

勇气

这是我们勇气单元的最后一周。学生将关注勇气，以及勇气的最终表现是在任何情况下拥抱善意，无论你受到怎样的对待。

从整个课堂课程开始本单元，然后目标是在一周内与学生一起完成至少两门迷你课程。每节迷你课程都旨在以新颖且引人入胜的方式呈现主课的元素。

主要课程

全班课
30分钟



善良文化

整个班级将审视学校社区当前的文化，并找出在整个学校环境中增加友善的方法。（有关课程详细信息，请参阅第2页。）

迷你课程

适合小团体
15分钟



赞美卡

将班级分成 4-6 人的小组。每个小组负责制作索引卡，并对学校内的成年人表示赞扬。在创建卡片之前，鼓励围绕选择谁进行讨论。任何团体不得选择与另一团体相同的成年人。强调学生在制作卡片时真诚、善意的话语的重要性。如果可能的话，通过学校邮件递送卡片。

对于合作伙伴
15分钟



奋斗时的善良

与你的伙伴讨论你最难的课程。即使你不喜欢在这个班级里，你如何能在班级中表现出善意？

对于个人
15分钟



家中的仁慈

列出 10 种增加家庭友善度的方法。您可以完成哪些言语或行动来帮助将焦点转向更高层次的友善？

以技术为中心
15分钟



好消息！

探索<https://www.goodnewsnetwork.org/>，该网站仅分享积极和令人振奋（并且始终真实！）的新闻。即使我们的社会和媒体因负面新闻而繁荣，如何才能有勇气去关注积极的一面呢？

善良文化

整个班级将审视学校社区当前的文化，并找出在整个学校环境中增加友善的方法。

课程时间

30分钟

所需材料

- ☐ 不需要任何材料
对于本课

标准地图

本课程符合 CASEL 能力、国家健康教育标准、国际教育技术协会标准(如果适用)以及共同核心州标准。请参阅[标准地图](#) 了解更多信息。

课程目标

学生将：

- 探索勇气与善良之间的联系。
- 在学校和家里练习展现勇气和善良。

教师联系/自我照顾

欢迎来到最后一个单元的最后一课！恭喜！这是庆祝你今年所取得的个人和职业成就的好时机，因为你知道你可能会在痛苦中成长，你会通过考验达到目标，你会在失败后找到成功。我们知道增长之路并不平坦；这往往是一条少有人走的路，有时你必须要有勇气继续前进，说真话，分享善意，并表现出脆弱的一面。不过今天，庆祝一下这段旅程。陶醉在吸取的教训和遇到的挑战中。认识到今年你是多么勇敢、善良、善良和坚持。写一份关于你今年取得的成就的肯定声明。例如：

“今年，我关于 _____ 的课程计划确实有效，让我的学生更好地学习。”

“今年我在 _____ 时处于最佳状态。”

“今年，我是 _____ 的领导者。”

然后，围绕你今年教授的善意概念之一，为明年写下一个勇敢的目标。您如何将尊重、关怀、正直、包容、尊重和勇气融入到您的教学和领导中？您需要做什么才能实现这一目标？今天庆祝，但明天继续工作。



分享

3-5分钟

这是我们勇气单元的第四周。到目前为止，我们已经探讨了勇气以及它如何与脆弱和谦逊联系起来。上周的重点是勇气的终极表现：善行！当你即将完成中学生涯时，你无疑可以看到勇气和善良之间的联系！

思考这两个概念之间的联系。在情况不太乐观的情况下，你如何勇敢地表现出善意？（邀请学生回答。）



启发

3-5分钟

仁慈并不总是让人感觉是一种勇气的行为，但在所有环境中真正表现出仁慈绝对是一个挑战。放下你的骄傲并对那些给你带来仇恨或愤怒的人给予善意需要一种特殊的勇气。即使在艰难的情况下，例如为自己和他人挺身而出，我们仍然可以将善意置于我们言语和行动的中心。这需要勇气，因为我们可能不被接受。我们甚至可能被取笑、嘲笑或欺负。鼓起勇气去行善总是值得冒险的！

某些环境自然会创造一种友善的文化。然而，对面也是同样的情况。你如何展示自己以及你和你的朋友如何对待新的或不同的人，为你为与你互动的其他人创造的“文化”和环境定下了基调。

花点时间检查一下您的日常互动。他们大多是令人振奋和积极的吗？当你与朋友和其他交谈的人交谈时，你是否倾向于使用讽刺的语气和笑话？这种讽刺如何改变你们谈话的语气？讽刺是善意的吗？（邀请学生回答。）

当我们创造的环境充满敌意、讽刺和竞争时，就很难给它注入善意。当我们发现自己处于一个消极的新环境中时也是如此。我们个人有责任确保我们自己的行为不会成为这种文化的促成因素。如果我们以善意领导并善意回应，即使我们被仇恨包围，我们也可以确信我们的行为是团队的财富。当我们在身边时，人们会喜欢我们的存在，而不是感到畏缩。这是你的选择！



赋能

15分钟

说明全班现在将检查我们学校的文化。我们的社区内是否有友善的文化？即使我们总体上相当友善，但总有改进的空间。

在我们的学校社区内引导有关善意的讨论：

- 我们学校目前如何营造友善文化？
- 你在课堂上观察到哪些善良的例子？午餐时？在公交车上？
- 作为学校，我们如何才能增加我们的友善呢？

讨论完学校社区当前的氛围后，将全班分成小组，让每个小组集体讨论一种可以增加友善度的积极方法。每个小组将与全班分享他们的想法。

- 如果时间允许，对想法进行投票。哪一个是我们可以轻松实现的？微小的变化如何对我们的学校文化产生持久的影响？



反映

5-7分钟

作为一个班级，挑战自己，在本周以更友善的方式互动。当您发现自己又回到过度讽刺和消极的状态时，请提醒彼此，善意从我们开始！我们每个人每天都要做出一个决定：我们是否有勇气在所有情况下都保持友善，即使是对我们不同意的人？