

1. LUOKKA

Empatia ja myötätunto

Tällä tunnilla harjoitellaan toisen huomioimista ja ystävällisten tekojen tekemistä.

Välineet: Välineet Ystävällisyysjumppa-videon katsomiseksi, musiikin kuuntelemiseksi ja Olen kiltti ja ystävällinen! -sivun heijastamiseksi taululle, laput ja laatikko arvontaa varten, rauhallista musiikkia peiliharjoitukseen.

Aloitus: YSTÄVÄLLISYYSJUMPPA

Noustaán seisomaan ja jumpataan Vahvuusvariksen kanssa Ystävällisyysjumpan tahtiin. Ystävällisyysjumppa löytyy linkistä [Ystävällisyysjumppa!](#) (kesto 2:57).

Työskentely: MITEN OLEN KILTTI KAVERILLE?

Opettaja heijastaa taululle Olen kiltti ja ystävällinen! -sivun ja kertoo, että tällä tunnilla jutellaan siitä, miten me voimme käyttäytyä toisiamme kohtaan kiltisti ja ystävällisesti. Luetaan kuvan lauseet ja keskustellaan siitä, mitä ne tarkoittavat. Minkälaisesta teosta toiselle voisi tulla hyvä mieli? Mitä tarkoittaa vastapalvelus? Oppilaat voivat kertoa omia kokemuksiaan, kun joku on auttanut heitä tai he ovat auttaneet toisia.

Keskustelun jälkeen opettaja jakaa jokaiselle oppilaalle lapun, johon oppilaat kirjoittavat nimensä ja taittavat laput. Opettaja kerää laput ja laittaa ne laatikkoon, josta jokainen nostaa yhden lapun. Sovitaan aika, esim. tämä ja seuraava päivä, jonka aikana tälle oppilaalle on tarkoitus tehdä jokin ystävällinen teko. Sovitaan, että tietyllä tunnilla keskustellaan, miten tekojen tekeminen sujui.

Opettaja voi muistuttaa oppilaita siitä, että lapuissa lukevia nimiä ei kommentoida mitenkään. Ystävällisen teon voi tehdä, vaikka toinen ei olisi paras kaveri tai häntä ei tuntisi erityisen hyvin.

Lopetus: PEILI

Opettaja jakaa oppilaat pareihin. Parit seisovat vastakkain noin metrin päässä toisistaan. Opettaja ohjeistaa, että toinen on ystävä ja toinen on peili. Ystävä harjoittelee ystävällisiä ilmeitä, eleitä ja liikkeitä peilin edessä, ja peili tekee liikkeitä mahdollisimman samanlaisina ja yhtäaikaistena. Ystävän on siis toimittava niin hitaasti, että peili pystyy seuraamaan häntä. Harjoitusta tehtäessä ei puhuta. Opettaja voi laittaa rauhallista musiikkia soimaan taustalle. Opettaja kertoo, kun vaihdetaan rooleja.

Lähteet [Huomaa hyvä! - See the Good! - Vahvuuspedagogiikka](#) ja [Ystävällisyysjumppa!](#) 2021 ja ©VIITOTTU RAKKAUS - [Empatian supersankaripaketti - Viitottu Rakkaus -pdf](#) (Olen kiltti ja ystävällinen! - sivun lähteenä).

Kuva Jussi Valkeajoki

OLEN KILTTI JA YSTÄVÄLLINEN !

KILTTIÄ JA YSTÄVÄLLISTÄ ON....

*hymyileminen

*kysyä, mitä
kuuluu

*toisen
auttaminen

* halaaminen ja sen
kertominen, että
toinen on tärkeä



*teko, josta
toiselle tulee
hyvä mieli

*teko, josta et
odota palkkaa
tai vasta-
palvelusta

*antaa lahja, kukkia,
kirje tai kortti