

乐于助人的抓包

课堂之外的仁慈™
整个团体 • 选项 2 • 关怀

课程时间
15-20日 分钟s

材料
☐ 一个包
☐ 1 张纸
或 5 张索引卡
☐ 关爱海报(可选)



分享

讨论关心他人是我们每天都可以练习的事情。当我们实践乐于助人时，我们就是在关心他人。关怀的定义：关怀是对他人的感受和关心。（如果需要，请出示关爱海报。）

集思广益，讨论你一天中可能会帮助到的人。

- 今天早上你帮助了谁？
- 今天您可以帮助谁这里时间？

目标是 8-10 人的名单。确保包括来自不同年龄段的答案。



启发

我们在生活中的每一天都在实践关怀，但我们可能没有想到这一点。我们如何对待他人，以及当他们受伤、不安或生病时我们如何表达关心，是我们表现出关怀的具体方式。当我们通过帮助他人来关心他人时，我们也在向他们表达善意和尊重。

说明今天我们将找出不同的方法来帮助我们每天见到的其他人。有时很容易忽视与您一起生活或每天见到的人。然而，我们也可以而且应该花时间帮助他们，即使是一点点！



赋能

使用下页上的位置卡，让每个学生随机选择一张卡（可以放入袋子中，或者如果需要，可以将其正面朝下翻转）。让学生宣布他们的位置并完成以下提示：“我可以在 _____（插入位置）提供帮助.....”让每个人将他们选择的卡片放回袋子中，然后轮换给下一个人。

重复直到每个学生都有机会参与。



反映

围绕关心和帮助引导整个小组的对话。

- 什么是关怀？
- 对你来说，乐于助人是什么样的？
- 你如何帮助别人，即使是很小的事情？
- 如果我们选择忽视其他需要帮助的人，会发生什么？



在家里	在学校	在公园里	在操场上	在杂货店
在朋友家里	在图书馆	在公交车上	在赛场上	在商场
在咖啡店	放学时间	在车里	在班级之间的走廊里	在城市

在家里	在学校	在公园里	在操场上	在杂货店
在朋友家里	在图书馆	在公交车上	在赛场上	在商场
在咖啡店	放学时间	在车里	在班级之间的走廊里	在城市

在家里	在学校	在公园里	在操场上	在杂货店
在朋友家里	在图书馆	在公交车上	在赛场上	在商场
在咖啡店	放学时间	在车里	在班级之间的走廊里	在城市