

Tacksamhetskedjor

Den här lektionen fokuserar på att bry sig genom tacksamhet. Din klass är ett gigantiskt team som måste arbeta tillsammans varje dag för att lära sig och växa. Att lyfta fram varandra på ett positivt sätt ökar moralen och inspirerar varje medlem i teamet till storhet! Att skapa kedjor av tacksamhet kommer att göra just det.

Omtänksam under-Koncept

Medkänsla,
Tacksamhet,Hjälpsamhet,Vänlighet

Lektionens tidsram

45 minuter

Nödvändigt material

- ☐ Flera färger av byggpapper, skurna i långa remsor 2-3 tum breda
- ☐ Lim fastnar

Standardkarta

Den här lektionen överensstämmer med CASEL-kompetenser, nationella hälsoutbildningsstandarder och gemensamma centrala statliga standarder. Vänligen se [Standardkarta](#) för mer information.



DESIGNERAD AV CASEL
SOM ETT REKOMMENDERAT PROGRAM
FÖR SOCIALT OCH EMOTIONELLT LÄRANDE.
Se sista sidan för detaljer.

Lektionens mål

Eleverna kommer att:

- Lyft fram tacksamma handlingar och ord bland sina kamrater.
- Visa tacksamhet genom muntliga och skriftliga uttryck.
- Erkänn hjälpsamheten bland kamrater genom att tacka dem för deras bidrag.

Läraranslutning/Självvård

Hjälpsamhet: bara ordet kan föra fram både positiva och negativa bilder. Är du typen som hjälper till med allt? Eller är du en som undviker att hjälpa till eftersom du inte tycks ha tid? Att hitta en balans när det kommer till hjälpsamhet är avgörande för självbevarande i detta yrke.

Att etablera och upprätthålla tydliga gränser med ditt team, din skola och ja, till och med din egen familj, kommer att hjälpa dig att bättre organisera din tid, vilket gör att du antingen kan koppla ihop med hjälpen du ger eller hitta tid att faktiskt satsa på mer tillfällen. Hjälpsamhet är ett fantastiskt karaktärsdrag, men kan ofta överväntas med lärare. Säg till när du är beskattad. Ingen gillar en grinig hjälpare! Behöver du idéer om HUR man säger nej?

Kolla in den här resursen:

<http://teacherhabits.com/effective-way-teachers-say-no/>

Tips för olika elever

- Låt elever i icke-verbala eller begränsade tal rita bilder på sina tacksamhetskedjor.
- Spela ut varje tacksamhetslänk när den läses upp för att hjälpa till med förståelsen



Dela med sig

3-5 minuter

Låt alla ta med sig sina "My Happy Place"-tavlor till ditt samhälle/mötesområde. Använd följande för att vägleda en konversation:

- Räck upp handen om du har en bild av ett djur på tavlan.
- Stå upp om du har minst en bild av en speciell plats på din tavla.
- Sätt dig på huk om du har en bild av någon typ av mat på din tavla.
- Vilken är den gladaste bilden på din tavla? Varför?
- Om du kunde lägga till en extra bild till din tavla, vilken skulle det vara? Varför?
- Finns det några bilder på din tavla som visar hur folk hjälper till? Berätta om det!
- Om du kunde lägga till en bild på någon som hjälper dig, vem skulle det vara och varför?



Inspirera

Vad är tacksamhet?

5-7 minuter

Vi har pratat om hur vi bryr oss om andra, men hur är det när andra bryr sig om oss? Känslan vi har när de bryr sig om oss kallas Tacksamhet. Vi är tacksamma för deras vänliga ord, omtänksamma handlingar och generösa erbjudanden om hjälp. De har hjälpt till att göra vår dag lite lättare eller lyckligare och vi är tacksamma för allt de gör. Vad är en sak du är tacksam för här i skolan? Vad är en sak du är tacksam för hemma? Visade du tacksamhet för dessa saker genom att berätta för din familj hur glad de fick dig att känna dig?

Hur visar vi tacksamhet i vårt klassrum?

7-10 minuter

Använd ditt jobbdiagram i klassrummet och granska hur vi kan visa tacksamhet för människor när de visar hjälpsamhet genom att slutföra sina klassjobb.

- Vi kan använda vänliga ord för att tacka dem.
- Vi kan använda respektfulla handlingar för att visa vår tacksamhet.
- Vi kan berätta för andra hur hjälpsamma de är (som läraren!).

Vi kan också visa tacksamhet när någon oväntat visar vänlighet och omtanke. Tänk tillbaka på en tid under vårt läsår då en av dina klasskamrater har gett oväntad hjälp genom vänliga ord eller omtänksamma handlingar. Hur visade du tacksamhet för detta?



Bemyndiga

20 minuter

Förklara att varje dag denna vecka kommer att avslutas med en sammanfattning av tacksamhet. Detta kommer att hjälpa vår klass att lyfta fram alla underbara sätt som människor tar hand om oss och visar

RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®

hjälpssamhet under dagen. Med hjälp av byggpappersremsor kommer varje barn att skriva och/eller rita något de är tacksamma för den dagen.

- När varje remsa är klar låter du eleverna berätta sin tacksamhet högt.
- Kombinera alla länkarna för att skapa en tacksamhetskedja.
- Häng vår kedja högst upp i taket, börja i ena hörnet av ditt rum.
- Fortsätt den här aktiviteten varje dag (och även under hela året om så önskas) med huvudmålet att försöka ha hela ditt klassrum omgivet av din tacksamhetskedja.
- Bestäm ett pris för att fullborda hela din tacksamhetskedja. Ett alternativ kan vara att bjuda in familjer till en pizzafest för att visa dem hur tacksam du är för dem!



Reflektera

5-7 minuter

Ställ följande frågor till din klass och diskutera svaren.

- Vilken tacksamhet fick du under det här spelet?
- Hur kände det dig?
- Hur har du känt dig när du fått tacksamhet efter att ha hjälpt någon annan?

Att uttrycka tacksamhet är en fantastisk vana att börja i denna unga ålder. Att tidigt introducera ordförråd och handlingar som kopplar samman detta koncept hjälper till att skapa ett hjärta av tacksamhet och omtanke tidigt, vilket leder till en livslång vana av tacksamhet.



Förlängningsidéer

- Använd tacksamhetskedjan för att öva på mönster, hoppa över att räkna och lägga till baserat tiotio. Använd olika färger för var 2:e, 5:e eller 10:e kedja för att hjälpa dig att träna grundläggande matematiska begrepp. Efter att ha lagt till kedjor i slutet av varje dag, räkna de totala kedjorna med hjälp av olika mönster för att illustrera addition och multiplikation på låg nivå.
- Fokusera din tacksamhet på dagens/veckans elever. Överräs dem med tacksamhet varje dag för att bygga upp dem!
- At Home Extension: Starta en tacksamhetskedja för varje barns familj under denna vecka också! Att fokusera på det positiva hemma är ett fantastiskt verktyg för att inspirera till omtanke och hjälpssamhet även bland barn.
- Fortsätt denna tacksamhetskedja efter denna månad genom att färgkoda kedjorna varje månad. Detta kommer att hjälpa dig att se hur tacksam din klass är och när det kan vara dags att sparka tacksamheten på högvarv!



DESIGNERAD AV CASEL
SOM ETT
REKOMMENDERAT
PROGRAM FÖR SOCIALT
OCH EMOTIONELLT
LÄRANDE.

Samarbetet för akademiskt, socialt och emotionellt lärande (CASEL) har granskat evidensbaserade SEL-program sedan 2003. Kindness in the Classroom® uppfyller CASELs SELECT-program och ingår i CASEL Guide till effektiva sociala och känslomässiga lärandeprogram.

Kindness in the Classroom® uppfyllde eller överträffade alla CASELs kriterier för hög kvalitet

SEL programmering. Kindness in the Classroom® fick CASELs högsta beteckning för högkvalitativ SEL-programmering.

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