

Bons de gentillesse

Cette leçon se concentre sur la façon dont nous pouvons répondre avec gentillesse, en planifiant à l'avance les cadeaux tout au long de la semaine, au fur et à mesure que les membres de la famille décident à l'aide d'un carnet de coupons.

Concept(s) de gentillesse

Responsabilité, Bienveillance, Autodiscipline

Calendrier de la leçon

45 minutes

Matériaux nécessaires

- ☐ Fournitures artistiques de base
- ☐ Modèle de carnet de coupons

Carte des normes

Cette leçon s'aligne sur les compétences CASEL, les normes nationales d'éducation sanitaire et les normes d'État de base communes. Veuillez vous référer au [Carte des normes](#) pour plus d'informations.



**DÉSIGNÉ PAR CASEL
COMME PROGRAMME RECOMMANDÉ
POUR L'APPRENTISSAGE SOCIAL ET
ÉOTIONNEL.**

Voir la dernière page pour les détails.

Objectif de la leçon

Les étudiants vont :

- Identifier les façons dont les enfants peuvent répondre avec bienveillance envers les autres dans diverses situations.
- Pratiquer des actes de gentillesse à la maison.

Lien avec l'enseignant/Prendre soin de soi

Ce n'est pas un hasard si la première moitié du mot responsabilité est le mot réponse. Nous sommes responsables de la façon dont nous répondons aux autres. Bien que cela puisse être difficile, répondre avec gentillesse est un véritable cadeau que nous pouvons offrir à ceux qui nous entourent. La beauté de cette réponse est qu'elle est totalement gratuite pour vous et le destinataire ! Un changement d'attitude, un ajustement de votre point de vue, une grande respiration avant de réagir : toutes ces actions vous permettent de réagir avec bienveillance quelle que soit la situation. Cela dit, certaines personnes et situations peuvent vous obliger à creuser un peu plus pour évoquer la gentillesse nécessaire pour garder le ton optimiste. Ne désespérez pas ! Vous pouvez diriger avec bienveillance dans toutes les situations. La clé est de planifier à l'avance. Cette semaine, réfléchissez à des situations difficiles qui vous amènent souvent à lutter avec une réponse aimable. Comment pouvez-vous ajouter un mot gentil dans ces scénarios ? Voici quelques exemples pour faire couler votre jus.

1) Si quelqu'un est enclin à se plaindre, développez-le avec gentillesse et suggérez-lui d'essayer de créer quelque chose pour réparer/ajuster/remplacer le sujet de préoccupation.

2) Si une réunion d'équipe se termine fréquemment avec des confrontations entre les deux parties, planifiez à l'avance pour noter les pensées contributives de chaque membre, puis mettez en évidence les similitudes au sein du groupe pour augmenter l'adhésion.

Maintenant c'est ton tour. Comment répondre avec bienveillance ?

Conseils pour les apprenants diversifiés

- Permettez aux élèves de dessiner des images ou de dicter les actes de gentillesse dans leur carnet de coupons.

- Donnez aux élèves des idées à inclure dans leur carnet de coupons.



Partager

3-5 minutes

Devenir des citoyens responsables dans notre école demande beaucoup de pratique. Soulignons quelques façons dont nous avons été responsables la semaine dernière :

- *Quelle est l'une des façons dont vous avez utilisé l'autodiscipline lorsque nous nous promenons dans les couloirs ?*
- *Quelle est l'une des façons dont vous avez fait des choix responsables avec vos devoirs ?*
- *De quelle manière avez-vous été capable d'utiliser l'autodiscipline pour attendre quelque chose alors que vous le vouliez vraiment ?*
- *Comment as-tu pu être responsable dans notre classe la semaine dernière ?*

Tous ces choix sont des façons de répondre avec bienveillance envers nous-mêmes, les autres et notre environnement/espace !



Inspirer

Répondre avec bienveillance

7-10 minutes

La première partie du mot RESPONSABILITÉ est en fait RÉPONSE. Une réponse est un autre mot pour le choix. Nous pouvons répondre gentiment ou méchamment. Nous pouvons choisir la gentillesse ou choisir la méchanceté. Vous avez ce choix plusieurs fois tout au long de la journée ! Repensez à ce matin où chacun de nous est arrivé à l'école. Quels choix avez-vous fait ? Comment avez-vous pu répondre avec gentillesse quand vous êtes arrivé ici ? (J'ai choisi des mots gentils avec le chauffeur de bus, j'ai choisi de tenir la porte ouverte pour les autres, etc.)

- Créez un graphique à 3 colonnes sur le tableau blanc. Intitulez les sections Élève, Enseignant et Parent.
 - En classe, faites un remue-méninges Plusieurs choix que possible sous chaque rubrique. Comment chacun de nous peut-il répondre avec amour ?
 - Rappelez aux élèves que nous pouvons répondre avec gentillesse, même lorsque les autres choisissent d'être méchants ou méchants ! Il faut de l'autodiscipline pour faire preuve de gentillesse quoi qu'il arrive. On peut le faire!



Habiliter

20 minutes

Les élèves créeront des carnets de coupons de gentillesse personnalisés que leurs familles pourront utiliser à la maison comme bon leur semble. Chaque étudiant doit concevoir au moins 5 coupons.

- Étape 1 : En classe, faites un remue-méninges pour trouver des idées d'actions aimables qui peuvent être réalisées à la maison. Certaines

idées incluent mettre la table, ramasser vos vêtements, faire un câlin, ranger votre sac à dos, aider un frère ou une sœur, etc.

- Étape 2 : Chaque élève sélectionne 5 à 10 coupons (choix personnel) à inclure dans son livre. Chaque coupon peut inclure des photos et des mots pour le destinataire. L'élève peut dicter les mots à un partenaire ou à un enseignant si nécessaire.
- Étape 3 : Chaque élève assemblera son livre et créera une couverture.
- Étape 4: Les élèves ramèneront leur carnet de coupons à la maison et rapporteront comment leur famille a utilisé les coupons tout au long de la semaine.



Refléter

3-5 minutes

Répondre avec gentillesse est un choix que vous pouvez faire chaque jour. Le meilleur endroit pour commencer à pratiquer cette gentillesse est à la maison avec nos familles. Lorsque nous donnons de la gentillesse, nous sommes plus susceptibles de la recevoir également. Il n'y a pas de meilleur moment pour commencer que maintenant !



Idées d'extension

- Cette activité pourrait être modifiée pour créer un carnet de coupons pour une personne spécifique dans la famille de chaque élève. Peut-être qu'un membre de la famille avec qui ils ont du mal à s'entendre serait un bon receveur !
- Pour encourager les élèves à utiliser les carnets de coupons, créez un tableau d'affichage indiquant le nombre de coupons échangés. Les élèves rapportent chaque coupon après l'avoir utilisé. Accrochez le coupon pour suivre la gentillesse qui se répand dans toutes les maisons !
- Le carnet de coupons pourrait également faire un beau cadeau pour les mères ou les pères selon le moment de votre année scolaire !



DÉSIGNÉ PAR CASEL
COMME PROGRAMME
RECOMMANDÉ POUR
L'APPRENTISSAGE SOCIAL
ET ÉMOTIONNEL.

Le Collaboratif pour l'apprentissage scolaire, social et émotionnel (CASEL) examine les programmes SEL fondés sur des données probantes depuis 2003. Kindness in the Classroom® répond au programme SElect de CASEL et est inclus dans le Guide CASEL pour des programmes efficaces d'apprentissage social et émotionnel.

Kindness in the Classroom® a atteint ou dépassé tous les critères de CASEL pour une programmation SEL de haute qualité. Kindness in the Classroom® a reçu la plus haute distinction de CASEL pour une programmation SEL de haute qualité.

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

This KINDNESS coupon is good for



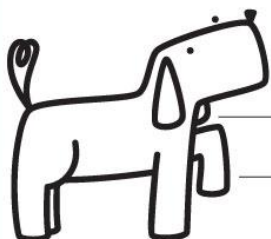
With love from _____

This KINDNESS coupon is good for



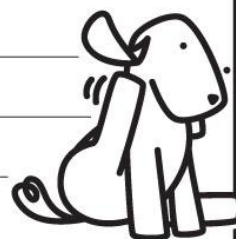
With love from _____

This KINDNESS coupon is good for



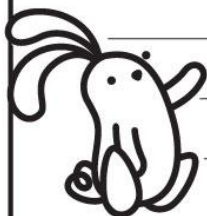
With love from _____

This KINDNESS coupon is good for



With love from _____

This KINDNESS coupon is good for



With love from _____

This KINDNESS coupon is good for



With love from _____

RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®

RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®