

# Ge mig fem!

Den här lektionen fokuserar på hur vi kan reagera med vänlighet, planera framåt för att utstråla vänlighet under hela veckan med slumpmässiga intervall.

## Underkoncept för ansvar

Självdisciplin, vänlighet

## Lektionens tidsram

45 minuter

## Nödvändigt material

- ☐ Grundläggande konsttillbehör
- ☐ Sax
- ☐ Vanligt papper

## 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

Studenter vill:

- Identifiera hur barn kan reagera med vänlighet mot andra i en mängd olika situationer.
- Utöva snälla handlingar i skolan.

## Läraranslutning/Självvård

Det är ingen slump att den första hälften av ordet ansvar är ordet svar. Vi är ansvariga för hur vi reagerar på andra. Även om det kan vara en kamp, är att svara i vänlighet en sann gåva som vi kan erbjuda till dem omkring oss. Det fina med detta svar är att det är helt gratis för både dig och mottagaren. En förändring i attityd, en justering i ditt perspektiv, ett djupt andetag innan du reagerar: alla dessa handlingar gör att du kan reagera med vänlighet oavsett situationen. Som sagt, vissa människor och situationer kan kräva att du gräver lite djupare för att trola fram den vänlighet som behövs för att hålla tonen uppe. Misströsta inte! Du kan leda med vänlighet i alla situationer. Nyckeln är att planera i förväg! Den här veckan, brainstorma tuffa situationer som ofta leder till att du kämpar med ett vänligt svar. Hur kan du lägga till ett vänligt ord i dessa scenarier? Här är några exempel för att få dina juicer att flöda.

1) Om någon är benägen att klaga, bygg upp dem med vänlighet och föreslå att de tar ett hugg för att skapa något för att fixa/justera/byta ut det område som är oroande.

2) Om ett teammöte ofta slutar med att båda sidor blir konfronterande, planera i förväg för att skriva ner alla medlemmars bidragande tankar och lyft sedan fram likheter inom gruppen för att öka inköpet. Nu är det din tur. Hur kan du svara med vänlighet?

### Tips för olika elever

- Låt eleverna rita bilder eller diktera snälla handlingar på deras utklipp.
- Förstora lärarens färdiga handklippta och infoga enkla bilder för att öka förståelsen och förståelsen.
- Påminn eleverna varje dag om vänlighetsmålet.
- Slutför den dagliga handlingen av vänlighet MED eleverna för att modellera vänligt beteende.



## Dela med sig

5-10 minuter

Vi har arbetat mycket hårt för att bli ansvarsfulla medborgare i vårt dagisklassrum! Låt oss granska hur vi har visat ansvar hittills denna månad:

- Hur har du använt självdisciplin och ansvar för att slutföra ditt skolarbete under vår arbetstid?
- Vilket är ett ansvarsfullt val du gjorde igår på lekplatsen? På specialerbjudanden?
- Vilket är ett sätt du kunde använda självdisciplin för att vänta på något när du verkligen ville ha det?
- Hur kunde du ta ansvar för vårt klassrum förra veckan?

Alla dessa val är sätt vi kan svara med vänlighet mot oss själva, andra och vår miljö/rum!



## Inspirera

### Svara med vänlighet

7-10 minuter

Den första delen av ordet ANSVAR är egentligen SVAR. Ett svar är ett annat ord för val. Vi kan svara vänligt eller elakt. Vi kan välja snällhet eller elakhet. Du har detta val många gånger under dagen faktiskt! Låt oss tänka tillbaka på i morse när var och en av oss gick upp och redo för skolan. Vilka val gjorde du? Hur kunde man svara med vänlighet hemma? (Jag valde vänliga ord med min mamma, jag valde att hämta mina kläder osv.)

- Skapa ett diagram med tre kolumner på whiteboardtavlan. Märk avsnitten: Klassrum, Lekplats, Hem.
- Som en klass, brainstorma så många vänliga val som möjligt under varje rubrik.
- Påminn dem: *Vi kan svara med vänlighet, även när andra väljer att vara elaka eller ovänliga! Det krävs självdisciplin för att visa vänlighet oavsett vad. Vi kan göra det!*



## Bemyndiga

20 minuter

Eleverna kommer att öva på att välja vänlighet under hela veckan genom att fokusera på 5 handlingar av vänlighet. Se tillbaka på din gigantiska lista över vänliga val. Som klass, välj 5 vänliga svar att fokusera på den här veckan: 2 i klassrummet, 2 på lekplatsen och 1 hemma.

Varje elev kommer att spåra sin hand (med hjälp om det behövs), klippa ut den och drå/skriv ner dessa 5 godhetshandlingar på fingrarna.

Som en klass kommer du att fokusera på en handling av vänlighet varje dag. Se till att markera och förklara varje vänlig åtgärd dagligen för att hjälpa klassen att fokusera mer specifikt under dagen. För hemmet, presentera det på fredag och använd lektionstiden till att brainstorma detaljerna för varje elev så att de känner sig beredda att agera vänligt när de kommer tillbaka till sitt hus. Färga i varje finger efter att du har slutfört snällheten.

Exempel på fem dagars svar med vänlighet:

- Måndag - Berätta för någon ny något trevligt om sig själv.
- Tisdag - Städa ett område i klassrummet utan att bli tillfrågad.
- Onsdag - Håll dörren öppen för någon när du är på väg ut eller kommer tillbaka från rasten.
- Torsdag - Plocka upp en leksak som du inte lekte med och ställ undan den.
- Fredag - Ge din förälder/vårdnadshavare din pärm utan att bli tillfrågad.

Varje klass kommer att ha en annan lista. Ha kul och kom ihåg att svara med vänlighet när dina elever försöker göra dessa vänliga handlingar! Övning ger färdighet.



## Reflektera

5-10 minuter

Låt din klass samlas i din cirkeltid/gemenskapsområde. Diskutera aktiviteten varje dag med hjälp av följande frågor:

- Hur kändes det att svara med vänlighet idag?
- Vad var en sak du gjorde annorlunda för att se till att du förblev snäll?
- Upplevde du att du gjorde något du inte riktigt gillade? Om så är fallet, hur förblev du dig snäll och positiv?
- Vad är ett annat sätt du kan svara med vänlighet i klassrummet/på lekplatsen/hemma?



## Förlängningsidéer

- Den här aktiviteten kan modifieras så att den inkluderar alla 4-5 specialerbjudanden som din klass kan ha. Varje dag kan representera en annan specialklass.
- När de fyller i sitt ark kan eleverna som belöning lägga till ett handavtryck på en anslagstavla för "Colorful Hands of Kindness". Låt eleverna doppa eller måla färgerna de valde ovan på handflatorna/fingrarna för att spegla deras ark. Låt dem stämpla tavlan flera gånger efter önskemål.
- Den här aktiviteten kan också ändras för att främja Slumpmässiga handlingar av vänlighet som klass. Hur kan vi i hemlighet hjälpa andra klasser?



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/>