

幼儿园单位概况

单元	主要课程标题	预期成果
第一单元: 尊重	第 1 课: 尊重的三项规则 第 2 课: 你的呼啦圈有多大? 第 3 课: 尊重的彩虹 第 4 课: 充满尊重的班级 项目一: 欢迎大使 项目 2: 尊重说唱	<ul style="list-style-type: none">● 明确尊重的概念。● 解释三种不同类型的尊重(自我、他人、空间)● 获得在各种情况下运用尊重的经验
第二单元: 关怀	第 1 课: 记得照顾! 第 2 课: 井字游戏 第 3 课: 快点好起来 第 4 课: 下午茶时间 项目一: 100 种护理方法 项目 2: 伸出援助之手	<ul style="list-style-type: none">● 定义关键的友善术语, 包括帮助、感激和关怀。● 解释帮助与感恩之间的联系。● 了解同理心和同情心如何结合在一起。
第三单元: 包容性	第 1 课: 《我很特别》一本书 第 2 课: 准备好比赛 第 3 课: 请求许可 第 4 课: 善意话语的力量 项目一: 欢迎宴会! 项目 2: 我们的一块拼图	<ul style="list-style-type: none">● 回顾尊重和关怀的概念。● 解释一下包容他人意味着什么。● 探索公平意味着什么。● 了解善良与包容之间的联系。
第四单元: 诚信	第 1 课: 诚实是最好的政策 第 2 课: 我们的诚实手册 第 3 课: 熟能生巧! 第 4 课: 每份工作都很重要! 项目一: 诚信歌 项目 2: 植物的毅力	<ul style="list-style-type: none">● 回顾尊重、关怀、包容和友善。● 定义诚实和毅力。● 练习在困难的情况下运用善意和尊重来培养诚实的行为。● 团队合作, 坚持不懈。
第五单元: 责任	第 1 课: 我的空间 第 2 课: 多米诺骨牌效应 第 3 课: 每一滴都很重要! 第 4 课: 击个掌! 项目一: 责任图 项目 2: 再生艺术	<ul style="list-style-type: none">● 通过行动和言语来定义责任和自律。● 确定如何在家庭和学校表现出责任。● 将自律和责任联系起来, 并将其应用到日常生活中。
第六单元: 勇气	第 1 课: 肯定手机版 第 2 课: 善意邮件 第 3 课: 仁慈游行 第 4 课: 随机善举书签 项目一: 仁慈之书 项目 2: 勇敢的善举	<ul style="list-style-type: none">● 找出为自己和他人展现勇气的方法。● 练习随意的善举。● 讨论如何在不被认可的情况下善待他人需要勇气。

**RANDOM ACTS
OF KINDNESS**
FOUNDATION®

一年级单元概述

单元	主要课程标题	预期成果
第一单元: 尊重	第 1 课: 选择尊重 第 2 课: 我如何照顾我自己 第 3 课: 尊重之塔 第 4 课: 你的水桶有多满 项目一: 尊重圈子 项目 2: 创造奶昔	<ul style="list-style-type: none">了解如何在课堂和家里尊重他人。演示如何与他人进行尊重的沟通。在独立活动和与工作相关的活动中尊重地工作。
第二单元: 关怀	第 1 课: 我的快乐之地 第 2 课: 感恩链 第 3 课: 一碗慈悲 第 4 课: 带着同理心绘制图表 项目一: 感觉还可以..... 项目 2: 谁在帮助我?	<ul style="list-style-type: none">定义关键的友善术语, 包括帮助、感激和关怀。将乐于助人与感恩之间联系起来。了解同理心和同情心如何结合在一起。将自我保健思维应用到他们的生活中。
第三单元: 包容性	第 1 课: 合作抢椅 第 2 课: 乐器歌曲 第 3 课: 单数出局 第 4 课: 团队合作, 共赢! 项目一: 个性化吊坠 项目 2: 构建包容性: 乐高风格!	<ul style="list-style-type: none">回顾尊重和关怀的概念。解释包含和排除之间的区别。探索公平如何与包容性联系起来。了解善良与包容之间的关系。
第四单元: 诚信	第 1 课: 谎言雪球 第 2 课: 诚实的评论 第 3 课: 毅力谜题 第 4 课: 诚信社区 项目一: 毅力海贼团 项目 2: 诚信手册	<ul style="list-style-type: none">回顾尊重、关怀、包容和尊重。定义诚实、不诚实和坚持。了解“善意谎言”的概念以及它们如何相互构建。确定帮助人们坚持应对挑战的策略。引入诚信理念。
第五单元: 责任	第 1 课: 一网打尽 第 2 课: 责任三明治 第 3 课: 环保责任猜谜游戏 第 4 课: 好心优惠券! 项目一: 现金类 项目 2: 负责任地回收	<ul style="list-style-type: none">通过行动和言语来定义责任和自律。确定如何在家庭和学校表现出责任。将自律和责任联系起来, 并将其应用到日常生活中。解释如何在各种情况下做出负责任的选择。
第六单元: 勇气	第 1 课: 我的善意宝箱 第 2 课: 抓住善意 第 3 课: 安全第一! 第 4 课: 随机的善举: 粉笔惊喜 项目一: 仁慈克 项目 2: 善良斗篷	<ul style="list-style-type: none">找出为自己和他人展现勇气的方法。练习随意的善举。通过帮助自己和他人来表现出勇气。讨论如何在不被认可的情况下善待他人需要勇气。

**RANDOM ACTS
OF KINDNESS**
FOUNDATION®

二年级单元概述

单元	主要课程标题	预期成果
第一单元: 尊重	第 1 课: 善意的涟漪 第 2 课: 的涟漪 恭敬地聆听 第 3 课: 尊重沟通的涟漪 第 4 课: 相互尊重的团队合作的涟漪 项目一: 尊重与仁慈的涟漪 项目 2: 选择善良	<ul style="list-style-type: none">● 学习在课堂和学习环境中表达善意和尊重的基本方法。● 确定尊重倾听的关键要素。● 培养在出现分歧时使用的健康的沟通技巧。● 在团队中有效地工作。
第二单元: 关怀	第 1 课: 我的名字字谜 第 2 课: 感恩寻宝游戏 第 3 课: 同情心连接: 日常情绪 第 4 课: 同情心连接: 慈悲之路 项目一: 感谢您的帮助 项目 2: 感恩词云	<ul style="list-style-type: none">● 定义关键的善意术语, 包括感恩、关怀和同情心。● 找出关怀、仁慈和乐于助人之间的联系。● 将同理心和同情心与同情心联系起来。● 将自我保健思维应用到他们的生活中。
第三单元: 包容性	第 1 课: 我们都是奇迹! 第 2 课: 我们看! 第 3 课: 关爱+分享=公平 第 4 课: 超越我们的外壳 项目一: 好鸡蛋 项目 2: 包容性和 公平工具箱项目	<ul style="list-style-type: none">● 回顾尊重和关怀的概念。● 讨论是什么使两件事相同以及不同。● 了解包含和排除之间的区别。● 探索公平如何促进包容性。● 评估善良与包容之间的联系。
第四单元: 诚信	第 1 课: 诚实的便士 第 2 课: 诚信与科技 第 3 课: 你会怎么办? 第 4 课: 寻找帮手 项目一: 带着毅力去读书! 项目 2: 感谢您的帮助	<ul style="list-style-type: none">● 回顾之前单元的主要主题: 关怀、善良、包容和公平。● 定义诚实、不诚实和声誉。● 利用关怀和善意来制定诚实的替代方案来替代欺骗行为。● 确定帮助人们坚持应对挑战的策略。● 以团队的方式合作。
第五单元: 责任	第 1 课: 我的身体栖息地 第 2 课: 我们的共同栖息地 第 3 课: 自然栖息地: 海狸的影响 第 4 课: 一包一手链 项目一: 对我们自己、他人和环境的责任 项目 2: 责任的迹象	<ul style="list-style-type: none">● 探索我们如何才能对自己的身体和思想做出负责任的决定。● 探索我们如何就与他人的共享空间做出负责任的决定。● 探索我们如何做出有关环境的负责任的决策。● 评估不同的决策如何影响栖息地, 尤其是环境。● 讨论负责任的决策对生活质量和栖息地的影响。
第六单元: 勇气	第 1 课: 我相信超级我! 第 2 课: 我愿意/他们感觉 第 3 课: 清洁的勇气 第 4 课: 随机的善举: 办公桌笔记 项目一: 勇气日记	<ul style="list-style-type: none">● 确定他们可以做什么来为自己和他人展现勇气。● 通过选择勇敢的行为来确定他人可能的结果。● 通过帮助自己和他人来表现出勇气。● 讨论如何在不被认可的情况下善待他人需要勇气。

**RANDOM ACTS
OF KINDNESS**
FOUNDATION®

三年级单元概述

单元	主要课程标题	预期成果
第一单元: 尊重	第1课: 尊重算命师 第2课: 善待自己 第3课: 暂停! 第4课: 建立一个相互尊重的社区 项目一: 交互式 RAK 笔记本 项目2: 尊重什么 看起来像? 布告栏	<ul style="list-style-type: none">了解如何在课堂和家里尊重他人。演示如何与他人进行尊重的沟通。在独立活动和与工作相关的活动中尊重地工作。
第二单元: 关怀	第1课: 我的肯定石 第2课: 爱心漫画 第3课: 同情角色扮演 第4课: 通过感官产生同理心 项目一: 分享你的感受 项目2: 感恩之链	<ul style="list-style-type: none">定义关键的友善术语, 包括帮助、感激和关怀。将乐于助人、感恩、同理心和同情心联系起来。将自我保健思维应用到他们的生活中。
第三单元: 包容性	第1课: 我是谁? 第2课: 你是谁? 第3课: 寻找共同点 第4课: 公平与平等 项目一: 创意赞美卡 项目2: 善意罐	<ul style="list-style-type: none">回顾尊重和关怀的概念。无论先入为主的差异概念如何, 都要突出相似之处。探索公平与平等之间的区别。了解善良与包容之间的关系。
第四单元: 诚信	第1课: 善意的谎言与善意的真相 第2课: 诚信障碍课程 第3课: 诚信角色扮演 第4课: 坚持你的目标! 项目一: 诚信之门 项目2: 毅力藏宝图	<ul style="list-style-type: none">回顾尊重、关怀和包容。定义诚实、不诚实和坚持。了解“善意谎言”的概念以及它们如何相互构建。确定帮助人们坚持应对挑战的策略。通过目标制定和贯彻落实来增强坚持不懈的技能。
第五单元: 责任	第1课: 责任的阶梯 第2课: 谁负责? 第3课: 走向绿色 第4课: 责任猜谜游戏 项目一: 蛋宝宝 项目2: 西蒙说艺术	<ul style="list-style-type: none">通过行动和言语来定义责任和自律。确定如何在家庭、学校和社区中表现出责任。将自律和责任联系起来, 并将其应用到日常生活中。解释如何在各种情况下做出负责任的选择。
第六单元: 勇气	第1课: 勇敢成为我! 第2课: 善意的话角色扮演 第3课: 社区善意前十名	<ul style="list-style-type: none">找出为自己、他人和社区表现勇气的方法。练习随意的善举。通过帮助自己、他人和社区来表现出勇气。

第 4 课: 随机的善举: 忍者风格
项目一: 日常勇敢
项目 2: 善良剪辑

- 讨论如何在不被认可的情况下善待他人需要勇气。

四年级单元概览

单元	主要课程标题	预期成果
第一单元: 尊重	第 1 课: 了解并尊重自己 第 2 课: 了解并尊重他人 第 3 课: 认识和尊重地点和事物 第 4 课: 以哈伊马角 (RAK) 方式进行沟通: 尊重、放心、友善 项目一: 一场充满尊重的辩论 项目 2: 《我尊重你》行动	<ul style="list-style-type: none">● 定义尊重和自尊。● 欣赏差异如何使人们变得独特和有趣。● 确定一个具体的策略来表达对事物和地方的尊重。● 将尊重和善意与理解他人的信仰、价值观和意见联系起来。
第二单元: 关怀	第 1 课: 拿五 第 2 课: 给五 第 3 课: 亲爱的我: 一封关于同情的信 第 4 课: 你会怎么办? 项目一: 关怀笔记本 项目 2: 同理心障碍课程	<ul style="list-style-type: none">● 确定有助于管理压力和提高自尊的策略。● 讨论关怀和同情的概念。● 了解同理心的定义。
第三单元: 包容性	第 1 课: 包容性调查 第 2 课: 穿越有毒沼泽: 团队合作 第 3 课: 包括你自己 第 4 课: 公平与平等 项目一: 友谊链 项目 2: 包容性图画书	<ul style="list-style-type: none">● 探索真正的友谊是什么样子。● 认识到团队合作需要包容性。● 认识到让自己参与活动作为包容他人的一种手段的价值。● 应用解决问题的策略来帮助使不同的情况对每个参与者都公平和/或平等。
第四单元: 诚信	第 1 课: 诚信源于仁慈 第 2 课: 诚实正直 第 3 课: 诚信源于坚持 第 4 课: 通过目标实现诚信 项目一: 包容性广告牌 项目 2: 毅力书签	<ul style="list-style-type: none">● 从仁慈的角度分析诚信。● 从诚实的角度分析诚信。● 从毅力的角度分析诚信。● 通过目标设定的角度分析诚信和毅力。
第五单元: 责任	第 1 课: 自律策略 第 2 课: 用我们的责任影响他人 第 3 课: 变绿! 第 4 课: 个人责任清单 项目一: 责任落蛋挑战 项目 2: 责任词搜索	<ul style="list-style-type: none">● 确定个人在学校、家庭以及对自己/与他人的责任。● 检查履行或忽视我们的责任之间的因果关系。● 评估如何在家庭和学校对环境负责。● 确定责任自我改进的策略。
第六单元: 勇气	第 1 课: 《我是》诗	<ul style="list-style-type: none">● 看看有勇气做自己意味着什么。

**RANDOM ACTS
OF KINDNESS**
FOUNDATION®

第2课:使用I语句形成勇敢的反应
第3课:世界改变者
第4课:随机的善举:
闪亮的星星
项目一:勇气地图
项目2:失败达达!

- 使用“我”语句对他人做出勇敢和善意的回应。
- 评估勇气如何激励人们积极参与社区的公益事业。
- 找出学校里那些努力学习但并不总是受到赞赏的人。

五年级单元概览

单元	主要课程标题	预期成果
第一单元:尊重	第1课:从里到外 第2课:尊重我们的(情感)自我 第3课:认识并恢复尊重 第4课:抱歉+我能帮忙吗? 项目一:感觉自画像 项目2:尊重寻宝游戏	<ul style="list-style-type: none">● 识别不同的情绪并探索我们的情绪如何受到他人的影响。● 探索健康的方法来照顾自己的心理和情绪健康。● 识别尊重和不尊重的行为。● 提出尊重的问题解决方案。
第二单元:关怀	第1课:护理词云 第2课:通讯漫画 第3课:真诚道歉 第4课:宽恕的步骤 项目一:我关心我的#Selfie 项目2:传播关怀项目计划	<ul style="list-style-type: none">● 识别谣言和八卦。● 果断地沟通。● 找出真诚道歉的方法。● 了解宽容他人如何帮助他们过上更幸福的生活。
第三单元:包容性	第1课:以下哪一项不属于? 第2课:仁慈密室逃脱:团队合作 第3课:包含离合诗 第4课:公平但平等 项目一:著名语录: 包容性海报 项目2:包容规则	<ul style="list-style-type: none">● 识别不同物体或人之间的相似点和差异。● 认识到团队合作如何需要包容性。● 通过一首离合诗,围绕他们所看重的包容性品质制定一份使命宣言。● 应用解决问题的策略来帮助使不同的情况对每个参与者都公平、平等和/或公平。
第四单元:诚信	第1课:诚实和正直的定义 第2课:你有多诚实? 第3课:为什么要作弊? 第4课:作弊的后果 项目一:独幕剧 项目2:全校反作弊运动	<ul style="list-style-type: none">● 定义诚实和正直。● 评估有关诚实的各种陈述。● 坚持不懈地使用策略来对抗作弊的诱惑。● 探索人们作弊的各种方式及其行为的后果。
第五单元:责任	第1课:你负责什么? 第2课:我们最大的影响 第3课:我的责任(能力)是什么? 第4课:媒体影响力 项目一:标签,就是你!	<ul style="list-style-type: none">● 分析自律在负责任的决策中的作用。● 确定影响负责任决策的因素。● 确定对各种情况的适当和负责任的反应。● 评估媒体对情绪和负责任决策的影响。

**RANDOM ACTS
OF KINDNESS**
FOUNDATION®

项目2: 蛋宝宝责任项目

第六单元: 勇气

第1课: 尝试新事物:

勇气舞会

第2课: 勇敢归来: 角色扮演

第3课: 改变从我做起

第4课: 30 随意的善举

项目一: 五年级感谢信

项目2: 勇气研究项目

- 认识到成为最好的自己需要勇气, 有时甚至需要冒险。
- 练习以尊重的方式对同侪压力说“不”。
- 讨论勇气在社区变革中的作用。
- 讨论随机参与善举的经历和影响。

**RANDOM ACTS
OF KINDNESS**
FOUNDATION®