

Slumpmässiga vänlighetshandlingar: Skrivbordsanteckningar

Detta är den sista lektionen i vår Courage-enhet. Den fokuserar på hela organisationens namne: Random Acts of Kindness. Klassen kommer att skriva uppmuntrande lappar och slumpmässigt fästa dem på en annan elevs skrivbord (de kan också använda skåp om eleverna har sådana) så att eleven kan upptäcka dem senare. Lärare, överväg att i förväg tilldela eleverna specifika årskurser eller kvadranter eller skrivbordsrader i klassrummen för att säkerställa att alla i målgruppen får en anteckning. Du kan också sätta ihop ett "sweeper"-team av dina naturligt mer empatiska, hjälpsamma elever som kan se till att alla är inkluderade.

Vänlighetskoncept

Mod, vänlighet, slumpmässigt

Lektionens tidsram

45 minuter.

Nödvändigt material

- ☐ Klisterlappar (tillräckligt för att varje elev ska ha 5 eller 6 lappar)
- ☐ Pennor, pennor, konstillbehör för att skriva meddelanden på klisterlappar.

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:

- Utför en slumpmässig handling av vänlighet.
- Förklara hur det krävs mod att vara snäll mot andra utan erkännande.

Läroslutning/Självvård

När vi går in i den sista veckan eller så av läsåret, leder modet att svara med vänlighet oss ut ur klassrummet och tillbaka med våra familjer och vänner när sommarlovet närmar sig inom en inte så avlägsen framtid. Har du modet att svara med vänlighet hemma? Ibland kan det ofta kännas svårare att luta sig in i vänlighet med sina närmaste eftersom de också är de personer som vet hur man trycker på dina knappar och dämpar ditt humör. Men det verkliga testet för din förmåga att svara med vänlighet är hur du behandlar dem i din inre cirkel. Den här veckan, och under hela sommaren i år, använd vår namne, Random Acts of Kindness, som ett motto för hur man behandlar andra varje dag. Bli mer medveten om de personer som står dig närmast. Hitta en liten sak du kan göra för var och en av dem dagligen. Något litet, men meningsfullt; något enkelt men snällt. Ingen slumpmässig handling av vänlighet är för liten för att påverka en annan. Din koncentrerade ansträngning att göra din omedelbara värld till en bättre plats har en krusningseffekt på den större världen omkring dig. Hur kan du modigt svara med vänlighet dagligen?

Tips för olika elever

- Hjälp nya författare att skriva sina anteckningar så att budskapet är tydligt för mottagaren.
- Överväg att använda de mer empatiska, snälla och hjälpsamma eleverna som "sopare" för att säkerställa att alla i målgruppen får en uppmuntran och vänlighet.

RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®



Dela med sig

5-7 minuter

*Har någon här någonsin fått en riktigt bra överraskning?
Vad var det och hur kändes det?*

Bjud in elevernas svar.

Jag hörde några riktigt bra överraskningar och några roliga känslor som resultat! När någon gör något trevligt för dig som du inte förväntade dig, får det dig att känna dig älskad och uppskattad och varm inombords. Och vet du vad, personen som gjorde den där snälla grejen för dig känner de sakerna också!



Inspirera

5-7 minuter

Idag ska vi vara RAKtivist - eller Random Acts of Kindness-aktivister! Vi ska göra något litet som gör någon annans dag lite ljusare!

Vad är slumpmässiga vänlighetshandlingar?

Förklara att en slumpmässig handling av vänlighet är en rolig överraskning av vänlighet som ges till någon annan utan att de någonsin vet att det var du! Dessa vänlighetshandlingar tillkännages inte, planeras inte och belönas inte. Du gör snälla saker för andra bara för att du vill att någon annan ska må bra, inte för att du vill att någon ska lägga märke till dig. Tricket för att utföra slumpmässiga handlingar av vänlighet är att inte åka fast.



Bemyndiga

15 minuter

Idag ska vi skriva ett snabbt vänlighetsmeddelande till en annan elev på en lapp och du ska i hemlighet lägga den på hans eller hennes skrivbord medan den klassen är utanför klassrummet.

På whiteboardtavlan (eller smartboarden) har jag några enkla fraser som du kan sätta på din klisterlapp, tillsammans med en fin bild om du vill:

Vår skola är bättre för att du är här!
Du har ett fantastiskt leende!
Hoppas du har en bra dag!
Gör idag så bra som du är!
Tack för att du är du!

Om du har en annan idé till en fras, låt mig veta vad det är så kan jag hjälpa dig.

Du kommer inte att veta vems skrivbord du lägger lappen på, så oroa dig inte för att lägga till någons namn. Du ska bara snabbt, men säkert, se till att lappen fastnar och fortsatt sedan i rörelse!

RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®

Som lärare måste du kommunicera denna plan med den andra klassläraren i klassen du ska uppmuntra. Se till att han/hon vet att du kommer in (möjligen för att säkerställa att dörren förblir olåst och för att kommunicera den bästa tiden att komma in när de andra eleverna är ute).



Reflektera

5-7 minuter

Spendera lite tid efteråt och fråga eleverna om hur de kände att lägga lappen på skrivborden. Prata om andra RAK:er de kan göra, antingen i skolan eller hemma. Det finns många listor online som hjälper dig att komma igång med idéer; RAK Foundation har en bra lista med 10 (inklusive klisterlappsiden) för att få konversationen att

rulla: <https://www.randomactsofkindness.org/the-kindness-blog/2933-10-kindness-week-ideas-for-schools>



Förlängningsidéer

- Random Acts of Kindness kan och bör utföras utanför klassrummet. Skapa ett T-diagram som klass och märk avsnitten hem och park. Brainstorma idéer för att göra slumpmässiga handlingar av vänlighet på båda platserna. Uppmuntra eleverna att utföra en slumpmässig handling av vänlighet dagligen under sommaren.
- Skapa (eller låt eleverna skapa) ett "RAKtivist"-diagram som de kan hänga på sitt kylskåp hemma eller i sina sovrum. Låt dem spåra sina RAK och sätta upp mål (kanske 5 RAK i veckan eller 10 per månad, etc.). Arbeta med intagningsläraren i tredje klass för att använda diagrammen för att starta veckan tillbaka till skolan nästa höst.



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®