

Courrier de gentillesse

Cette deuxième leçon de l'unité Courage se concentre sur le courage d'être gentil avec les autres en créant des lettres de gentillesse pour une personne différente chaque jour pendant une semaine entière !

Sous-concept(s) de courage

Gentillesse

Calendrier de la leçon

45 minutes.

Matériaux nécessaires

- ☐ Fournitures artistiques de base
- ☐ Enveloppe de manille géante ou boîte à chaussures décorée comme une boîte aux lettres
- ☐ 5 feuilles de courrier de gentillesse pour chaque élève
- ☐ 5 enveloppes blanches de base pour chaque élève
- ☐ *Sheila Rae la Brave* par Kevin Henkes

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 :

- Créez 5 lettres de gentillesse personnalisées pour répandre couragement la gentillesse envers les autres en classe.
- Expliquez qu'il faut du courage pour être gentil avec les autres.

Lien avec l'enseignant/Prendre soin de soi

Avez-vous déjà entendu l'expression « payez au suivant » ? Il fait référence à l'action d'une personne qui fait une bonne action non reconnue pour un étranger en partant du principe que le receveur « la rendra à son tour » en faisant une bonne action pour quelqu'un d'autre. Peut-être que la personne devant vous a déjà payé votre commande de café ou qu'une note positive a été laissée sur votre bureau.

Ce sont deux excellents exemples de ce concept simple mais puissant. Cette semaine, cherchez des moyens de répondre avec gentillesse en identifiant trois manières différentes de le transmettre à vos collègues d'une manière ou d'une autre. Passez un peu de temps à réfléchir à de petites surprises pour votre entourage, ajoutez un petit mot avec la bonne action qui l'encourage à faire perdurer la chaîne en transmettant également un peu de gentillesse à l'autre.

Conseils pour les apprenants diversifiés

- Permettez aux élèves de faire un dessin, puis de dicter le morceau d'écriture pour chaque lettre qu'ils envoient.
- Fournissez des invites de démarrage de phrase pour chaque affirmation afin d'améliorer la compréhension.
- Encouragez les élèves de niveau supérieur à écrire 2 à 3 phrases après le début de la phrase sur la gentillesse de l'autre personne.
- Lors de l'examen de la gentillesse avec la classe, dirigez-les dans une activité de temps de cercle somatosensorielle "donnez au suivant". Les élèves sont assis en cercle et se tiennent la main. L'enseignant commencera à serrer la main et leur demandera de la passer autour du cercle. L'enseignant peut

fournir un chant rythmique pour maintenir l'attention et fournir une structure. (GARDEZ LA GENTILLESSE QUI COULE DE VOTRE MAIN À LA MIENNE. LORSQUE VOUS SENTEZ UNE PRESSION, TRANSMETTEZ-LA SUR LA LIGNE.) Expliquez à quel point il est courageux de «donner au suivant» et de faire de bonnes actions pour les autres.



Partager

5 minutes

Jouez à "Mes choses préférées":

- Alignez tout le monde sur le côté droit de la salle. Choisissez au hasard un élève qui se tiendra sur le côté gauche de la salle. Posez à l'élève les questions suivantes :

Quel est votre plat préféré?

Quelle est ta matière préférée à l'école?

Quelle est votre couleur préférée?

Quel est votre jeu préféré pour jouer à la récréation ?

- Après chaque question, demandez à d'autres personnes qui ressentent la même chose de rejoindre la personne de l'autre côté de la pièce.
- Répétez avec 2 ou 3 autres élèves si le temps le permet.

Il faut du courage pour parler de nos goûts. Lorsque nous le faisons, nous apprenons que les autres autour de nous ressentent parfois la même chose !



Inspirer

5 minutes

Le courage d'être gentil avec les autres

Revoyez l'explication de la gentillesse envers les autres que vous avez présentée dans la dernière leçon :

Bonté envers les autres : Parfois, il peut être très difficile de traiter les autres avec gentillesse. Vous pouvez être courageux et utiliser le courage pour concentrer vos paroles et vos actions sur la gentillesse dans n'importe quelle situation. Même si les autres sont méchants, vous pouvez choisir de faire preuve de courage par la gentillesse. Vous serez peut-être surpris de voir à quelle vitesse les autres changent lorsque vous les comblez de gentillesse !

Lit à voix haute *Sheila Rae la Brave* par Kevin Henkes

Lien YouTube : www.youtube.com/watch?v=JTU6c9yAssY

RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®

Selon vous, à quoi ressemble le fait d'être courageux et de faire preuve de courage ?

Sheila Rae pense qu'être grand, fort et sans peur est tout ce qu'il faut pour avoir du courage. Cependant, sa petite sœur lui montre qu'il faut aussi du courage pour être gentille.

Après l'histoire, utilisez les questions suivantes pour orienter la discussion :

- Comment Sheila Rae utilise-t-elle le courage au quotidien ?
- Selon elle, à quoi ressemble le courage ?
- Comment traite-t-elle sa sœur quand elle dit qu'elle a peur ?
- Comment sa sœur utilise-t-elle la gentillesse pour l'aider à la fin ?
- Pensez-vous que Sheila méritait la gentillesse de sa sœur ? Pourquoi ou pourquoi pas ?



Habiliter

15 minutes

Expliquez que cette semaine, tout le monde créera un courrier de gentillesse pour les autres membres de la classe. Chaque personne recevra quotidiennement un nouveau courrier de gentillesse, qui sera lu à haute voix par l'enseignant et remis à l'élève à la fin de la journée scolaire. D'ici la fin de la semaine, chaque personne aura reçu 5 courriers de gentillesse !

Instructions:

- Attribuez une enveloppe manille ou une boîte à chaussures comme boîte aux lettres de gentillesse. Rangez-le sur le bureau du professeur pour décourager les coups d'œil, ce qui sera très tentant sachant qu'il y a une lettre dedans pour chaque élève ! Les étudiants de cet âge adorent recevoir du courrier.
- Expliquez comment remplir la feuille de courrier de gentillesse ci-dessous. Entraînez-vous à le remplir en utilisant l'enseignant comme exemple. Lisez le début de la phrase, "Tu me fais sourire quand tu _____" et permettre aux élèves de répondre. Montrez comment écrire la réponse sur la page. Insistez sur l'importance d'ajouter une illustration détaillée sous la phrase pour aider la personne à se sentir très spéciale !
- Appelez chaque élève et demandez-leur de choisir un bâton de popsicle avec le nom d'un autre élève dessus (ou utilisez un système de randomisation différent que vous avez déjà en place). Lisez le nom de la personne qu'ils ont dessiné s'ils ont encore du mal avec la phonétique.
- Étiquetez leur feuille avec le nom de la personne qu'ils ont sélectionnée. Cela vous aidera à vous rappeler quand vous les lirez à haute voix plus tard.
- Demandez à chaque élève de compléter le démarreur de phrase avec une réponse qui se rapporte à la personne qu'il a choisie. Cela peut être difficile s'ils ont choisi une personne avec laquelle ils ont du mal à s'entendre. Encouragez-les à réfléchir sérieusement et trouvez au moins un exemple d'un moment où ils les ont fait sourire.
- Fournissez une enveloppe simple à chaque élève pour y placer son courrier. Encouragez-les à décorer l'enveloppe. Rappelez-leur d'écrire le nom du destinataire à l'extérieur de l'enveloppe.

- Demandez à chaque élève de placer son courrier dans la boîte aux lettres désignée sur le bureau de l'enseignant.
- À la fin de la journée scolaire, appelez chaque enfant pendant que vous sortez le courrier. Permettez-leur d'ouvrir leur courrier, puis lisez la déclaration de gentillesse à haute voix à toute la classe. Donnez le courrier à l'étudiant pour qu'il le garde comme une affirmation sur laquelle il pourra se retourner pendant l'été.
- Répétez cette activité quotidiennement pendant une semaine entière pour édifier chaque enfant par la bienveillance !



Refléter

5 minutes

À la fin de la semaine, prenez le temps de réfléchir à l'activité en classe :

- Qu'avez-vous ressenti en recevant le courrier de gentillesse tous les jours ?
- Qu'avez-vous ressenti en le lisant à haute voix à toute la classe ?
- Qu'allez-vous faire de votre courrier maintenant ?

Bien qu'il soit important d'avoir du courage par la bravoure et l'intrépidité, l'exemple ultime du courage est la gentillesse. Lorsque vous êtes capable de faire preuve de gentillesse envers les autres, quelle que soit la façon dont ils vous traitent ou à quel point vous les connaissez, le monde sera meilleur. Partageons la gentillesse avec les autres partout où nous allons !



Idées d'extension

- Pensez à envoyer des mails de gentillesse aux autres classes, aux autres professeurs, ainsi qu'au personnel administratif !
- Extension de la maison - demandez aux élèves de créer un courrier de gentillesse pour les personnes avec lesquelles ils vivent.



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/>

You make me smile when...


