

# Acte de bonté au hasard: Étoiles brillantes

Cette leçon est conçue pour encourager les élèves à penser à ceux qui donnent de manière désintéressée, sans chercher la vedette ou la récompense, juste là à l'école avec eux. Ce sont les gardiens, le personnel du service alimentaire, les chauffeurs d'autobus et le personnel de soutien qui travaillent dur pour s'assurer que l'école est propre, que les enfants sont en sécurité et en bonne santé et que tout se passe bien. Souvent, ces personnes ne reçoivent pas de cadeaux ni de « remerciements » parce qu'elles ne sont ni l'enseignant ni les administrateurs de la classe. Cette leçon donne aux élèves l'occasion non seulement d'identifier ces personnes qui accomplissent régulièrement d'importants travaux de service dans l'école, mais aussi de les remercier par un acte de gentillesse aléatoire.

## Sous-concept(s) de gentillesse

Vulnérabilité, Humilité

## Calendrier de la leçon

30-40 minutes

## Matériaux nécessaires

☐ Modèle étoile (voir ci-dessous)

## 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  
ÉMOTIONNEL.

[Voir la dernière page pour les détails.](#)

## Objectif de la leçon

Les étudiants vont :

- Comprenez ce qu'est un acte de gentillesse aléatoire.
- Identifiez les personnes à l'école qui travaillent dur mais qui ne sont pas toujours appréciées.
- Concevez un symbole d'appréciation pour le personnel scolaire identifié.

## Lien avec l'enseignant/Prendre soin de soi

Alors que nous nous dirigeons vers la dernière semaine de l'année scolaire, le courage de répondre avec gentillesse nous conduit hors de la salle de classe et de retour avec nos familles et amis alors que les vacances d'été se profilent dans un avenir pas si lointain. Avez-vous le courage de répondre avec gentillesse à la maison ? Parfois, il peut souvent sembler plus difficile de se pencher sur la gentillesse avec vos proches, car ce sont aussi les personnes qui savent de première main comment appuyer sur vos boutons et atténuer votre humeur. Cependant, le véritable test de votre capacité à répondre avec gentillesse est la façon dont vous traitez les personnes de votre entourage. Cette semaine, et tout au long de l'été de cette année, utilisez notre homonyme, Random Acts of Kindness, comme devise pour savoir comment traiter les autres chaque jour. Devenez plus conscient des personnes les plus proches de vous. Trouvez une petite chose que vous pouvez faire pour chacun d'eux quotidiennement. Quelque chose de petit, mais significatif; quelque chose de simple, mais gentil. Aucun acte de gentillesse aléatoire n'est trop petit pour avoir un impact sur un autre. Votre effort concentré pour rendre votre monde immédiat meilleur a un effet d'entraînement sur le monde

**RANDOM ACTS OF KINDNESS**  
FOUNDATION®

qui vous entoure. Comment répondre avec courage et bienveillance au quotidien ?

### Conseils pour les apprenants diversifiés

- Aider les étudiants ESL à rédiger leurs messages ; encouragez les élèves à dessiner/décorer également l'étoile pour lui donner une touche personnelle, surtout si l'écriture est limitée.
- Permettez aux élèves de taper leurs messages et de les coller au dos de l'étoile.
- Si les élèves ne sont pas à l'aise de fermer les yeux (voir la section Partager), invitez-les à regarder le sol.
- En fonction de votre groupe, vous souhaitez peut-être présélectionner le personnel qui devrait recevoir des étoiles et décider comment les attribuer à ces personnes. Si votre groupe a besoin de moins de directives, laissez-les choisir les membres du personnel et déterminer comment attribuer l'étoile à la bonne personne sans qu'ils le sachent. Soyez conscient du personnel qui obtient des étoiles et encouragez une étoile par membre du personnel (il n'y a donc personne de laissé de côté et / ou une petite poignée de personnes obtenant toutes les étoiles).



## Partager

5-7 minutes

*Fermez les yeux et pensez à un moment où quelqu'un a fait quelque chose de vraiment gentil et inattendu pour vous.*

Donnez aux élèves une minute pour le faire.

*Bon, maintenant ouvrez les yeux. Quels ont été les sentiments que vous avez ressentis lorsque vous avez reçu cette belle surprise inattendue ?*

Invitez les élèves à répondre.

*Maintenant, levez la main si cette belle chose inattendue était un cadeau ou quelque chose de physique que cette personne vous a donné ?*

Laissez les élèves montrer leurs mains.

*Levez la main si cette chose agréable et inattendue était un geste, comme tenir une porte ouverte ou vous aider à ramasser quelque chose que vous aviez laissé tomber.*

Laissez les élèves montrer leurs mains.

*Levez la main si cette belle chose inattendue était un compliment ; quelque chose qu'ils ont dit.*

**RANDOM ACTS OF KINDNESS**  
FOUNDATION®

Laissez les élèves montrer leurs mains.

*Voir? La gentillesse se présente sous plusieurs formes ! Nous n'avons pas à donner ou à nous attendre à recevoir des choses volumineuses, fantaisistes et coûteuses ; nous pouvons faire en sorte que les gens se sentent bien par un simple geste de gentillesse ou un compliment.*



## Inspirer

5-7 minutes

*Pour la leçon d'aujourd'hui, nous allons faire un acte de gentillesse au hasard. Un acte de gentillesse aléatoire est une surprise amusante de gentillesse donnée à quelqu'un d'autre sans qu'il sache que c'était vous ou sans qu'il s'y attende ! Ces actes de gentillesse ne sont ni annoncés, ni nécessairement 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.*

*Lisons à propos d'un tel acte de gentillesse par quelqu'un qui était en fait assez célèbre. Il est footballeur professionnel dans la NFL. Écoutons son histoire.*

Lisez ou invitez des élèves lecteurs avertis à lire à haute voix l'article intitulé « L'acte aléatoire de bonté de Jermaine Gresham évite à une passagère de rater son vol ».

<https://www.cbssports.com/nfl/news/jermaine-greshams-random-act-of-kindness-saves-passenger-from-missing-her-flight/>

*D'accord! Résumons !*

Vous pouvez fournir un résumé concis des événements ou demander aux élèves de le faire. Vous pouvez utiliser le 5W+H pour aider les élèves à remplir uniquement les idées principales, comme indiqué ci-dessous.

- **OMS?** *Jermaine Gresham et une passagère nommée Delilah Cassidy*
- **Quoi?** *Delilah et Jermaine étaient sur le même vol ; Delilah n'a pas pu monter parce qu'elle ne pouvait pas payer ses frais de bagages. Jermaine a payé les frais pour elle et ne voulait pas être remboursé; elle ne savait même pas qui il était au début.*
- **Quand?** *(Inconnu, exactement)*
- **Où?** *Dans un aéroport*
- **Pourquoi?** *Il voulait faire quelque chose de gentil pour quelqu'un d'autre; il lui a demandé de «payer au suivant», ce qui signifie faire quelque chose de gentil pour quelqu'un d'autre en échange de sa gentillesse.*

*Voilà à quoi peut ressembler un acte de gentillesse aléatoire ! Cela se produit sans planification préalable, sans avertissement et au profit de quelqu'un d'autre. Il n'y a aucune attente de remboursement ou d'une grande annonce (bien que Delilah ait été tellement émue qu'elle en ait parlé sur les réseaux sociaux, ce qui est assez courant de nos jours). Mais Jermaine n'avait besoin d'aucune récompense ou reconnaissance; il voulait juste aider et ensuite monter dans l'avion.*



## Habiller

15-20 minutes

*Nous allons faire nos propres actes de gentillesse au hasard cette semaine ! Et nous allons le faire pour les personnes de notre école qui nous montrent de la gentillesse chaque jour mais qui sont rarement sous les projecteurs ou qui reçoivent beaucoup d'attention. Je pense à ces membres du personnel de notre école qui travaillent plus en coulisses mais sans qui nous ne pourrions pas faire fonctionner notre école !*

*Quelles sont les personnes importantes du personnel scolaire auxquelles vous pouvez penser mais qui ne sont pas des enseignants ou des personnes que vous voyez ou parlez toujours ?*

Laissez les élèves faire un remue-méninges et prendre des notes au tableau : concierges, personnel de cuisine, personnel de bureau, brigadiers scolaires, chauffeurs d'autobus, personnel technique, personnel de la bibliothèque, etc.

*Ces personnes travaillent dur chaque jour pour s'assurer que nous avons une excellente école dans laquelle venir apprendre. Ces personnes ne reçoivent pas toujours l'appréciation qu'elles méritent parce qu'elles ne sont pas sous les projecteurs comme les enseignants, les élèves et les directeurs. Donc, aujourd'hui, nous allons leur montrer que nous pensons qu'ils sont une étoile brillante dans notre école.*

Pour l'activité, vous voudrez avoir un répertoire du personnel à portée de main afin que les élèves puissent écrire les noms des personnes pour lesquelles ils fabriquent des étoiles. Ou, si vous avez un groupe indépendant et autogéré, vous pouvez le laisser trouver les noms par lui-même ; ils peuvent effectuer eux-mêmes des recherches sur le site Web de l'école ou dans l'annuaire.

Demandez à chaque élève de choisir quelqu'un à qui envoyer une étoile. Ils doivent compléter leur étoile, avec une note de remerciement, puis concevoir un plan pour faire parvenir l'étoile à la personne à son insu. Cette dernière partie doit être réalisée avec l'enseignant ou en grand groupe. Déterminez le meilleur moment de la journée pour envoyer les élèves avec leurs étoiles, puis laissez briller leurs actes de gentillesse aléatoires !



## Refléter

5-7 minutes

Ce peut être fait après la décoration des étoiles ou après leur livraison. Discutez de ce que cela fait d'apprécier quelqu'un qu'ils ont peut-être sous-estimé toute l'année.

Ont-ils appris à connaître quelqu'un qu'ils n'avaient jamais vraiment remarqué auparavant ? Qu'est-ce que ça fait d'être sournois dans leur livraison ? Discutez des sentiments positifs qu'ils ont éprouvés en faisant quelque chose de gentil pour quelqu'un d'autre.



## Idées d'extension

- Comme extension scientifique, vous pourriez discuter des réactions chimiques dans notre cerveau et notre corps lorsque nous faisons quelque chose de gentil pour quelqu'un d'autre et, de la même manière, lorsque nous recevons la gentillesse. Cela aidera les élèves à réaliser à quel point cela a dû être agréable de recevoir une étoile, tout comme cela a été agréable de la décorer et de la donner.
- Donnez une étoile vierge aux enfants pour qu'ils la ramènent à la maison, la complètent et la laissent à un membre de la famille.



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/>





