

Hur full är din hink?

Den här lektionen fokuserar på kopplingen mellan respekt och vänlighet. Eleverna kommer att vara på jakt efter sätt att visa respekt för andra och deras klassrum genom vänliga ord och handlingar. I slutet av varje dag under veckan kommer klassen att samlas och lyfta fram hur de kunde visa respekt och vänlighet mot sig själva och andra.

Respektera underkoncept

Egenvård, vänlighet

Lektionens tidsram

Två 45 minuter sessioner

Nödvändigt material

- ☐ Grundläggande konstillbehör
- ☐ Blank hink bild
- ☐ Blå vattendroppar (färg i arket nedan)

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:

- Illustrera konceptet med slumpmässiga handlingar av vänlighet genom att aktivt respektera sig själva och andra i klassrummet.
- Förklara hur respekt ser ut.

Läraranslutning/Självvård

Respekt för ditt samhälle är ett naturligt resultat när man besitter självrespekt och respekt för andra. Detta är den tredje pusselbiten under rubriken respekt. Hur visar du respekt inom din skola och ditt samhälle? Att engagera sig i organiserade möjligheter gör att du kan ge tillbaka på ett strukturerat, konkret sätt. Men förbise inte de dagliga slumpmässiga handlingar av godhet som du har tillgång till inom skolan och din stad. Enkla uppgifter, som att städa upp campus eller släcka oanvända lampor i ditt hem för att minska elanvändningen, är också giltiga sätt att respektera ditt samhälle. Var uppmärksam på de möjligheter som erbjuds dig. Detta kommer i sin tur att hjälpa dig att överföra denna övning till dina elever.

Tips för olika elever

- Identifiera hur varje barn kan delta i att fylla sin hink oavsett fysiska eller verbala begränsningar.
- Rita bilder under brainstormingsessionen för att underlätta förståelsen.



Dela med sig

5 minuter

Gå igenom tornbyggnadsaktiviteten från förra veckan och fråga följande:

- *Hur har vi detvisad respekt för andra i vårt klassrum hittills?*
- *Hur har andra i vår klass reagerat på att du hjälpt till och visat vänlighet?*



Inspirera

Respekt i handling

5 minuter

Förklara att den här lektionen kommer att uppmuntra varje person i vår klass att utöva respekt dagligen. När vi visar oss själva, varandra och vår skola respekt, använder vi vänlighet för att skapa en positiv plats att lära. Vi har arbetat hårt för att lära oss om självrespekt, respektera andra och respektera vår skola. Nu är det dags för dig att prova på egen hand. Hur övar du respekt varje dag? På vilka sätt kan vi vara snälla och ge respekt i klassen?

- Visa upp redo att lära dig.
- Uppmuntra våra vänner när vi arbetar tillsammans.
- Hjälp till att rätta upp klassrummet innan dagen är slut.

Idékläckningssession

7-10 minuter

Rita ett enkelt barn i mitten av ett stort papper (eller på whiteboardtavlan). Brainstorma hur eleverna redan har visat vänlighet och respekt i klassrummet och på lekplatsen. Ställ följande frågor för att skapa en konversation efter behov. Skriv svaren runt pinnfiguren.

- Hur visade du respekt på lekplatsen?
- Hur visade du respekt för dina vänner?
- Hur kunde du visa respekt när någon behandlade dig ovänligt?



Bemyndiga

20 minuter

Läs "How Full is Your Bucket" av Tom Rath

Läs högt länk https://www.youtube.com/watch?v=A5R6-2m_qHk

Morfar säger att vi har varsin osynlig hink som måste fyllas. Vad betyder det?

Vad hände hemma, på bussen och i skolan för att tömma Felix hink?(Glier på golvet, tappar flingorna, barn viskar om honom, gör narr av hans ryggsäck och kallar honom namn.)

Vad händer med hans hink under dagen?(Klasskamrater gillar hans historia, utvald till kapten, läraren komplimangerar hans bild, eleven komplimangerar sin ryggsäck, han hjälper någon, ger kompisen en baseboll, säger hej till

RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®

någon ny och hjälper sin syster.)

Fyller din hink

Förklara att varje person kommer att få en hink i vår klass. Vi kommer att träna på att visa respekt och vänlighet mot oss själva, varandra och vår skola under resten av den här veckan (eller månaden; ditt val!). I slutet av varje dag kommer vi att träffas och diskutera hur vi kunde utöva vänlighet och respekt. Varje handling som du kan identifiera blir ytterligare en droppe i din hink. Om du visar respekt mot en annan person, de kommer också att få en droppe i hinken. Låt oss försöka fylla på alla våra hinkar i slutet av veckan!

Ge varje elev en hink och låt dem märka handtaget med sitt namn.

Demonstrera hur man fyller hink genom att skriva eller rita snälla gärningar de fullbordade den dagen.

Se till att avsätta tid för att genomföra denna aktivitet dagligen i minst en vecka.

Utse en anslagstavla för att hänga upp dina hinkar under denna aktivitet.



Reflektera

10 minuter

När vi visar respekt för andra, fyller vi deras hinkar med droppar av vänlighet. Vissa åtgärder tömmer våra hinkar medan andra fyller upp den. Kom ihåg att det inte bara handlar om DIN hink.

- Fyller eller tömmer människors ord och handlingar din hink (det vill säga får dig att känna dig glad eller ledsen)? Varför?
- Vilka ord eller sätt människor agerar fyller din hink? Vilka ord eller sätt människor agerar tömmer din hink?
- När du fyller folks hinkar, hur tror du att de känner för dig?
- Vad kan du göra om dina respektlösa ord eller handlingar tömmer någon annans hinkar?

Att visa respekt och behandla andra med vänlighet kan vara vanebildande. Var beredd på en mycket positiv lektion om du är villig att ägna lite kvalitetstid åt denna aktivitet varje dag i minst en vecka!



Förlängningsidéer

- Denna lektion kan förlängas under hela månaden, eller till och med läsåret om så önskas. Skapa en anslagstavla och fortsätt att lägga till droppar vatten medan du observerar stunder av respekt och vänlighet under dagen.



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

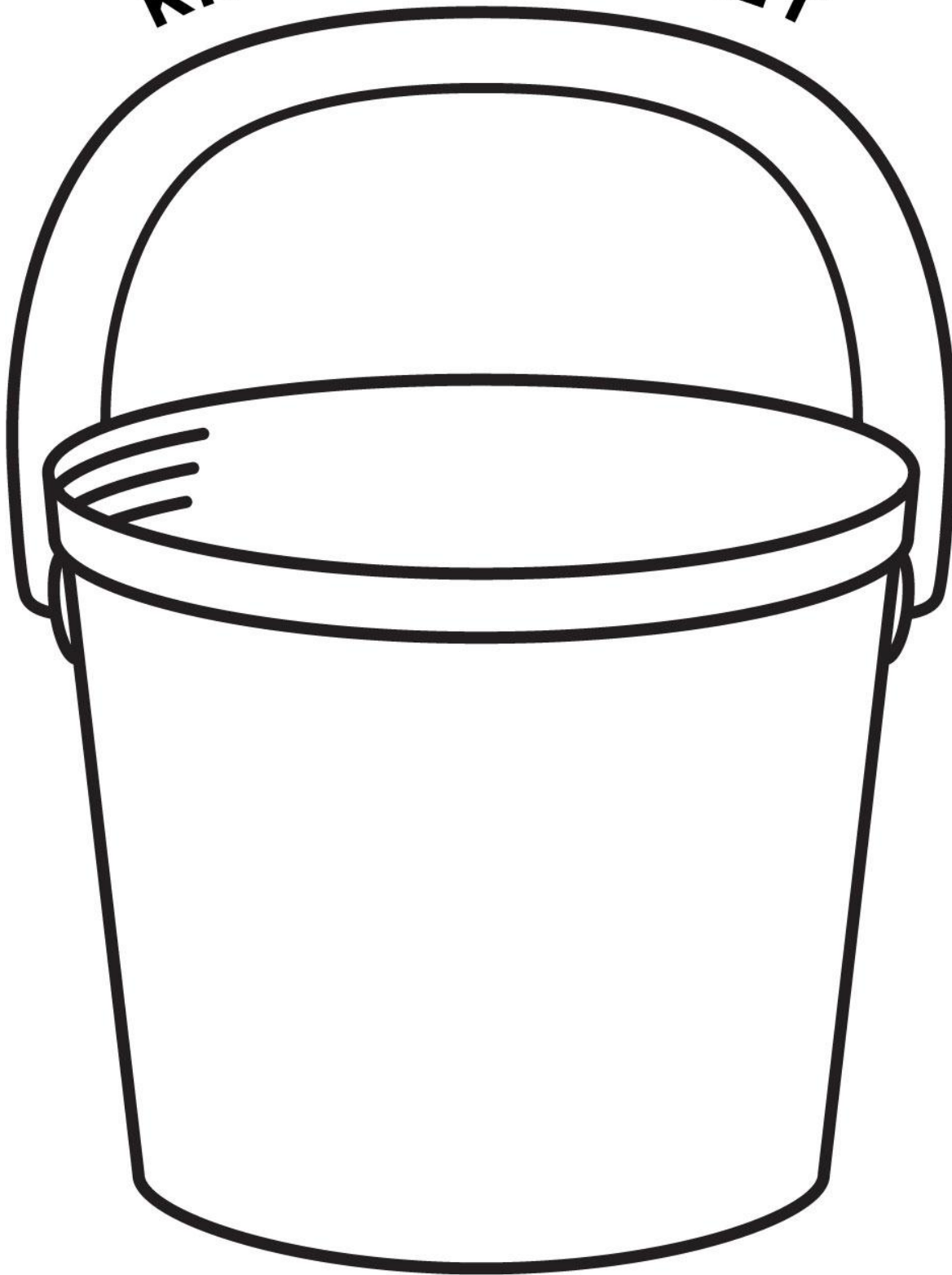
Samarbetet för akademiskt, socialt och emotionellt lärande (CASEL) har granskat evidensbaserade SEL-program sedan 2003. Kindness in the Classroom® uppfyller CASELs SELECT-program och ingår i CASEL Guide till effektiva sociala och känslomässiga lärandeprogram.

Kindness in the Classroom® uppfyllde eller överträffade alla CASELs kriterier för högkvalitativ SEL-programmering. Kindness in the Classroom® fick CASELs högsta beteckning för högkvalitativ SEL-programmering.

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

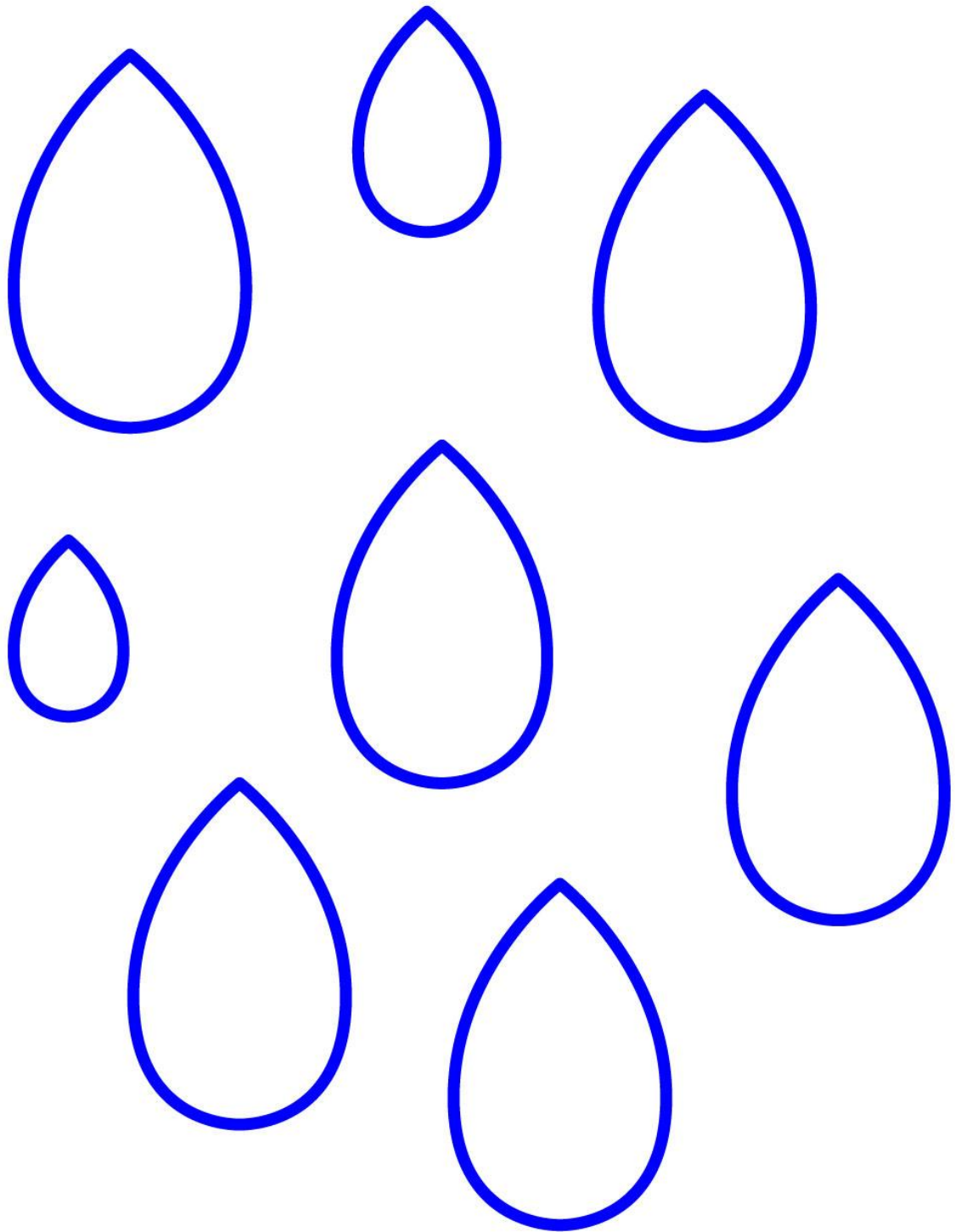
RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®

KINDNESS BUCKET



RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®

RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®



RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®

RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®