

我的名字词谜

在本课程中，学生将确定他们喜欢自己的各种个人品质。他们会以自己创造的名字离合诗或单词谜题的形式组织他们的想法。本课程包含一小部分课堂演示，这也将为学生提供练习全身聆听的机会。

关爱子概念
慈悲、仁慈

课程时间
35-40 分钟

所需材料
☐ 每名学生一张标牌或建筑用纸。
☐ 彩色铅笔/记号笔

准备好分享您的名字或家庭成员的名字的历史或含义，以激发学生的思考。

为你的名字准备一首离合诗作为例子可能很有意义。

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：

- 找出他们欣赏的关于自己的事情。
- 将自我保健思维应用到他们的生活中。
- 向全班展示他们的离合诗并练习简短的演讲技巧。

教师联系/自我照顾

在第一单元中，我们讨论了自尊作为我们世界中尊重的基石的重要性。本单元我们的重点是关爱，其中包括同情心、乐于助人、感恩和同理心。关怀被定义为对自己和他人的感受和关心。记住这个定义，尝试评估您如何照顾自己。

自我保健是确保我们有时间重新启动的重要工具。每天提供时间专注于自己并不自私。你每天只为自己做什么？如果答案很难确定，请集思广益一些关于如何每天照顾自己的想法。如果您已经开始这个过程，请尝试扩大或深化您的自我保健，以包括长期目标（例如锻炼或参加有趣的课程）。如果你自己都不关心自己，又怎么能指望为别人提供坚实的关心呢？

给不同学习者的建议

- 提供单词谜题的视觉示例可能对所有学习者都有用
- 对于有兴趣的学生，可以使用正式术语“离合诗”来表示单词谜题
- 高年级学生可能想要通过将自己的名字放在中间并使用名字的中间字母而不是第一个字母来完成更具挑战性的离合诗，如下所示：

<https://www.pinterest.com/pin/470626229786264958/>



分享

5-7分钟

欢迎来到我们的新单位“关怀”！我们将讨论关心他人，以及不仅关心他人，而且关心我们自己和我们的空间意味着什么。

对你来说，关心他人是什么样的？

邀请学生回答。

然而，为他人提供照顾的一部分就是为我们自己提供照顾的能力。我们称之为自我保健。想一想。如果你自己都照顾不好，你怎么会有精力去照顾别人呢？你不会的！

所以，今天，我们将思考我们照顾自己的所有方式，并思考那些让我们与众不同的事情。

让我们从如何照顾自己开始。什么是那些东西 你会怎样照顾你的心灵呢？

邀请学生回答；下面提供了一些示例回复：

心灵：善待他人，感恩，帮助他人，充足的睡眠，做拼图，上学，阅读，深呼吸，学习新东西，学习另一种语言，玩学习游戏，看教育电视，弹奏乐器。

您会做哪些事情来照顾自己的身体？

邀请学生回答；下面提供了一些示例回复：

身体：充足的睡眠、锻炼、吃水果和蔬菜等健康食品、跳舞、帮助做家务、课间活动、参加体育课、骑自行车，进行体育活动。



启发

5-7分钟

现在让我们谈谈让我们与众不同的事情。这全世界只有一个你！即使您有双胞胎，您仍然是独一无二的并且在特殊方面有所不同。

我们许多人都是这样的一种方式独特于我们的名字。即使我们与某人的名字相同或相似，我们仍然有独特的中间名和姓氏，使我们与众不同。

有谁知道你的名字有什么特别的故事吗？你是以某个特别的人的名字命名的吗？它有什么特殊的意义吗？

请学生回答。也许以你名字的含义或意义来开头。

还有哪些其他因素让我们与众不同？

邀请学生回应；鼓励有关个性、兴趣、才能、爱好等的回答。



赋能

10-15分钟

好的，现在你要把所有关于你的想法用你的名字放入一个有趣的字谜中。您可以通过几种方式来做这一点。您可以将您的名字垂直写在纸张的一侧，也可以使用气泡字母并在整个页面上拼出您的名字。

对于每个字母，您需要写下一个单词或短语来描述您的特殊之处，并且以同一个字母开头。完成后，请随意以某种方式装饰您的单词拼图代表你写下的关于你自己的所有独特的、特别的事情。

完成离合诗后，学生应该以代表他们和他们选择用来描述自己的词语的方式装饰他们的海报。

在智能板上投影示例或在白板上写一个示例。该示例可以是任何名称，但如果是老师的名字可能更有意义。

例子：<https://www.pinterest.com/pin/517069600952146227/>



反映

5-7分钟

邀请学生分享他们的离合词谜题。您可能想将学生聚集在早上的会议空间或某个地方(而不是桌子),并设置一把特殊的椅子,让展示谜题的人可以坐下,而班级的其他人则坐在他们前面的地毯/地板上。这有助于强调演讲者是特别且重要的。提醒学生使用全身聆听。

请记住,我们班上的每个人都很特别,并且都有重要的东西可以添加到我们的班级中。记得关心你的思想,关心你的身体,并相信你对我和我们班的每个人有多重要!如果我们不照顾自己,我们就无法照顾彼此,所以每天花一些时间为自己做一些健康和特别的事情。还要记住,表达感激之情、帮助他人和友善会让我们的身体和身体感觉良好。当我们心怀感恩时,我们会更快乐。努力对周围的人表示感谢、帮助和友善!



扩展想法

- 考虑将离合诗悬挂在房间周围或公告板上,或层压板和使用它们作为桌面名片(用胶带粘在或悬挂在测试的正面或用胶带粘在椅背上)。
- 你可以让学生从杂志上剪下描述他们的单词,然后用胶带或粘贴到他们的离合诗中。您还可以让他们剪下代表他们的图像,然后用胶带或粘贴作为最终装饰的一部分。



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/>