

# 抓住善意

勇气单元的第二课重点是通过玩有趣的游戏来善待他人的勇气，让他人充满善意。学生们将向其他人扔一个沙滩球，根据球指示他们做什么，突出显示他们所做的善意的话语和行为。

仁慈理念  
勇气、善良

课程时间  
45分钟

所需材料  
☐ 充气沙滩球  
☐ 记号笔

在沙滩球的各个部分重复写下以下短语/图片(每个部分应有一个短语)。您需要根据球的大小在多个部分重复这些短语。

我喜欢你是因为.....  
我们一起度过的一段有趣的时光是.....  
我看到你很友善，当你...

标准地图  
本课程符合 CASEL 能力、国家健康教育标准和共同核心州标准。请参阅[标准地图](#)了解更多信息。



由案件指定  
作为推荐计划  
用于社交和情感学习。  
详情请参阅最后一页。

## 课程目标

学生将：

- 突出显示其他人通过动觉活动使用过的善意的话语和行为。
- 解释如何需要勇气善待他人。

## 教师联系/自我照顾

你听过“付出代价”这句话吗？它指的是一个人为陌生人做了一件未被认可的善事，但接受者反过来会通过为别人做一件善事来“回报”。也许您前面的人已经为您点的咖啡付款了，或者您的桌子上留下了一张积极的字条。这些都是这个简单而强大的概念的绝佳例子。本周，通过确定三种不同的方式以某种方式向同事表达善意，寻找以善意回应的方法。花一些时间集思广益，为周围的人带来一些小惊喜。添加一个带有善行的小纸条，鼓励其他人也通过向他人传递一点善意来保持链条的运转。

### 给不同学习者的建议

- 将球充气不足，以帮助运动困难的学生参与游戏。
- 如果球员还看不懂，请邻居读出球上的文字。
- 在球上的短语旁边画图，以帮助加深理解。



## 分享

5分钟

播放“这个或那个”：

每个人都在房间中间排成一排。解释房间的右侧是这个，房间的左侧是那个。每对之后，学生必须在这个或那个之间做出选择。阅读每一对时，请确保指向相关侧。学生必须闭上眼睛，做出选择，然后走过去。让学生回到中间并阅读另一对。

你比较喜欢哪个：

- 意大利面或炸玉米饼
- 游乐场或公园
- 狗或猫
- 烘焙或绘图
- 数学或阅读

说出我们的偏好需要勇气。当我们这样做时，我们发现我们周围的其他人也分享我们的偏好！



## 启发

善待他人的勇气

5分钟

回顾一下您在上一课中介绍的“善待他人”的解释：

善待他人：有时善待他人可能非常困难。在任何情况下，你都可以勇敢并运用勇气将你的言语和行动集中在仁慈上。即使别人很刻薄，你也可以选择通过善良来表现勇气。当你向别人表达善意时，你可能会惊讶地发现他们改变得有多快！

善意图表

5分钟

说明鼓起勇气善待他人并不总是那么容易。

**RANDOM ACTS OF KINDNESS**  
FOUNDATION®

有时我们会遇到不想仁慈的情况。也许有人对我们很刻薄或者排斥我们。也许老师或家长要求我们做一些我们并不真正喜欢做的事情。让我们列出一些方法，让我们可以用勇气做出善意的回应，即使我们不一定愿意这样做。当你怀着善意走出去时，你的整个态度都会改变！

制作 T 型图并在一侧标记“儿童”，另一侧标记“成人”。作为一个班级，集思广益如何向他人表达善意，特别是对其他孩子，然后是对成年人。示例：在告诉某人您不想玩时使用善意的话语，以快乐的心情完成一项家务活等。



## 赋能

15分钟

为了练习通过仁慈发挥勇气，全班将玩一个名为“抓住善意”。向全班展示您准备的沙滩球。解释沙滩球的每个部分都有一个简单的短语或图片。大声朗读每个短语：

- 我喜欢你因为.....(笑脸图片)
- 我们一起度过的一段有趣的时光是.....(两个孩子手牵着手照片)
- 我看到你很友善，当你...(眼睛的图片)

开始 和老师一起，每个人将球扔给班上的另一个学生。当您接住球时，您的拇指所接触的部分就是您必须回答有关向您扔球的人的部分。例如：“茉莉花，我们一起度过的一段有趣的时光是我们在沙箱里玩的时候！”。通过让志愿者将球扔给老师来演示如何玩。

然后，该人将选择另一个学生并将球扔给他们。重复这个游戏，直到每个学生都轮流接球并强调投掷者的一些特征。



## 反映

5-7分钟

游戏结束时，花一些时间反思全班的活动：

- 收到班上其他人的善意之言感觉如何？
- 当着全班同学的面大声说出他们的善意之言感觉如何？

尽管通过勇敢和无所畏惧来拥有勇气很重要，但勇气的最终例子是仁慈。当你能够向他人表现出善意，无论他们如何对待你或你对他们的了解有多深，世界就会慢慢变得更加友善。让我们无论走到哪里，都向他人传播善意！

**RANDOM ACTS OF KINDNESS**  
FOUNDATION®



## 扩展想法

- 考虑为每个学生制作一个六面纸立方体, 并在六面的每一面写上相同的短语。将其带回家与亲人一起长时间玩耍!



由案件指定  
作为社交和情感学习的推荐  
项目。

学术、社交和情感学习协作组织(卡塞尔)自 2003 年以来一直在审查基于证据的 SEL 计划。Kindness in the Classroom® 符合 CASEL 的 SElect 计划, 并包含在 CASEL 有效社交和情感学习计划指南。

Kindness in the Classroom® 达到或超过了 CASEL 高质量 SEL 编程的所有标准。Kindness in the Classroom® 获得了 CASEL 高质量 SEL 编程的最高称号。

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