

مسؤولية

سيتعرف الطلاب هذا الأسبوع على المسؤولية ، وكيف نستخدم الانضباط الذاتي للوفاء بمسؤولياتنا ، واتخاذ قرارات مسؤولة. يستكشف الطلاب فكرة الاختيار ويناقشون كيف نتجنب اللوم عندما نقصر في تحمل مسؤولياتنا.

ابدأ الوحدة بدرس الفصل بأكمله ثم اهدف إلى إكمال اثنين على الأقل من الدروس المصغرة مع طلابك على مدار الأسبوع. تم تصميم كل درس صغير لتقديم عناصر الدرس الرئيسي بطرق جديدة وجذابة.

الدرس الرئيسي

درس كامل للصف
دقيقة 30

START
HERE

يتحمل المسؤولية

يقدم هذا الدرس مفهوم المسؤولية والانضباط الذاتي ، ويشرح كيف يمكن أن يكون من السهل إلقاء اللوم على الآخرين أو المواقف في الأوقات التي نقصر فيها في تحمل مسؤولياتنا. يمنح الدرس الطلاب فرصة لفحص مجموعة متنوعة من المواقف واتخاذ قرارات حول كيفية الاستجابة بطريقة تعكس اللوم وبطريقة تعكس الملكية والانضباط الذاتي. (انظر الصفحة 3 للحصول على تفاصيل الدرس)

دروس مصغرة

للمجموعات الصغيرة
دقيقة 15



قرارات قرارات

في مجموعات صغيرة ، دع الطلاب يعملون من خلال عدة قرارات قصيرة حيث يجب اتخاذ القرار. بعد القرار ، اجعل المجموعات تتوقف مؤقتًا لمناقشة ما إذا كان هذا هو الخيار الذي كان يمكن للآخرين اتخاذه ولماذا أو لم لا. ناقش فكرة أن الآراء بشأن الاختيار المسؤول ستختلف من طالب لآخر. علينا أن نتذكر احترام الاختيارات الآخرين.

الموقف 1: لقد تمت دعوتك إلى حفلة عيد ميلاد ابن عمك والتي ستكون في حديقة الترامبولين الداخلية وستنتهي بالبيتزا وفيلم! ابن عمك يريدك حقًا أن تأتي. ولكن ، هذا هو نفس يوم عزف صديقك على البيانو وقلت بالفعل أنك ستذهب لمشاهدته وهو يعزف. تريد حقًا تخطي الحفل والذهاب إلى الحفلة. ماذا تفعل؟

الموقف 2: لم تدرس من أجل اختبار التاريخ ولكن صديقك ، الذي أجرى الاختبار مبكرًا لأنه سيذهب لحضور حدث عائلي ، يقول إنه يمكنه إخبارك بالضبط بما هو موجود في الاختبار. ماذا تفعل؟

الموقف 3: من المفترض أن تقرأ لمدة 30 دقيقة قبل أن يكون لديك وقت أمام الشاشة. لكنك تعاني في القراءة ، ولا تريد تخصيص هذا الوقت الإضافي. لا تحتاج أختك إلى القراءة أبدًا قبل أن تستخدم هاتفها أو جهاز لن تعود والدتك إلى المنزل حتى الخامسة ولن تعرف حقًا ما إذا كنت تقرأ أم لا. إنها تثق بك في Xbox. ماذا تفعل؟ Minecraft. القراءة وفي معظم الأيام تفعل ذلك. اليوم لا تشعر بذلك ولكنك تريد حقًا لعب

للشركاء
دقيقة 15



اتخاذ الخيارات

الحياة تقدم لك الكثير من القرارات. في كثير من الأحيان ، يكونون أمام وجهك مباشرة وهم صعبون حقًا ، "لكن يجب علينا أن نجعلهم بريئاني ميرفي-".

ناقش وقتًا كان لديك فيه خيار صعب. كيف توصلت أخيرًا إلى قرارك؟ كيف شعرت لاتخاذ القرار؟ كيف يساعدك الانضباط الذاتي في اتخاذ قرارك؟

للأفراد
دقيقة 15



ما الذي أنا مسؤول عنه؟

اكتب قائمة بالأشياء التي تتحمل مسؤوليتها كل يوم في المنزل والمدرسة وخارج المدرسة (في المجتمع ، في فرق ، في مجموعات ، في وظيفة ، وما إلى ذلك). قد تتفاجأ من عدد المسؤوليات التي لديك. عندما تبدأ في الشعور بالإرهاق من كل ما عليك القيام به ، ما هي بعض الأشياء التي يمكنك القيام بها لمساعدتك على البقاء قويًا ومنضبطًا ذاتيًا لإنجاز كل شيء؟

يمكن أن تطلب من الطلاب طرح هذه القوائم بشكل مستقل ثم التحدث معهما [استراتيجيات المرونة](#) كمجموعة. [مقاطع الفيديو هذه بواسطة دان سيجل](#) قد يساعد في إعدادك لتسهيل هذه المناقشة أيضًا

التركيز على التكنولوجيا
دقيقة 15



كيفنحن نستخدم التكنولوجيا بمسؤولية؟

مناقشة جماعية كبيرة: بالنظر إلى مدى اعتماد حياتنا اليومية على التكنولوجيا (أجهزة الكمبيوتر ، وأجهزة والهواتف ، والموسيقى ، وأجهزة التلفاز ، وأنظمة الألعاب) ، قد يكون من الصعب اتخاذ خيارات ، iPad جيدة حول مقدار استخدامنا أو اعتمادنا على التكنولوجيا. أولاً ، ما هي بعض الخيارات السيئة التي يمكننا اتخاذها فيما يتعلق بالتكنولوجيا وكيف نستخدمها؟ ما هي بعض الخيارات الجيدة التي يمكننا اتخاذها لضمان وجود علاقة صحية مع التكنولوجيا حيث نتحكم فيها ، وليس العكس؟

يتحمل المسؤولية

يقدم هذا الدرس مفهوم المسؤولية والانضباط الذاتي ، ويشرح كيف يمكن أن يكون من السهل إلقاء اللوم على الآخرين أو المواقف في الأوقات التي نقصر فيها في تحمل مسؤولياتنا. يمنح الدرس الطلاب فرصة لفحص مجموعة متنوعة من المواقف واتخاذ قرارات حول كيفية الاستجابة بطريقة تعكس اللوم وبطريقة تعكس الملكية والانضباط الذاتي.

الإطار الزمني للدرس
دقيقة 30

المواد المطلوبة

شرائط سيناريو المسؤولية □
(انظر الملف المرفق)

خريطة المعايير

ومعايير ، CASEL يتوافق هذا الدرس مع كفاءات التنقيف الصحي الوطنية ، والمجتمع الدولي للتكنولوجيا في معايير التعليم ، عند الاقتضاء ، ومعايير الدولة الأساسية المشتركة. يرجى الرجوع إلى خريطة المعايير للمزيد من المعلومات.

هدف الدرس

الطلاب سوف

- اكتشف كيفية الوصول إلى قرارات مسؤولة
- تقييم كيف أن تحمل مسؤولياتنا عندما نقصر أفضل من لوم الآخرين على عيوبنا

اتصال المعلم / الرعاية الذاتية

بصفتك مدرسًا ، لديك العديد من المسؤوليات طوال اليوم الدراسي. أنت أيضًا مسؤول تجاه عدد من الأشخاص. قد يكون من الصعب إبقاء الجميع وكل شيء منظمًا وعلى المسار الصحيح مع ما يجب إنجازه. تتمثل إحدى طرق المساعدة في التأكد من أنك تفي بجميع مسؤولياتك في إعداد قائمة بكل ما أنت مسؤول عنه وما تحتاجه للوفاء بهذه المسؤولية. يساعدك هذا في وضع الخطط وتحديد الأهداف والحصول على توقعات واقعية بشأن ما يمكنك القيام به في يوم واحد. هل سبق لك أن فكرت بالفعل في كل مسؤولية يومية ، وأدرجتها في القائمة ، وفصل ما تحتاج إليه أو حددت الأولوية لما يجب أن تفعله أولاً؟ جربه ، إذا لم يكن كذلك. ستندهش من (أ) مقدار مسؤوليتك ، و (ب) كم هو شعور جيد أن تكون منظمًا. يمكنك أيضًا تحديد الأشياء التي يمكنك خلعها من طبقك. هل أنت مسؤول حقًا عن "س" ، أم أن وظيفة شخص آخر ورثتها بطريقة ما؟ ربما هناك فرصة للتخفيف من بعض مسؤولياتك واستعادة بعض الوقت.

يشارك

دقائق 3-5

في هذه الوحدة سوف نتحدث عن المسؤولية وكيفية استخدام الانضباط الذاتي والمهارات الأخرى لاتخاذ (خيارات مسؤولة. عندما تفكر في المسؤولية ، ما الذي يخطر ببالك؟ (ادع ردودًا من الطلاب





يلهم

دقائق 5-7

في بعض الأحيان ، قد تبدو المسؤولية أشبه بعمل روتيني أو شيء يتعين علينا القيام به ، أليس كذلك؟ ومن نواح كثيرة ، هذا ما هو عليه. تعرف رأس الخيمة المسؤولية بأنها القدرة على القيام بالأشياء المتوقعة أو المطلوبة منك. يمكن أن يبدو نوعاً ما متسلطاً ، أليس كذلك؟ لكن تحمل المسؤوليات يمكن أن يكون أيضاً ممتعاً ومثيراً حقاً! كلما تقدمت في العمر ، ستتاح لك الفرصة لتحمل جميع أنواع المسؤوليات.

ما هي بعض المسؤوليات التي تتحملها هذا العام بصفقتك طالباً بالصف السابع لم تكن لديك من قبل (في المدرسة الابتدائية)؟ قد تكون هذه مسؤوليات لديك هنا في المدرسة أو مسؤوليات لديك في المنزل. (ادع ردوداً من الطلاب.)

جيد! هذه كلها مسؤوليات مثيرة حقاً. حقيقة أنه يتم الوثوق بك مع المزيد يعني أن الآخرين ينظرون إليك على أنك قادر على القيام بهذه الأشياء المهمة للغاية.



التمكين

دقيقة 15

ملاحظة: هذا النشاط يتطلب بعض التخطيط المسبق. إذا اخترت توزيع السيناريوهات بالطريقة المقترحة ، فستحتاج إلى قص شرائط السيناريو وتثبيتها في أسفل كرسي الطلاب قبل الفصل الدراسي.

الآن ، لننتحدث قليلاً عن شيئين: الانضباط الذاتي واللوم. يعني الانضباط الذاتي أننا قادرون على التحكم في ما نقوله ونفعله حتى لا نؤذي أنفسنا أو الآخرين. ينطبق هذا على المسؤولية لأننا في بعض الأحيان لا نريد أن نفعل ما هو متوقع منا (أو ما قلنا أننا سنفعله) ويتطلب الأمر الانضباط الذاتي للمتابعة (حتى لا نؤذي الآخرين من خلال التقصير في تحمل مسؤولياتنا). هل لدى أي شخص مثال على كيفية استخدام الانضباط الذاتي لإكمال المسؤولية؟ (دعوة الطلاب للحصول على ردود. إذا لم يتطوع أحد ، اسأل الطلاب كيف نهضوا للمدرسة في ذلك الصباح. ربما كانوا يفضلون البقاء في السرير ، لكنهم استخدموا الانضباط الذاتي للنهوض من السرير والاستعداد والذهاب إلى المدرسة.)

الآن ، عندما نقصر في تحمل مسؤولياتنا ، ما هي ردودك النموذجية؟ هناك القليل قد يكون لديك. (1) قد تقبل أنك قصرت و "تتحمل المسؤولية" عن ذلك ، وتعتذر ، وتصحح الأمر. أو ، (2) قد تلوم شخصاً ما أو أي شيء آخر على سبب عدم الوفاء بالمسؤولية. هل فعل أي شخص آخر هذا من قبل؟ إلقاء اللوم على الأخ أو المعلم أو الوالد (أو الوصي أو المدرب أو الفريق الآخر أو حتى جدولك المزدحم؟) (ادع الطلاب لرفع أيديهم)

أعتقد أننا الكل يملك كلاهما قبلنا عندما نقصر ونلقي باللوم على شخص أو شيء آخر عندما نقصر. لدينا جميعاً مسؤوليات في المنزل أو في المدرسة ربما لا نحجبها بالضرورة. المفتاح هو أن نتذكر أن لدينا دائماً خياراً. يمكننا اختيار قبول مسؤولياتنا ومتابعتها (حتى لو لم نحجبها) ، أو يمكننا اختيار التخلي عن مسؤولياتنا وإلقاء اللوم على الآخرين عندما نفعل ذلك (والذي غالباً ما يسبب لنا المزيد من المشاكل).

سنعمل اليوم على استخدام الانضباط الذاتي لاتخاذ خيارات جيدة ومسؤولة.

الجميع ، يمدون يدهم إلى أسفل الكرسي وينزعون شريط الورق الذي تم تسجيله هناك. إذا كانت رسالتك تقول "لوم" ، اصطف على الجانب الأيسر من الغرفة. إذا كانت تقول "الانضباط الذاتي" ، اصطف على اليمين. ثم ، اقرأ السيناريو بصمت على ورقتك. إذا كان موقفك يقول "اللوم" ، ففكر في طريقة يمكن أن تلوم بها شخصاً آخر على الموقف. إذا كانت تقول ، "الانضباط الذاتي" ، فكر في طريقة يمكنك من خلالها الرد من خلال تحمل مسؤولية الموقف. سنبذل من جانب اللوم. أيا كان من لديه السيناريو رقم 1 ، اقرأ السيناريو الخاص بك وردك القائم على اللوم. بعد ذلك ، أيا كان من لديه المركز الأول في جانب الانضباط الذاتي ، اقرأ السيناريو الخاص بك (وهو نفس سيناريو اللوم) وقدم لنا ردك المضاد المنضبط ذاتياً. سيعطينا هذا فرصة لسماع ردين مختلفين على نفس الموقف.

راجع كل سيناريو. إذا كان لديك عدد أكبر من الأطفال من السيناريوهات ، فيمكنك كتابة المزيد من السيناريوهات أو إقران الأشخاص (عملانما على جانب اللوم واثنان يعملان على جانب الانضباط الذاتي). أو ، ما عليك سوى اختيار حفنة من المتطوعين لتصفح السيناريوهات بينما يستمع باقي الفصل. بعد كل سيناريو ، يمكنك إجراء استطلاع (باستخدام رفع الأيدي أو أجهزة النقر في الفصل الدراسي إذا كنت تستخدم هؤلاء) لمعرفة الإجابة التي من المرجح أن يقدمها الطلاب.



يعكس

دقائق 5-7

في رأيك ، أيهما أسهل: إلقاء اللوم أو استخدام الانضباط الذاتي لإكمال مسؤولياتك؟ في بعض الأحيان قد يكون من الأسهل التخلي عن مسؤوليتنا وإلقاء اللوم على الآخرين أو المواقف. ولكن ما هي مشكلة اللوم؟ (ادع ردوداً من الطلاب.)

في حين أنه قد يبدو من الأسهل تفادي المسؤوليات ، إلا أنه في الواقع أكثر صحة وإنتاجية أن نكمل مسؤولياتنا وإذا قصرنا ، فاعترفنا بها ونجعلها صحيحة. استخدم بعض اللغات التي ناقشناها اليوم لمساعدتك على القيام بذلك

شرائط سيناريو المسؤولية

يمكن القيام بذلك شفهيًا إذا لم يكن لديك الوقت أو كنت لا تريد حذف السيناريوهات

السيناريو 1:

لديك اختبار رياضيات كبير يوم الجمعة ، ولكن مع دروس الموسيقى ، وممارسة كرة السلة ، ووظائف مجالسة الأطفال ، والواجبات المنزلية العادية ، لم تخصص أي وقت للدراسة. تأخذ الاختبار وتوشك أن تفشل فيه. يسحبك معلمك جانبًا في اليوم التالي ويقول إنه يشعر بخيبة أمل في درجاتك ويسأل عما حدث. ماذا تقول؟

السيناريو 2:

عليك القيام بمشروع لمعرض العلوم ، لكنك تكره العلم. يبدو الأمر وكأنه عمل مزدحم ولا ترى الهدف من تنفيذ مشروع لن تستخدمه أبدًا في الحياة الواقعية. تقوم بتأجيل المشروع حتى آخر لحظة ممكنة وبعد ذلك ، في صباح يوم المعرض ، تنسى جميع المستلزمات في المنزل. يُطلق مدرسك الجميع إلى صالة الألعاب الرياضية لإعداد مشاريعهم قبل بدء التحكيم. ماذا تفعل؟

السيناريو 3:

كل صباح ، وظيفتك هي غسل أطباق الإفطار قبل المدرسة. يعمل زوج والدتك في الوردية الليلية ويتعين على والدتك المغادرة مبكرًا لإحضار أشقائك الصغار إلى الحضانة قبل أن تذهب إلى العمل. لذا ، تُترك للتنظيف والذهاب إلى المدرسة في الوقت المحدد. هذا الصباح نمت كثيرًا وبالكاد خرجت من الباب في الوقت المحدد. لقد تأخرت كثيرًا في لعب ألعاب الفيديو ، لذلك كنت مرهقًا. لم تقم بغسل الأطباق وتركت في الواقع مجموعة من وجبات الإفطار على المنضدة. هذه هي المرة الثالثة لديكفعلت هذا أسبوع. أنت الآن في المدرسة ولن تكون في المنزل إلا بعد العشاء لأنك تمارس الرياضة بعد المدرسة للشباب مجموعة. يمكنك بالفعل سماع خيبة أمل والدتك. عندما تسأل عن سبب عدم قيامك بعملك ، ماذا تقول؟

السيناريو 4:

لقد طلب مدرب كرة القدم الخاص بك من الجميع بيع كتب القسائم لجمع التبرعات للفريق ولكنك حقًا غير مرتاح للقيام بذلك. أنت لا تحب أن تطلب المال من الناس ولا يريد والداك أن تباع عملهم لأنهم يشعرون أن ذلك يضع الناس في موقف حرج. كما أنهم لن يسمحوا لك بالتجول في الحي لأنهم لا يعتقدون أنه آمن. لذلك ، لم تقم ببيع أي شيء ، لكن زملائك في الفريق باعوا معظم كتبهم. عندما يسألك مدربك لماذا لم تباع أي شيء ، ماذا تقول؟

السيناريو الخامس:

إنه عيد ميلاد جدك وأمك تطلب منك الاتصال به بعد المدرسة لتسجيل الوصول وتتمنى له عيد ميلاد سعيدًا. أنت نسيت. ينتهي بك الأمر معلقة في منزل صديقك. حتى العشاء قبل العودة إلى المنزل والعمل على أداء الواجبات المنزلية ومشاهدة التلفزيون. عندما تذهب إلى الفراش في تلك الليلة ، تسأل والدتك كيف حال جدك. ماذا تقول؟