

شجاعة

هذا هو الأسبوع الثالث من وحدة الشجاعة لدينا. سيركز الطلاب على الشجاعة وكيفية استخدامها لإظهار التواضع في المواقف التي غالبًا ما تلهم الكبرياء والغطرسة.

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

"المتواضع"

سيعمل الطلاب معًا لتبادل الأفكار حول طرق لمشاركة الإنجازات دون أن يكونوا "متفاخرًا". (انظر الصفحة (2) للحصول على تفاصيل الدرس)

دروس مصغرة

للمجموعات الصغيرة
دقيقة 15



إظهار التواضع

قسم الفصل إلى مجموعات من 4-6 وقم بإجراء مناقشة جماعية صغيرة حول: كيف يمكننا إظهار التواضع كفريق / نادي وما إلى ذلك حتى عندما يكون من الواضح أننا أفضل من خصومنا؟

للمشركاء
دقيقة 15



كيف يبدو التواضع؟

مع شريك حياتك ، شارك شخصًا في حياتك بعد مثالًا رائعًا للتواضع على الرغم من كل إنجازاته. إذا كنت لا تعرف أي شخص بشكل شخصي ، ففكر في الأشخاص المشهورين الذين يشاركونك هذه السمة أيضًا

للأفراد
دقيقة 15



زيادة التواضع

مجلة حول السؤال التالي: كيف تزيد تواضعك في المواقف التي تغريك بالتباهي والتفاخر؟ كيف يمكنك مشاركة إنجازاتك دون التباهي بشكل علني وجعل الآخرين يشعرون بالسوء؟

التركيز على التكنولوجيا
دقيقة 15



إنشاء مشاركة متواضعة

ابذل قصارى جهدك. "HumbleBrag" أنشئ منشورًا وهميًا يعلن عن إنجاز حديث. تذكر ما تعلمناه عن HumbleBrag لتجنب متى إنشاء منشورك. شاركها مع شريك لجعلهم يتحققون مرتين من علامات الحمراء!

"المتواضع"

"سيعمل الطلاب معًا لتبادل الأفكار لمشاركة إنجازاتهم دون أن يكونوا "متفاخرًا".

الإطار الزمني للدرس
30 دقيقة

المواد المطلوبة

- ☐ ورق
- ☐ أقلام رصاص

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 الخريطة المعايير للمزيد من المعلومات.

هدف الدرس

الطلاب سوف:

- اكتساب فهم أعمق للطف والشجاعة المطلوبة لاحتضان التواضع في مجموعة متنوعة من المواقف
- تدرب على الشجاعة والتواضع في المدرسة والمنزل

اتصال المعلم / الرعاية الذاتية

أحيانًا يكون هناك اعتقاد خاطئ بأن المعلمين يجب أن يكونوا خبراء في كل شيء. هل تشعر بالضغط لعدم ارتكاب خطأ مطلقًا ، ولديك دائمًا الإجابات ، ولتكون "مسيطرًا" في جميع الأوقات؟ إذا كان الأمر كذلك ، انسى كل ذلك. الآن. فقط ارمها. ليس عليك أن تكون كل شيء لكل الناس ؛ لا يمكنك أن تكون. في الواقع ، يتطلب الأمر المزيد من الشجاعة للاعتراف عندما لا نعرف كل شيء ، وعندما لا نكون في السيطرة الكاملة ، وعندما نحتاج إلى المساعدة. تذكر أنك إنسان وأن وظيفتك كمعلم هي القيادة والإلهام والتسهيل والإثارة والخدمة. اليوم ، فكر في الطريقة التي تقود بها وكيف تقودها هذا العام بأكمله من خلال الخدمة: خدمة طلابك والمدرسة وزملائك ولنفسك. هناك أشياء قليلة أكثر شجاعة من ذلك

يشارك

دقائق 3-5

لقد استكشفنا حتى الآن مفهوم الشجاعة وكيفية ارتباطها بالضعف. لقد استكشفنا أيضًا مفهوم القادة وكيف أن كل واحد منا هو قائد في حد ذاته. عندما نقرب من منتصف الطريق في وحدة الشجاعة لدينا ، نحول تركيزنا إلى مفهوم أن الكثير من الناس لا يتواصلون مع الشجاعة ، أي التواضع

(ماذا تعني كلمة متواضع بالنسبة لك؟) (ادغ ردودًا من الطلاب)
(ما الذي يخطر ببالك عندما تفكر في كلمة تواضع؟) (ادغ ردودًا من الطلاب)





يلهم

دقائق 4-6

كثيراً ما يتم الخلط بين مفهوم التواضع وكلمة إذلال. الإذلال أمر سلبي وغالباً ما يسبب الإحراج وأحياناً الخجل. من الأمثلة على ذلك الشعور بالإهانة عندما يوبخك شخص بالغ أمام أصدقائك أو عندما يسخر منك شخص علناً.

التواضع ليس سلبياً. إنه خيار نتخذه في كيفية تفاعلنا مع الآخرين ومع العالم من حولنا. بالنسبة لهذه الوحدة ، يتم تعريفها على أنها متواضعة فيما يتعلق بقدراتنا والاستعداد لوضع مصلحة الآخرين على رغباتنا الخاصة. يتطلب هذا القرار الواعي في الواقع قدرًا كبيرًا من الشجاعة واللطف. أنت تتخذ قرارًا لرفع الآخرين ورغبتهم / احتياجاتهم / تفضيلاتهم أمامك. هذا لا يعني أنك تقلل من قيمة إنجازاتك أو أفكارك أو رغباتك. أنت المتحكم في هذه القرارات ويمكنك إيجاد توازن بين وضع نفسك ورغباتك واحتياجاتك أولاً وأهمية استخدام التواضع مع الآخرين عندما تمنح الفرصة.

قد يكون هذا صعباً للغاية عندما تكون فخوراً بإنجاز ما. ربما درست بجهد إضافي وحصلت على 100٪ في آخر اختبار رياضيات. ربما تكون قد أحرزت هدف الفوز في المباراة النهائية لفريقك. هذه إنجازات رائعة "HumbleBrag". وتريد مشاركتها مع العالم! ومع ذلك ، يجب أن نكون حذرين بشأن شيء يسمى هو عندما تعلن عن إنجازك بطريقة متواضعة في البداية ، لكنها تنتهي بـ "التفاخر" الخفي. "HumbleBrag" أحد الأمثلة هو: "آه ، مثلج قديمي! من الصعب تسجيل هدف الفوز ثم الانتقال مباشرة إلى غرفة الطوارئ! " يحاول الكثير من الناس التقليل من شأن إنجازاتهم بهذه الطريقة في محاولة ليكونوا أكثر تواضعاً. ومع ذلك ، فإن هذا غالباً ما يكون له تأثير معاكس! هذا النوع من التواضع يبدو مزيفاً ويجذب المزيد من الانتباه لنفسك ، وهو ما كنت تحاول تجنبه في المقام الأول! فكيف يمكننا تجنب "التفاخر المتواضع"؟

- وازن بين مقدار حديثك عن نفسك وعن إنجازاتك وبين استفساراتك للآخرين وكيف يفعلون ذلك. هل تتحدث عن نفسك كثيراً؟ هل تشارك إنجازاتك كثيراً؟ إذا كان الأمر كذلك ، فإن إغراء يكون أكبر. حاول التركيز على الآخرين أولاً. عندما يحدث شيء أنت فخور به HumbleBrag للغاية ، فلا تتردد في مشاركته ، ولكن لا تتجاوز الأمر ، لتسلط الأضواء عليك بطريقة زاهية للغاية. وكم أنت عظيم! مشاركة الخاص بك بإنجازات ثم ابحث عن إنجازات الآخرين.
- سلط الضوء على أفعالك بدلاً من نفسك على وجه التحديد. قائلًا ، "أنا سعيد للغاية لأنني حصلت على هذه المراتب الجديدة حتى أتمكن من تسجيل هدف الفوز هذا!" يختلف تمامًا عن ، "أنا سعيد للغاية لأنني حصلت على هذه التدريبات الإضافية مع حارس المرمى! شعرت بأنني مستعد لتسجيل هذا الهدف
- اقرأ لغة الجسد للآخرين. هل يلف الناس أعينهم كما تشارك؟ هل يبدو أنهم يتجاهلونك؟ هذا مؤشر واضح على أنك تقضي عادةً وقتًا طويلاً في التحدث عن نفسك ومشاركة كل الأشياء التي تنجزها.



التمكين

دقيقة 15

أو ما إذا كانوا "HumbleBrag" اشرح أن الفصل سينتقل الآن خلال العبارات ليقرر ما إذا كانت في الواقع سيعيدون كتابة البيان لإظهار التواضع الحقيقي HumbleBrag يعلنون حقًا عن إنجاز. أولئك الذين يتلقون والشجاعة. ينصب التركيز على إنجازاتك وإنجازات الآخرين ، وليس على بناء نفسك من البيان نفسه. الهدف "هو أن تشعر بالفخر بنفسك بمجرد الإنجاز. تقاسم الإنجازات الخاصة بك هو مجرد "تتليج على الكعكة

قسم الفصل إلى مجموعات صغيرة. أعط كل مجموعة واحدة من العبارات التالية. اجعلهم يقررون سبب كونه تفاهيرًا متواضعًا وطرح الأفكار طرقًا بديلة لمشاركة الإنجاز بطريقة أكثر وضوحًا وتواضعًا

- مسرور جدًا لشعري نجم موسيقى الروك الذي ظل بعيدًا عن وجهي عندما عبرت خط النهاية أولاً! "Cross Country" في نهاية هذا الأسبوع في لقاء
- ليسعدني أخيرًا أن أكون قادرًا على الراحة بعد التغلب على فريق المناظرة الآخر بمفرده " #wordsaremylife "
- لم أكن أعلم أبدًا أنني كنت جيدًا في الرياضيات حتى حصلت على الاختبار المثالي الخامس على " #mathmadeeasy ". التوالى
- "أشاهد الناس يسقطون في جميع أنحاء مشروعي العلمي ، لكنني ما زلت لا أفهم لماذا فزت"
- "لماذا ربحت لفة في مسرحية المدرسة بالضبط؟ لم أتصرف حتى من قبل"



يعكس

دقائق 5-7

قم بتوجيه الفصل في مناقشة حول التواضع

ما الذي يجعل هذا المفهوم صعبًا جدًا؟

كيف يمكنك مشاركة إنجازاتك مع تجنب "التفاخر المتواضع" اللعين؟

كيف يتطلب الأمر الشجاعة للقيادة بتواضع؟

إذا شعرت أن هذا المفهوم صعب للغاية ، فأنت على حق! يعاني الكثير والكثير من البالغين من هذا المفهوم وقد تصادف آخرين في حياتك يضعون القليل من القيمة الإيجابية لهذه السمة ، إن وجدت. ومع ذلك ، فإن كونك متواضعًا ولطيفًا وليس فخورًا ومتعجبًا يمكن أن يساعد من حولك على الشعور بتحسّن تجاه أنفسهم وزيادة الحالة المزاجية العامة لمجموعتك ومدرستك وحتى مجتمعك! استخدم هذا الأسبوع الشجاعة لممارسة التواضع في موقف واحد على الأقل تريد مشاركة إنجاز فيه. فكر في كيفية مشاركة الأشياء. كيف يمكنك استخدام التواضع لتكون فخورًا بنفسك دون مفاخرة؟