beispiel im Rollstuhl sitzen, sind Schuhe möglicherweise nicht so wichtig; oder wenn es einen Schüler mit einer körperlichen Deformierung der Hände gibt, sind die Finger möglicherweise nicht für die Aufzählung geeignet.) Das soll nicht entmutigen Andere Schüler ohne diese Einschränkungen sind nicht dankbar für ihre Fähigkeiten, aber es ist wichtig, sensibel gegenüber allen Lernenden zu sein.



Ermächtigen

10-15 Protokoll

Das Ziel dieser Aktivität besteht darin, den Schülern die kleinen Dinge bewusst zu machen, für die sie dankbar sind (oder vielleicht sein sollten).

Das war eine lustige Liste von Kid President, nicht wahr? Wir werden uns bedankenSchnitzeljagdHeute. Verwenden Sie das beigefügte Handout, um sich Notizen zu kleinen Dingen zu machen, für die Sie hier in der Schule (oder zu Hause, wenn dies am Ende des Tages erledigt wird) dankbar sind. Kreuzen Sie den Punkt an, wenn Sie etwas sehen oder erleben, wofür Sie dankbar sind, und schreiben Sie entweder auf, wofür Sie dankbar sind, oder zeichnen Sie ein kurzes Bild davon. Beim (Abschluss- oder Morgen-)Treffen werden wir unsere Schnitzeljagd-Entdeckungen teilen!



Reflektieren

5 Minuten

RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®

Dankbarkeit klingt sehr nach dem, was wir in unserer letzten Einheit gelernt haben: RESPEKT und FREUNDLICHKEIT. Wussten Sie, dass Sie glücklicher sind, wenn Sie dankbar oder dankbar sind? Wissenschaftler haben gezeigt, dass das Erkennen, wenn wir dankbar sind, unser Gehirn dazu veranlasst, sich glücklich zu fühlen. Die Wissenschaft zeigt, dass wir auch glücklich sind, wenn wir für andere gute Dinge tun, um sie glücklich zu machen, und wenn wir uns um sie kümmern. Diese Ideen hängen alle zusammen! Ist das nicht cool?! Ist Ihnen aufgefallen, dass Sie sich heute glücklicher fühlten, weil Sie auf der Suche nach Dingen waren, für die Sie dankbar waren? Was wäre, wenn wir Zeit damit verbringen würden, all die Dinge, die wir haben oder erleben dürfen, wirklich zu schätzen? Wie können wir anderen gegenüber Dankbarkeit zeigen, wenn sie hilfsbereit und freundlich sind?



VON CASEL BEZEICHNET
ALS EMPFOHLENES
PROGRAMM FÜR SOZIALE
UND EMOTIONALE
LERNEN.

Die Zusammenarbeit für akademisches, soziales und emotionales Lernen (CASEL) überprüft seit 2003 evidenzbasierte SEL-Programme. Kindness in the Classroom® entspricht dem SElect-Programm von CASEL und ist im enthalten CASEL-Leitfaden für effektive soziale und emotionale Lernprogramme.

Kindness in the Classroom® erfüllte oder übertraf alle CASEL-Kriterien für hochwertige SEL-Programme. Kindness in the Classroom® erhielt die höchste Auszeichnung von CASEL für hochwertige SEL-Programme.

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

Dankbarkeit = Positive Einstellung!

Welche Dinge sind Ihnen heute aufgefallen, von denen Sie gar nicht wussten, dass Sie dafür dankbar sind?

Halten Sie noch heute Ausschau nach den folgenden Dingen!

Beachten Sie, wie Sie sich fühlen, wenn Sie an Dinge denken, für die Sie dankbar sind.

Etwas Kleines, für das Sie dankbar sind:	Etwas GROSSES, für das Sie dankbar sind:	Eine Person, für die Sie dankbar sind:	Ein Raum, für den Sie dankbar sind:	Eine Regel, die du bist dankbar für:
Ein Duft, für den Sie dankbar sind:	Ein Schulmaterial, für das Sie dankbar sind:	Ein Essen, für das Sie dankbar sind:	Ein Tier, für das Sie dankbar sind:	Ein Schulfach, für das Sie dankbar sind:
Ein Kleidungsstück, für das Sie dankbar sind:	Eine Person in der Schule, für die Sie dankbar sind:	Ein besonderer Ort, für den Sie dankbar sind:	Ein Freund, für den Sie dankbar sind:	Eine Person zu Hause Du bist dankbar für: