

# The Ripples of Kindness

Αυτό το μάθημα θέτει τα θεμέλια για το επόμενο έτος. Η δημιουργία μιας τάξης με σεβασμό και ευγένεια θα προσφέρει ένα ασφαλές και διασκεδαστικό περιβάλλον μάθησης. Χρησιμοποιήστε τη βασική δομή που παρέχεται σε αυτό το μάθημα και ενσωματώστε μοναδικές ανάγκες στην τάξη.

## Υπο-έννοια σεβασμού

Αυτοφροντίδα, Καλοσύνη

## Χρονοδιάγραμμα μαθήματος

35-40 λεπτά

## Απαιτούμενα Υλικά

- ☐ Καθε Καλοσύνη της Jacqueline Woodson
- ☐ Μεγάλο μπολ που χωράει νερό
- ☐ Μία πέτρα ανά μαθητή. Αυτό μπορεί να είναι μια φυσική πέτρα ή μπορείτε να βάψετε τις πέτρες με σπρέι κόκκινο (κάθε πέτρα στα μελλοντικά μαθήματα έχει ένα συγκεκριμένο χρώμα για να διαφοροποιήσετε εύκολα τις διάφορες ευγενικές πράξεις που παρατηρούνται και υπολογίζονται με την πτώση της πέτρας). Εάν δεν υπάρχουν πέτρες, αντικαταστήστε τα με μικρά χρωματιστά αντικείμενα (Lego, νομίσματα, μπάλες κ.λπ.)

## Χάρτης προτύπων

Αυτό το μάθημα ευθυγραμμίζεται με τις Ικανότητες CASEL, τα Εθνικά Πρότυπα Αγωγής Υγείας και τα Κοινά Βασικά Πρότυπα Πολιτείας. Ανατρέξτε στο [Χάρτη προτύπων](#) Για περισσότερες πληροφορίες.



ΟΡΙΣΜΕΝΟ ΑΠΟ CASEL  
ΩΣ ΣΥΝΙΣΤΩΜΕΝΟ  
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ  
ΓΙΑ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΚΑΙ



## Στόχος μαθήματος

Οι μαθητές θα:

- Μάθετε βασικούς τρόπους για να δείξετε καλοσύνη και σεβασμό στην τάξη και στο μαθησιακό περιβάλλον.

## Σύνδεση Δασκάλου/Αυτοφροντίδα

Είναι εξαιρετικά σημαντικό να είστε ευγενικοί με τον εαυτό σας ως δάσκαλος προτού να περιμένετε να μοιράζεστε το ίδιο επίπεδο σεβασμού μέσα στην τάξη σας. Πώς ασκείτε τον αυτοσεβασμό προσωπικά; Η τροφοδοσία του σώματός σας, η διασφάλιση του κατάλληλου ύπνου και η χάραξη λίγης ώρας ησυχίας κάθε μέρα είναι καταπληκτικές επιλογές για να είμαστε ευγενικοί μαζί σας κατά την προετοιμασία για την τάξη σας κάθε μέρα.

## Συμβουλές για διαφορετικούς μαθητές

- Εικονογραφήστε τις επιλογές στη λίστα
- Γράψτε τη λίστα στα αγγλικά και σε άλλη γλώσσα, ειδικά αν υπάρχουν μαθητές ELL στην τάξη.
- Προσαρμόστε τον αριθμό των επιλογών με βάση την ικανότητα και το μέγεθος της τάξης. 12 επιλογές μπορεί να είναι πάρα πολλές για να θυμούνται/επεξεργάζονται οι μαθητές σας.

## Μερίδιο

5-7 λεπτά

*Τι σημαίνει η λέξη «ευγένεια»; Μην χρησιμοποιείτε τη λέξη για να το ορίσετε!*

Γράψτε έναν ορισμό στον πίνακα ή πληκτρολογήστε τον στον έξυπνο πίνακα.

**RANDOM ACTS OF KINDNESS**  
FOUNDATION®

**ΣΥΝΔΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗ  
ΜΑΘΗΣΗ.**

Δείτε την τελευταία σελίδα  
για λεπτομέρειες.

*Μοιραστείτε μια στιγμή που κάποιος έκανε κάτι καλό για εσάς. Περιγράψτε  
πώς σας έκανε να νιώσετε. Τι γίνεται με τη λέξη «σεβασμός»; Τι σημαίνει  
αυτό?*

Γράψτε τον ορισμό.



## Εμπνέω

12-15 λεπτά

Σήμερα θα ακούσουμε μια ιστορία για τις επιλογές ενός κοριτσιού και πώς επηρέασαν ένα άλλο κορίτσι στην τάξη του. Καθώς διαβάζουμε/ακούμε, θέλω να προσέχετε προσεκτικά τις επιλογές που έγιναν και τις πράξεις καλοσύνης και σεβασμού (ή ασέβειας).

Διαβάστε ή ακούστε [Κάθε Καλοσύνη](#) της Jacqueline Woodson. Μιλήστε για το πώς οι επιλογές που έκαναν τα κορίτσια επηρέασαν τη νέα μαθήτριά. Ρωτήστε τους μαθητές ποιες άλλες επιλογές θα μπορούσαν να έχουν κάνει οι μαθητές για να κάνουν τον νέο μαθητή να νιώσει περισσότερο καλώς ΗΡΘΑΤΕ.



## Εξουσιοδοτώ

15-20 λεπτά

Αυτή η δραστηριότητα αντικατοπτρίζει αυτή του βιβλίου *Κάθε Καλοσύνη*, που επιτρέπει στους μαθητές να ρίξουν μια πέτρα σε έναν κουβά ή ένα δοχείο με νερό και να παρατηρήσουν και να συζητήσουν το φαινόμενο κυματισμού.

Kindness Pond: Φέρτε ένα μεγάλο μπολ με νερό που μπορεί να φιλοξενήσει κάθε μαθητή που ρίχνει μια μικρή πέτρα και επίσης φιλοξενήστε τον δάσκαλο (και πιθανώς μαθητές) προσθέτοντας επιπλέον πέτρες σε όλη τη διάρκεια ολόκληρης της Ενότητας RESPECT (δείτε άλλα μαθήματα για το πώς η Καλοσύνη Η λίμνη θα ενσωματωθεί περαιτέρω).

Κάθε μαθητής παίρνει μια μικρή πέτρα, λέει κάτι ευγενικό που έκανε εκείνη την ημέρα ή πρόσφατα και ρίχνει την πέτρα στο νερό για να δείξει το κυματιστικό αποτέλεσμα της ευγενικής του πράξης. Ενθαρρύνετε τους μαθητές να σκεφτούν μια ευγενική πράξη που έκαναν πρόσφατα (έναντι πολύ καιρό πριν) και υπενθυμίστε τους, όπως υπενθύμισε η Κλόη, ότι μπορεί να είναι πολύ μικρό πράγμα που έκαναν (κρατήστε μια πόρτα ανοιχτή για κάποιον, χαμογελάστε σε συμμαθητή κ.λπ.). Αν κάποιος δεν μπορεί να σκεφτεί μια ευγενική πράξη, δώστε του την ευκαιρία να δηλώσει μια καλοσύνη που βίωσαν οι ίδιοι, παρατήρησαν ότι κάποιος άλλος έκανε ή που θα προσπαθήσει να κάνει πριν το τέλος της ημέρας. Υπενθυμίστε στους μαθητές ότι ακόμα κι αν δεν αισθάνονται ότι έχουν κάνει ευγενικές επιλογές μέχρι στιγμής σήμερα, μπορούν πάντα να επιλέξουν την ευγένεια προχωρώντας. Η ευγένεια είναι πάντα μια επιλογή και έχουν άπειρες ευκαιρίες να κάνουν ευγενικές επιλογές κάθε μέρα.

Φροντίστε να συζητήσετε το φαινόμενο του κυματισμού και να μιλήσετε για το πώς μια ευγενική πράξη μπορεί να οδηγήσει σε μια άλλη ευγενική πράξη.



## Κατοπτρίζω

3-5 λεπτά

Η λίμνη καλοσύνης μας θα είναι μέρος της τάξης μας για ολόκληρη την ενότητα RESPECT και ίσως περισσότερο! Θέλω έναν τρόπο για να βλέπουμε φυσικά πόσες ευγενικές πράξεις σεβασμού κάνουμε στη δεύτερη δημοτικού και κάθε φορά που ρίχνουμε μια πέτρα θέλω να σκεφτόμαστε πώς η ευγενική και σεβαστή πράξη μας μπορεί να επηρεάσει θετικά τους άλλους ανθρώπους. Αυτό είναι το φαινόμενο κυματισμού για το οποίο μιλήσαμε. Κάθε φορά που κάνετε κάτι που δείχνει καλοσύνη και σεβασμό σε κάποιον άλλο, του δίνετε ένα συναίσθημα που διαρκεί και τους εμπνέετε να κάνουν κάτι ευγενικό και με σεβασμό για κάποιον άλλο.

Σκεφτείτε πόσο ευγενική και με σεβασμό θα ήταν η τάξη μας, το σχολείο μας, ακόμα και ο κόσμος μας, αν κάναμε έδειχνε καλοσύνη και σεβασμό στον Ευόλοι οι άλλοι! Αυτός θα είναι ο στόχος μας φέτος. Κάθε φορά που βλέπετε τη λίμνη καλοσύνης μας, σκεφτείτε να κάνετε κάτι ευγενικό και με σεβασμό. Και, κάθε φορά που σας βλέπω όλους να κάνετε κάτι καλό και με σεβασμό, θα ρίχνω άλλη μια πέτρα στη λίμνη. Αν δείτε τους άλλους να είναι ευγενικοί και με σεβασμό, μπορείτε επίσης να ρίξετε μια πέτρα! Ας δούμε πόσες πέτρες καλοσύνης μπορούμε να πάρουμε στη λίμνη μας αυτόν τον μήνα!



## Ιδέες επέκτασης

- Για να γίνει αυτό ένα μάθημα μαθηματικών, θα μπορούσατε να έχετε έναν καθορισμένο αριθμό λίθων για «ευγένεια και σεβασμό» (περίπου 50 πέτρες) και να κάνετε ένα κανονική «καταμέτρηση λίθων» το Βοηθήστε τους μαθητές σας να δουν πόσες πέτρες υπάρχουν στη λιμνούλα έναντι αφημένες «στην ακτή» στο δοχείο. Εάν υπάρχουν 50 πέτρες για να ξεκινήσετε και έχετε 18 μαθητές που ρίχνουν από μια πέτρα ο καθένας, πόσες πέτρες έχουν απομείνει; Μπορείτε επίσης να μετρήσετε πέτρες στο τέλος της εβδομάδας, για να προσδιορίσετε πόσες άλλες έχουν πέσει.
- Για να γίνει αυτό ένα μάθημα επιστήμης, μπορείτε να μετρήσετε τη γραμμή του νερού πριν πέσουν οι πέτρες. Στη συνέχεια, μετρήστε τη γραμμή νερού αφού πέσουν οι πέτρες για να δείτε πόσο η μάζα των λίθων έχει εκτοπίσει το νερό.
- Μπορείτε είτε να εξηγήσετε στους μαθητές είτε απλώς να προσέχετε ως δάσκαλος ότι το νερό μπορεί τελικά να ξεχειλίζει από το μπολ εάν προστεθούν αρκετές πέτρες καλοσύνης. Εάν/όταν συμβεί αυτό, θεωρήστε ότι η τάξη «ξεχειλίζει» από καλοσύνη. Μπορεί ακόμη και να έχετε μια στοχευμένη γιορτή για να τραβήξετε την προσοχή και να το γιορτάσετε!



ΟΡΙΣΜΕΝΟ ΑΠΟ CASEL  
ΩΣ ΣΥΝΙΣΤΩΜΕΝΟ  
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

Η Συνεργασία για την Ακαδημαϊκή, Κοινωνική και Συναισθηματική Μάθηση (ΚΑΣΕΛ) εξετάζει προγράμματα SEL που βασίζονται σε στοιχεία από το 2003. Το Kindness in the Classroom® συναντά το Πρόγραμμα SElect της CASEL και περιλαμβάνεται στο Οδηγός CASEL για Αποτελεσματικά Προγράμματα Κοινωνικής και Συναισθηματικής Μάθησης.

Το Kindness in the Classroom® πληρούσε ή ξεπέρασε όλα τα κριτήρια της CASEL για υψηλής ποιότητας προγραμματισμό SEL. Το Kindness in the Classroom® έλαβε τον υψηλότερο χαρακτηρισμό της CASEL για υψηλής ποιότητας προγραμματισμό SEL.

**RANDOM ACTS OF KINDNESS**  
FOUNDATION®

