

# Gentillesse - Partie 1

Ce mois-ci, nous nous concentrons sur la gentillesse. Bien qu'il s'agisse techniquement d'un sous-concept de Courage, nous avons choisi d'y consacrer un mois entier compte tenu de nos besoins actuels en tant que communauté. Les activités ci-dessous vous permettront d'infuser votre classe au quotidien si vous le souhaitez. Toutes ces activités sont spécifiquement conçues pour fonctionner dans un environnement d'apprentissage à distance.

## Mini-leçons

**Leçon de classe  
entière**  
30 minutes

START  
HERE

### La gentillesse dans la ronde

Pour s'entraîner à utiliser le courage par la gentillesse, la classe jouera à un jeu appelé "Catch the Kindness". À l'aide de bâtons de popsicle (ou d'un autre sélecteur de nom aléatoire), appelez le nom d'un élève. Ils choisissent ensuite un nombre entre 1 et 3.

- #1 = Je t'aime parce que...
- #2 = Je t'ai vu être gentil quand tu...
- #3 = Je suis content que tu sois là parce que...

En commençant par le professeur, chaque personne sera appelée au hasard. Lorsque vous êtes appelé, le numéro que vous choisissez est la section à laquelle vous devez répondre concernant la personne qui vous a précédé. Exemple : « Jasmine, un moment amusant que nous avons passé ensemble, c'est quand nous avons joué dans le bac à sable ! » Montrez comment jouer en demandant à un bénévole d'appeler l'enseignant.

**Pour les petits  
groupes**  
15 minutes



### La gentillesse s'est améliorée

Réfléchissez à des façons de faire preuve de gentillesse envers les adultes dans votre vie, même lorsque vous ne voulez pas faire ce qu'ils demandent ou lorsque vous n'êtes pas d'accord avec ce qu'ils disent. Cela inclut les enseignants, les parents, les autres membres de la famille et les membres de la communauté que vous pourriez rencontrer. Partagez une façon bienveillante de gérer cela dans votre vie à la maison. Écoutez les autres - peut-être qu'ils ont des idées auxquelles vous n'avez pas pensé !

**Pour les partenaires**  
15 minutes



### La gentillesse en action

Associez-vous et discutez de l'action la plus gentille que vous ayez vécue. Quelle a été la chose la plus gentille que quelqu'un ait faite pour vous ? Comment vous êtes-vous senti après ? Cela a-t-il changé votre attitude ? Cela vous a-t-il motivé à être gentil avec les autres ? N'oubliez pas que la gentillesse est courageuse ! Partagez votre expérience avec le reste de la classe s'il reste du temps.

**Pour les particuliers**  
15 minutes



### Actes de gentillesse aléatoire

Regardez autour de vous. Comment pouvez-vous insuffler un peu de gentillesse tout en restant à distance sociale ? Pensez à des idées simples - messages à la craie, cœurs sur les boîtes aux lettres, notes édifiantes sur les pas de porte. Le ciel est la limite et nous pourrions tous utiliser une gentillesse inattendue ces jours-ci ! Si vous le souhaitez, partagez votre RAK et ce que cela vous a fait ressentir avec le reste de la classe

**Axé sur la  
technologie**  
15 minutes



### **Être gentil en ligne**

Envoyez-vous des SMS, des e-mails ou jouez-vous à des jeux en ligne en direct ? Si oui, comment vos paroles et vos actions démontrent-elles la gentillesse ? Évaluez-vous sur une échelle de 1 à 10 dans chaque situation. 1 étant complètement méchant et 10 étant exceptionnellement gentil. Ensuite, choisissez un domaine pour augmenter votre niveau de gentillesse.