

# 准备好比赛！

包容性主题可以通过团队建设游戏得到最好的实践。本课将重点讨论让每个人都通过接力赛来实现团队目标的重要性和必要性。

包容性概念  
公平、仁慈

课程时间  
25-30分钟

所需材料  
☐ 移动它！卡片(见下文)  
☐ 大张纸

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：

- 通过完成以团队为中心的接力赛来落实包容性的概念。
- 展示如何让具有不同能力的其他人参与进来。

## 教师联系/自我照顾

团队合作的技能是我们成年生活中都会用到的技能。您的教学伙伴、特定年级的教学小组、您的学校，甚至您的学区都是由结构化团队管理的，这些团队必须找到共同点来实现共同目标。但是，您分配的团队不一定与您想要的团队相关。你每天在课堂上使用的技能可以而且应该应用于你在学校内外担任的各个团队、委员会和董事会。不要期望自己是完美的。我们都有自己的缺点。向外观察比亲自反思更容易。在你开始抱怨或与你的团队发生争执之前，问自己以下三个问题：

我能提供什么帮助吗？  
我怎么会成为别人的问题呢？  
我怎样才能帮助事情顺利进行？

我们都有优点和缺点。对它们持开放态度可以在任何团队情况下对你有所帮助。坦率地说明您可以提供什么以及您可能会遇到困难的地方！

### 给不同学习者的建议

- 提前查看游戏中使用的每张动作卡的图片卡，并使用肢体语言进行演示。
- 通过不同的能力提前划分小组，以增加包容性。
- 根据需要添加教室的实际需要添加卡片。（下面附有空白卡）

## 分享

5分钟

- “特别”是什么意思？
- 说出一件让你特别的事情。
- 转向你旁边的人，告诉他们为什么你的一位特殊老师特别特别。（艺术、体育、音乐等）

**RANDOM ACTS OF KINDNESS**  
FOUNDATION®



## 启发

什么是包容性？

7-10分钟

解释让其他人参与进来是多么重要。当我们接纳他们时，我们告诉他们他们很特别，我们想与他们共度时光。包容性这个词只是更广泛地表达每个人都应该被包括在内。你听到这两个词之间的相似之处了吗？包容性和包容性。当我们包容他人时，我们就表现出了包容性！

我们如何践行包容性？

5-7分钟

说明实践包容性需要善意和勇气。我们可以通过邀请别人和我们一起玩、在游戏中为他们加油、在他们说话时微笑来帮助他们感受到融入感。使用一张大纸，画一个大矩形，分为四部分，并在中间写上“包容性”一词。为每个方块标记不同的位置（家庭、学校、游乐场、日托中心等都是示例），并集体讨论在每个区域实践包容性的方法。当您看到孩子被遗漏时，请将纸挂起来并参考它！



## 赋能

5分钟

为了练习这项技能，班级将进行接力赛。每个团队的目标是让每个团队成员都参加接力赛。

### 步骤1

根据班级规模和空间，将班级分为 3-4 组。每组应该有 6 到 8 名学生。这场比赛可以通过将桌子移到教室边缘、健身房或室外（如果天气允许）来完成。

### 步骤2

解释游戏规则。每个团队成员必须从“移动它！”中选择一张卡片。桩。强调他们有能力交换一张卡并选择一张适合他们的卡。每张卡片上都有一张他们必须如何穿过房间并返回的图片。下一个人不能走，直到他们标记了自己的手。在场上为所有球队划出一条起跑线；遮蔽胶带效果很好。注意：这项活动很容易适应不同能力的人。坐轮椅的人可以转动，身体有限的学生可以由另一名学生帮助等。

### 步骤3

给学生 5-7 分钟的时间来确定他们将复制哪种类型的移动卡。学生必须作为一个团队一起工作，让团队中的每个人都参与其中。如果有人需要某些卡片，团队必须共同努力将他们纳入其中。您需要四处走动并为具有不同学习者的团体提供帮助。保持语言积极和包容。

### 步骤4

种族！您可以通过两种方式做到这一点：为每个团队计时，看看他们是否可以打破自己的时间，或者让所有团队同时比赛。



## 反映

3-5分钟

接力完成后，讨论包容性。

**RANDOM ACTS OF KINDNESS**  
FOUNDATION®

- 在我们的比赛中有人感到被忽视了吗？
- 比赛期间您做了什么类型的移动？
- 你是怎么选卡的？
- 你参与起来容易吗？
- 今天你有感受到融入其中吗？

包容性这个话题可能很难向这个年龄段的人解释。然而，幼儿园的孩子理解被排除在外的感觉。他们也开始意识到不同的能力，并能理解不够快、不够聪明等感觉。这个游戏让他们能够共同努力，让整个团队以最适合每个人的方式完成比赛玩家。



## 扩展想法

- 以班级为单位举办其他接力赛，以练习团队建设和班级士气。根据您的班级构成，接力赛可能包括：用吸管吹纸、将球踢过圆锥体、运球、三足赛跑等。



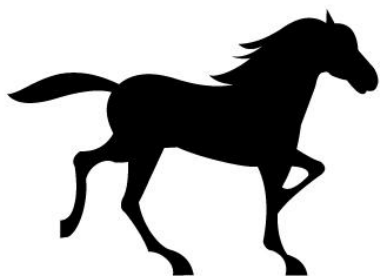
由案件指定  
作为社交和情感学习的推荐  
项目。

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。

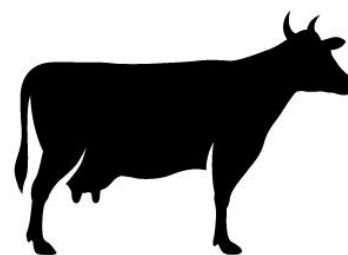
<https://casel.org/guide/kindness-in-the-classroom/>

**GALLOP like a HORSE**



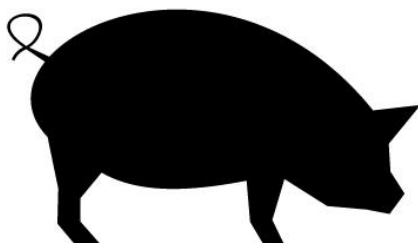
Horse by Alexey Bondarenko from the Noun Project

**STOMP like a COW**



Cow by Alessandro Suraci from the Noun Project

**ROLL like a PIG**



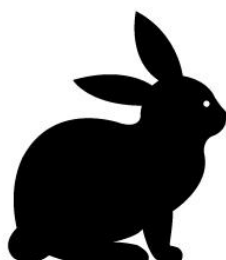
Pig by Andy Mc from the Noun Project

**STRUT like a ROOSTER**



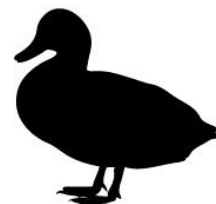
Rooster by Dolly Holmes from the Noun Project

**HOP like a BUNNY**



Rabbit by Madeleine Bennett from the Noun Project

**WADDLE like a DUCK**



Duck by bmljrlleff from the Noun Project

**RANDOM ACTS OF KINDNESS**  
FOUNDATION

**RANDOM ACTS OF KINDNESS**  
FOUNDATION®

©随机善行基金会。版权所有。 [www.randomactsofkindness.org](http://www.randomactsofkindness.org) | 页 4



**WALK SLOWLY**



Walk by Adrien Coquet from the Noun Project

**WALK ON ONE FOOT  
with a HELPER**



Walk by Adrien Coquet from the Noun Project

**WALK using CRUTCHES**



crutches by Loudoun Design Co. from the Noun Project

**ROLL like a BICYCLE**



Bike by romzicon from the Noun Project

**RANDOM ACTS OF KINDNESS**  
FOUNDATION

**RANDOM ACTS OF KINDNESS**  
FOUNDATION®

