

Actes de gentillesse aléatoire

LA GENTILLESSE AU-DELÀ DE LA CLASSE™
BOOST DE BIENVEILLANCE • OPTION 2 • COURAGE

Calendrier de la leçon
25-30 minutes

Matériaux

- ☐ Acte extraordinaire de Mary ordinaire par Emily Pearson (facultatif)
- ☐ Courage affiche (facultatif)



Partager

Définir le courage : LE COURAGE, C'EST ÊTRE COURAGEUX LORSQUE FACE À DES CIRCONSTANCES NOUVELLES OU DIFFICILES. (Montrez l'affiche du Courage si vous le souhaitez.) Discutez du lien entre la GENTILLESSE et le COURAGE. Nous pouvons penser que le courage est intrépide et courageux. Cependant, l'une des choses les plus courageuses que nous puissions faire est d'être gentil avec les autres, même sans aucune raison ! En groupe, réfléchissez à des façons de montrer de la gentillesse envers les autres.

- Quels mots ou actions aimables pouvez-vous utiliser avec les autres pendant votre séjour ici ?

Visez 2-3 réponses d'âges différents.



Inspirer

Expliquez qu'un acte de gentillesse au hasard est une surprise amusante de gentillesse donnée à quelqu'un d'autre sans qu'il sache que c'était vous ! Ces actes de gentillesse ne sont ni annoncés, ni planifiés, ni récompensés. Vous faites des choses gentilles pour les autres simplement parce que vous voulez que quelqu'un d'autre se sente bien, pas parce que vous voulez que quelqu'un vous remarque.

(Facultatif) Lisons l'acte de gentillesse aléatoire d'une fille et comment il s'est répandu dans sa ville. Lire **Acte extraordinaire de Marie ordinaire par Emily Pearson**. Lien de lecture à haute voix : <https://youtu.be/PpAvRVgsfds> (environ 12 min). Ce livre aide à illustrer comment un acte de gentillesse aléatoire peut provoquer une réaction en chaîne de gentillesse dans toute votre communauté ! Si vous lisez l'histoire, posez les questions suivantes :

- Quel acte de gentillesse aléatoire s'est produit au début de l'histoire ?
- Comment l'acte de gentillesse original de Mary se propage-t-il ?



Habiliter

Divisez le groupe en deux groupes en fonction du niveau scolaire (PK-2 et 3-6). Assurez-vous d'avoir un travailleur adulte ou adolescent pour guider chaque groupe. Chaque groupe créera une liste de 5 à 10 façons de faire preuve de gentillesse envers l'autre groupe tout au long de la journée. Demandez au chef du groupe d'écrire des idées. Voici quelques idées de départ :

- Organiser l'espace manteau/sac à dos
- Laissez quelqu'un passer devant vous en ligne
- Ouvrir la porte aux autres

Une fois les listes créées, encouragez vos élèves à terminer au moins un RAK aujourd'hui avant de rentrer chez eux !



Refléter

Menez une discussion autour d'ACTES ALÉATOIRES DE GENTILLESSE.

- Qu'est-ce qu'un acte de bonté aléatoire ?
- Avez-vous déjà reçu un RAK ? Si oui, qu'est-ce que c'était et qu'avez-vous ressenti ?
- Comment pouvons-nous essayer d'effectuer plus de RAK dans notre programme ?
- Que pouvez-vous faire si vous essayez de faire un RAK surprise et que la personne vous attrape ? Comment pouvez-vous poursuivre votre objectif initial de gentillesse ?



