

# Vriendelijkheid buiten de klas™

## Facilitator gids



### Inhoudsopgave

Wat is Vriendelijkheid buiten de klas™?	1
Hoe de lessen zijn ontworpen	2
Hoe het gebruik van de Lessen	2
Voorbeeld lesplan	4
De vriendelijkheidsconcepten	5
De vriendelijkheidsposters	6

Neem gerust contact met ons op bij vragen of opmerkingen. We ondersteunen de bevordering van vriendelijkheid op scholen en helpen u graag waar we kunnen.

[info@randomactsofkindness.org](mailto:info@randomactsofkindness.org)

### Wat is Vriendelijkheid buiten de klas™?

Vriendelijkheid buiten de klas™ is een beknopt maar uitgebreid curriculum dat u kunt gebruiken om vriendelijkheid verder te brengen dan de typische schooldag. Er is een mix van hele groep Enkleine groep lessen die zich richten op een van onze zes vriendelijkheidsconcepten: respect, zorgzaamheid, inclusiviteit, integriteit, verantwoordelijkheid en moed. We hebben ook twee "vriendelijkheidsboost"lessen aan het einde van elke unit die u kunt gebruiken als u vindt dat studenten een snelle dosis vriendelijkheid nodig hebben!

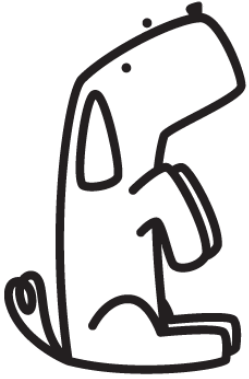
### LES HOOGTEPUNTEN

**Kort en zoet:** We weten dat je veel te doen hebt, dus hebben we deze lessen vrij kort gehouden - ergens tussen de 15 en 30 minuten. Laat je echter niet voor de gek houden; deze lessen pakken veel uit!

**Eenvoudig te implementeren:** De meeste lessen vereisen heel weinig extra materiaal om te implementeren. Als materialen vereist of voorgesteld zijn, hebben we er alles aan gedaan om items te kiezen die u al in uw programma heeft of gemakkelijk kunt krijgen. Je kunt deze lessen ook mixen en matchen, ze allemaal gebruiken of alleen de lessen die je wilt. Pas aan welke lessen je gebruikt en wanneer op basis van de behoeften van je leerlingen!

**Inclusief iedereen:** De lessen zijn ontworpen voor zowel grote als kleine groepen en zijn geschikt voor kinderen van PreK tot en met 6e leerjaar. Waar van toepassing, zullen de lessen in kleine groepen u helpen om kinderen per klas te groeperen (ofwel PreK-2 of 3-6 leerjaren) om de les relevant te houden voor leeftijd en vaardigheid. In deze lessen is er voor iedereen een plek!

**Interactief:** We weten dat beweging, creativiteit en toepassing studenten kunnen helpen deze concepten niet alleen te onthouden, maar ook te belichamen. De lessen bieden een mix van beweging, kunst, teamwerk en



“Elke daad van vriendelijkheid heeft de mogelijkheid om levensveranderend te zijn. Vriendelijkheid inspireert; een inspiratiebron zijn!”

—Tamara Letter, RAKtivist

## DeVriendelijkheid concepten

Het RAK-curriculum (K-8) is onderverdeeld in zes vriendelijkheidsconcepten, dus het curriculum voor buitenschoolse tijd is ook onderverdeeld in deze zes concepten. Elk concept wordt hieronder vermeld en gedefinieerd. Het doel is om deze concepten op een beknopte en consistente manier te presenteren (zowel op school als buiten school), zodat leerlingen deze termen horen en hun definities begrijpen, ongeacht het leerjaar of de instelling. Als zodanig is het belangrijk om deze termen en definities te gebruiken zoals gepresenteerd in plaats van uw eigen definitie van deze termen te gebruiken. Op deze manier horen studenten een consistente boodschap waardoor ze deze concepten gemakkelijker kunnen onthouden en in de praktijk kunnen brengen!

- **Respect:** Respect is mensen, plaatsen en dingen vriendelijk behandelen.
- **Zorgzaam:** Zorgen is zorg voelen en tonen voor jezelf en voor anderen.
- **Inclusiviteit:** Inclusiviteit is anderen betrekken, uitnodigen en met open armen verwelkomen.
- **Integriteit:** Integriteit is handelen op een manier waarvan u weet dat u in alle situaties gelijk en vriendelijk bent.
- **Verantwoordelijkheid:** Verantwoordelijkheid is betrouwbaar zijn om de dingen te doen die van je worden verwacht of vereist.
- **Moed:** Moed is dapper zijn in nieuwe of moeilijke omstandigheden.

Elke les begint met een definitie van het concept van die les. Om het definiëren en presenteren van de concepten gemakkelijker te maken, heeft RAK kleurrijke en boeiende Kindness Concept-posters die u kunt downloaden, afdrukken en weergeven in uw omgeving. Zie de laatste pagina voor links naar elke poster of voor een link om alle posters samen te downloaden.



Denk maar eens aan alle aardige acties die jullie als team kunnen doen!

“Wees vriendelijk waar mogelijk. Het kan altijd.”

-Dalai Lama

## Hoe de lessen zijn ontworpen

Elke unit heeft in totaal 6 lessen (2 hele groep, 2 kleine groep en 2 vriendelijkheidsboosts) en zal hetzelfde unitconcept versterken zonder overbodig te zijn. Elke les volgt hetzelfde kader, waardoor ze consistent blijven voor studenten en gemakkelijk voor jou! En, they zijn ook gewooneen **pagina** lang zodat je niet van pagina naar pagina hoeft te bladeren om verschillende delen van de les op te sporen! Eenvoudig!

Het leskader bestaat uit vier delen die u gemakkelijk kunt herkennen aan de pictogrammen van het begrip vriendelijkheid, zoals hieronder weergegeven. Dit is wat ze bedoelen:



### DEEL

Elke les begint met een mogelijkheid voor jou om het vriendelijkheidsconcept van de les uit te leggen en leerlingen iets te laten delen op basis van een prompt die je ze geeft.



### INSPIREREN

Het volgende deel van elke les is bedoeld om kinderen te inspireren om dieper na te denken over het begrip vriendelijkheid. Dit gedeelte biedt vaak taal die u eenvoudig aan leerlingen kunt voorlezen om hen te helpen inspireren voor het volgende deel van de les.



### MACHTIGEN

In het derde deel van elke les doen de leerlingen iets om het concept in de praktijk te verstevigen. De empowerment-gedeeltes van de les kunnen zaken bevatten als het spelen van een spel, het voltooien van een kunstproject, het deelnemen aan een teamactiviteit of het hebben van meer gerichte discussies in een kleine groep, waardoor studenten de kans krijgen om wat opener te delen. Het empower-gedeelte is waar je de meeste tijd tijdens de les zult doorbrengen.



### REFLECTEREN

Het laatste deel van elke les is een korte reflectieperiode, waarbij leerlingen de kans krijgen om het begrip vriendelijkheid te herzien en na te denken over hoe ze het in hun verdere leven zullen toepassen. Deze sectie biedt de facilitator meestal 2-3 specifieke reflectievragen die studenten kunnen stellen om de les af te ronden.

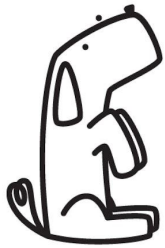
## Building Towers

Lesson Timeframe 25-30 min.

### Materials

- ☐ Straws
- ☐ Marshmallows
- ☐ Inclusiveness poster (optional)

Each lesson comes with a short list of materials that are inexpensive / easy to find.



Approximate timeframes are provided to make activity planning easier.

Several options are available that are suitable for different group dynamics.

SMALL GROUP • OPTION 1 • INCLUSIVENESS

Each unit focuses on an important kindness concept.

### Share

Define Inclusiveness: INCLUSIVENESS IS INCLUDING OTHERS, INVITING THEM IN, AND WELCOMING THEM WITH OPEN ARMS. (Show the Inclusiveness poster if desired.) Discuss that inclusiveness is a long word that means we invite others to join us! When we work together and use teamwork, we naturally practice inclusiveness. We all deserve to be included, no matter what. Our kind words invite others to join in, even if they are shy or new to the group.

- What kind words and actions can we offer when we work together during a game or project? Aim for 3-5 volunteers of different ages.

### Inspire

Our kind words and actions help others to feel included when we work and play together. We can practice inclusiveness during times of teamwork in two main ways:

- Using kind words:** How you talk to someone when you work together has a big effect on how welcome they feel. Even if we don't say something mean, our words can still feel unwelcoming. Make an effort to choose words that encourage others to work with you as a team!
- Choosing kind actions:** This includes your facial expressions, eye contact, and body language. Make sure to smile, make eye contact, and be friendly when working and playing with others.

Today we will practice working together in teams to accomplish a goal. When we include everyone, we reach our goal more quickly!

### Empower

Divide your group into small teams of 4-5 students of varying ages and abilities. Every person in each group will get 2 marshmallows and 2 straws. After all the groups have been divided up, explain that they will work as a team to build a tower using all of the supplies provided. Every person must be included to succeed. Each person is responsible for the materials they receive. However, the rest of their team should encourage them in a kind and welcoming way to add to the building during their turn.

### Reflect

Have each team share their creation. Encourage each team member to discuss their component if time allows. Guide a discussion on INCLUSIVENESS.

- How did it feel to be included during this activity?
- How were you able to practice inclusiveness while we were building our towers?
- What is one way you can practice inclusiveness with your family?

Lessons are presented in four distinct sections to make it fun and easy to teach.

© The R

rights Reserved. [www.randomactsofkindness.org](http://www.randomactsofkindness.org)

“Het educatieve materiaal van de Random Acts of Kindness Foundation is zo'n geweldige aanwinst voor ons district. We hebben een totale verschuiving gezien bij zowel de kinderen als de volwassenen. [...]”

– Marie

## Hoe het gebruik van de Lessen

Zoals hierboven vermeld, zijn de lessen ontworpen om consistent, flexibel, aanpasbaar en precies op tijd te zijn voor elk vriendelijkheidsconcept waaraan uw groep moet werken! Hier volgen nog enkele tips om de lessen optimaal te benutten:

**Ijsbreker:** Overweeg om de lessen meteen te gebruiken nadat je aanwezig bent geweest en andere inleidende taken hebt voltooid (zoals huiswerk afmaken of een snack aanbieden). Deze lessen kunnen leerlingen dichter bij elkaar brengen en een positieve, vriendelijke toon zetten voor de rest van jullie tijd samen.

**Aanpassen:** Elk vriendelijkheidsconcept heeft 6 lessen: 2 lessen voor de hele groep, 2 lessen voor kleine groepen en 2 vriendelijkheidsboosts. Zo kun je zelf kiezen welke lessen het beste passen bij jouw groep. Sommige weken/maanden wil je misschien alle lessen in een blok gebruiken. Tijdens andere weken/maanden wilt u misschien alleen het doenele groep lessen. Op andere momenten - vooral als je groepsgrootte groter wordt of als je extra begeleiders hebt - wil je misschien meer kleine groepslessen gebruiken. Of, als je merkt dat de kinderen een beetje vriendelijkheid nodig hebben, geef een van de eenheden een vriendelijkheidsboost! Je kunt gaan in volgorde van concept of mixen en matchen. Je mag kiezen wat voor jou het beste werkt.

**Coördineren:** Als je in een schoolomgeving werkt en je weet dat de klasleraren van het district het RAK-curriculum voor vriendelijkheid gebruiken, jij zou kunnen coördineer je eenheden met de eenheden waaraan ze in de klas werken. Bijvoorbeeld: als de klasleerkrachten het jaar beginnen met de Respect-eenheid (zoals wordt voorgesteld in het RAK-curriculum), dan kunt u uw Buitenschoolse Tijd-programmering ook beginnen met de lessen in de Respect-eenheid. Dit zal helpen bij het versterken van concepten die de studenten al tijdens hun schooldag krijgen.

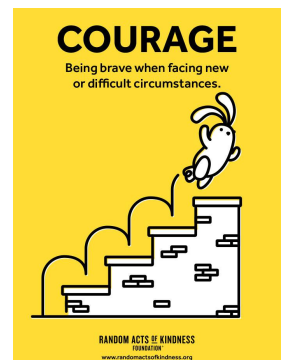
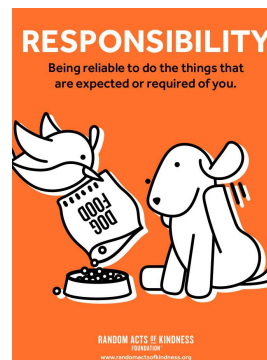
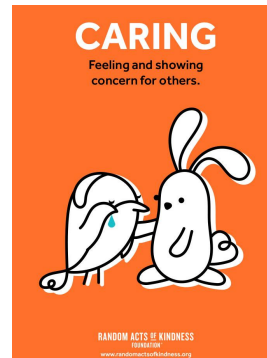


"Ik heb geleerd dat mensen zullen vergeten wat je zei, mensen zullen vergeten wat je deed, maar mensen zullen nooit vergeten hoe je ze hebt laten voelen."

— Maya Angelou

## De vriendelijkheidAffiches

Elk concept heeft zijn eigen poster! Klik op de miniaturen hieronder om ze te downloaden om af te drukken! Hoewel elke les aanbeveelt om de bijbehorende vriendelijkheidsconceptposter te tonen, is dit niet verplicht.



Je kan ook [download alle posters in één PDF via deze link](#). En hier is [één printable die alle zes de concepten bevat](#).

## Een fijn jaar toegewenst!

We hopen dat u en de leerlingen die onder uw hoede zijn genieten van deze lessen en dat ze u helpen een klimaat van vriendelijkheid en zorgzaamheid te bevorderen!