

# Dankbaarheid kettingen

Deze les richt zich op zorgen door dankbaarheid. Je klas is een gigantisch team dat elke dag moet samenwerken om te leren en te groeien. Elkaar op een positieve manier onder de aandacht brengen, stimuleert het moreel en inspireert elk lid van het team tot grootsheid! Het creëren van ketens van dankbaarheid zal precies dat doen.

## Zorgzame onder-concept(en)

Medeleven,  
Dankbaarheid, Behulpzaamheid, Vriendelijkheid

## Tijdschema van de les

45 minuten

## Benodigde materialen

- ☐ Meerdere kleuren bouwpapier, gesneden in lange stroken van 2-3 inch breed
- ☐ Lijmstiften

## Normen kaart

Deze les sluit aan bij CASEL-competenties, National Health Education Standards en Common Core State Standards. Raadpleeg de Normen kaart voor meer informatie.



**AANGEWEZEN DOOR CASEL  
ALS EEN AANBEVOLEN PROGRAMMA  
VOOR SOCIAAL EN EMOTIEEL LEREN.**  
Zie laatste pagina voor details.

## Lesdoel

Studenten zullen:

- Markeer dankbare acties en woorden onder hun leeftijdsgenoten.
- Toon dankbaarheid door middel van mondelinge en schriftelijke expressie.
- Erken behulpzaamheid onder collega's door hen te bedanken voor hun bijdragen.

## Leraarverbinding / zelfzorg

Behulpzaamheid: alleen al het woord kan zowel positieve als negatieve beelden oproepen. Ben jij het type dat overal bij helpt? Of ben jij iemand die het helpen vermijdt omdat je de tijd niet lijkt te vinden? Het vinden van een balans als het gaat om behulpzaamheid is essentieel voor zelfbehoud in dit beroep.

Door duidelijke grenzen vast te stellen en te behouden met je team, je school en ja, zelfs je eigen gezin, kun je je tijd beter indelen, waardoor je de hulp die je biedt kunt combineren of tijd kunt vinden om echt meer te doen. gelegenheden. Behulpzaamheid is een geweldige karaktereigenschap, maar kan bij leraren vaak te hoog worden verwacht. Spreek je uit als je belastingplichtig bent. Niemand houdt van een knorrig helper! Ideeën nodig over HOE nee te zeggen?

Bekijk deze bron:

<http://teacherhabits.com/effectieve-manier-leraren-zeggen-nee/>

## Tips voor diverse leerlingen

- Laat non-verbale of beperkt sprekende leerlingen tekeningen maken op hun dankbaarheidskettingen.
- Speel elke dankbaarheidslink uit terwijl deze hardop wordt voorgelezen om te helpen bij het begrijpen



## Deel

3-5 minuten

Laat iedereen zijn "My Happy Place"-borden meenemen naar uw gemeenschap/ontmoetingsruimte. Gebruik het volgende om een gesprek te leiden:

- Steek je hand op als je een afbeelding van een dier op je bord hebt staan.
- Sta op als je minstens één foto van een speciale plek op je bord hebt staan.
- Hurk neer als je een foto hebt van een soort voedsel op je bord.
- Wat is de vrolijkste foto op je bord? Waarom?
- Als je één extra foto aan je bord zou kunnen toevoegen, welke zou dat dan zijn? Waarom?
- Staan er foto's op je bord waarop mensen helpen? Vertel me erover!
- Als je een foto zou kunnen toevoegen van iemand die je helpt, wie zou dat dan zijn en waarom?



## Inspireren

### Wat is dankbaarheid?

5-7 minuten

We hebben het gehad over hoe we voor anderen zorgen, maar hoe zit het als anderen voor ons zorgen? Het gevoel dat we hebben als ze om ons geven heet Dankbaarheid. We zijn dankbaar voor hun vriendelijke woorden, zorgzame acties en genereuze hulpaanbiedingen. Ze hebben geholpen om onze dag een beetje makkelijker of gelukkiger te maken en we zijn dankbaar voor alles wat ze doen. Waar ben je hier op school dankbaar voor? Waar ben je thuis dankbaar voor? Heb je dankbaarheid getoond voor deze dingen door je familie te vertellen hoe blij ze je hebben gemaakt?

### Hoe tonen we dankbaarheid in onze klas?

7-10 minuten

Bekijk aan de hand van uw klastaakschema manieren waarop we dankbaarheid kunnen tonen aan mensen wanneer ze blij geven van behulpzaamheid door hun klastaak af te ronden.

- We kunnen vriendelijke woorden gebruiken om ze te bedanken.
- We kunnen respectvolle acties gebruiken om onze dankbaarheid te tonen.
- We kunnen anderen vertellen hoe behulpzaam ze zijn (zoals de leraar!).

We kunnen ook dankbaarheid tonen als iemand onverwacht vriendelijk en zorgzaam is. Denk terug aan een moment tijdens ons schooljaar toen een van je klasgenoten onverwachte hulp bood door vriendelijke woorden of zorgzame acties. Hoe heb je hiervoor dankbaarheid getoond?



## Machtigen

20 minuten

Leg uit dat elke dag van deze week eindigt met een dankbaarheidsronde. Dit zal onze klas helpen om alle geweldige manieren te benadrukken waarop mensen voor ons zorgen en behulpzaamheid tonen gedurende de dag. Met behulp van bouwpapierstroken schrijft en/of tekent elk kind iets waar ze die dag dankbaar voor zijn.

- Nadat elke strook is voltooid, laat u de cursisten hun dankbaarheid hardop uiten.
- Combineer alle schakels samen om een dankbaarheidsketting te creëren.
- Hang onze ketting bovenaan het plafond, te beginnen in een hoek van je kamer.
- Ga door met deze activiteit elke dag (en zelfs het hele jaar door indien gewenst) met als hoofddoel te proberen je hele klas te hebbenomringd door je dankbaarheidsketen.
- Bepaal een prijs voor het voltooiën van je hele dankbaarheidsketen. Een optie zou kunnen zijn om gezinnen uit te nodigen voor een pizzaparty om ze te laten zien hoe dankbaar je voor ze bent!



## Reflecteer

5-7 minuten

Stel de volgende vragen aan je klas en bespreek de antwoorden.

- Welke dankbaarheid heb je ontvangen tijdens dit spel?
- Hoe voelde je je daarbij?
- Hoe voelde je je toen je dankbaarheid ontving nadat je iemand anders had geholpen?

*Het uiten van dankbaarheid is een geweldige gewoonte om op deze jonge leeftijd mee te beginnen. Het vroegtijdig introduceren van woordenschat en acties die dit concept met elkaar verbinden, helpt om in een vroeg stadium een hart van dankbaarheid en zorgzaamheid te creëren, wat leidt tot een levenslange gewoonte van dankbaarheid.*



## Uitbreidingsideeën

- Gebruik de dankbaarheidsketen om patronen te oefenen, tellen over te slaan en optellen met grondtal tienit. Gebruik verschillende kleuren voor elke 2, 5 of 10 kettingen om te helpen bij het oefenen van elementaire wiskundige concepten. Na het toevoegen van kettingen aan het einde van elke dag, tel je het totale aantal kettingen met behulp van verschillende patronen om optellen en vermenigvuldigen op laag niveau te illustreren.
- Richt je dankbaarheid op de studenten van de dag/week. Overlaad ze elke dag met dankbaarheid om ze op te bouwen!
- Uitbreiding thuis: start deze week ook een Dankbaarheidsketting voor het gezin van elk kind! Focussen op het positieve thuis is een geweldig hulpmiddel om ook bij kinderen zorgzaamheid en behulpzaamheid te stimuleren.
- Ga door met deze dankbaarheidsketting na deze maand door de kettingen elke maand een kleurcode te geven. Dit zal je helpen te

**RANDOM ACTS OF KINDNESS**  
FOUNDATION®

zien hoe dankbaar je klas is en wanneer het misschien tijd is om de houding van dankbaarheid in een hogere versnelling te zetten!



AANGEWEEZEN DOOR  
CASEL  
ALS EEN AANBEVOLEN  
PROGRAMMA VOOR  
SOCIAAL EN EMOTIONEEL  
LEREN.

De Collaborative voor academisch, sociaal en emotioneel leren (KASEL) beoordeelt sinds 2003 evidence-based SEL-programma's. Vriendelijkheid in de klas<sup>®</sup> voldoet aan het SELECT-programma van CASEL en is opgenomen in de CASEL Gids voor effectieve sociale en emotionele leerprogramma's.

Kindness in the Classroom<sup>®</sup> voldeed of overtrof alle kwaliteitscriteria van CASEL SEL-programmering. Vriendelijkheid in de klas<sup>®</sup> ontving de hoogste onderscheiding van CASEL voor hoogwaardige SEL-programmering.

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