

# Mut

Dies ist die letzte Woche unserer Courage-Einheit. Die Schüler werden sich auf Mut konzentrieren und darauf, wie die ultimative Demonstration von Mut darin besteht, in jeder Situation Freundlichkeit anzunehmen, unabhängig davon, wie man behandelt wird.

Beginnen Sie die Einheit mit der gesamten Unterrichtsstunde und versuchen Sie dann, im Laufe der Woche mindestens zwei der Mini-Lektionen mit Ihren Schülern zu absolvieren. Jede Minilektion ist darauf ausgelegt, Elemente der Hauptlektion auf neue und ansprechende Weise zu präsentieren.

## Hauptlektion

**Ganze  
Klassenstunde**  
30 Minuten



### Kultur der Freundlichkeit

Die gesamte Klasse wird die aktuelle Kultur der Schulgemeinschaft untersuchen und Möglichkeiten zur Steigerung der Freundlichkeit im gesamten Schulumfeld ermitteln. *(Einzelheiten zu den Lektionen finden Sie auf Seite 2.)*

## Mini-Lektionen

**Für kleine Gruppen**  
15 Minuten



### Komplimentkarten

Teilen Sie die Klasse in kleine Gruppen von 4 bis 6 Personen auf. Jede Gruppe ist dafür verantwortlich, Karteikarten mit Komplimenten für einen Erwachsenen in der Schule zu erstellen. Regen Sie Gespräche darüber an, wen Sie auswählen sollten, bevor Sie die Karten erstellen. Keine Gruppe darf denselben Erwachsenen wählen wie eine andere Gruppe. Heben Sie die Bedeutung echter, freundlicher Worte hervor, während die Schüler ihre Karten erstellen. Versenden Sie die Karten nach Möglichkeit per Schulpост.

**Für Partner**  
15 Minuten



### Freundlichkeit im Kampf

Besprechen Sie Ihren schwierigsten Unterricht mit Ihrem Partner. Wie können Sie in diesem Kurs Freundlichkeit zeigen, auch wenn es Ihnen nicht gefällt, dort zu sein?

**Für Einzelpersonen**  
15 Minuten



### Freundlichkeit zu Hause

Erstellen Sie eine Liste mit 10 Möglichkeiten, die Freundlichkeit in Ihrem Zuhause zu steigern. Welche Worte oder Handlungen können Sie tun, um den Fokus auf ein höheres Maß an Freundlichkeit zu lenken?

**Technologieorientiert**  
15 Minuten



### Gute Nachrichten!

Erkunden <https://www.goodnewsnetwork.org/>, die Website, die nur positive und ermutigende (und immer wahre!) Nachrichten teilt. Wie braucht es den Mut, sich auf das Positive zu konzentrieren, auch wenn unsere Gesellschaft und die Medien von den negativen Nachrichten profitieren?



# Kultur der Freundlichkeit

Die gesamte Klasse wird die aktuelle Kultur der Schulgemeinschaft untersuchen und Möglichkeiten zur Steigerung der Freundlichkeit im gesamten Schulumfeld ermitteln.

**Zeitraumen der Unterrichtsstunde**  
30 Minuten

## Benötigtes Material

- ☐ Es sind keine Materialien erforderlich für diese Lektion

## Standards-Karte

Diese Lektion richtet sich nach den CASEL-Kompetenzen, den National Health Education Standards, den Standards der International Society for Technology in Education (sofern zutreffend) und den Common Core State Standards. Bitte wende dich an die Standards-Karte für mehr Informationen.

## Unterrichtsziel

Die Schüler werden:

- Entdecken Sie den Zusammenhang zwischen Mut und Freundlichkeit.
- Üben Sie, in der Schule und zu Hause Mut und Freundlichkeit einzusetzen.

## Lehrerverbindung/Selbstfürsorge

Willkommen zur letzten Lektion der letzten Einheit! Glückwunsch! Dies ist ein großartiger Zeitpunkt, um alles zu feiern, was Sie in diesem Jahr sowohl persönlich als auch beruflich erreicht haben, in dem Wissen, dass Sie wahrscheinlich durch Schmerzen gewachsen sind, dass Sie Ziele durch Prüfungen erreicht haben und dass Sie nach Misserfolgen Erfolg hatten. Wir wissen, dass Wachstum kein einfacher Weg ist; Es ist oft der Weg, den man weniger beschreitet, und manchmal muss man den Mut haben, weiterzumachen, die Wahrheit zu sagen, Freundlichkeit zu zeigen und verletzlich zu sein. Feiern Sie heute jedoch die Reise. Genießen Sie die gewonnenen Erkenntnisse und die gemeisterten Herausforderungen. Erkennen Sie, wie mutig, gut, freundlich und ausdauernd Sie dieses Jahr waren. Schreiben Sie eine bestätigende Erklärung über Ihre Erfolge in diesem Jahr. Zum Beispiel:

„Dieses Jahr hat mein Unterrichtsplan zum Thema \_\_\_\_ wirklich funktioniert und meine Schüler zu besseren Lernern gemacht.“

„Dieses Jahr war ich in Bestform, als \_\_\_\_.“

„Dieses Jahr war ich führend in \_\_\_\_.“

Schreiben Sie dann ein mutiges Ziel für das nächste Jahr rund um eines der Freundlichkeitskonzepte, die Sie dieses Jahr gelehrt haben. Wie können Sie Respekt, Fürsorge, Integrität, Inklusivität, Respekt und Mut in Ihren Unterricht und Ihre Führung einfließen lassen, und was müssen Sie tun, um dorthin zu gelangen? Feiern Sie heute, aber setzen Sie die Arbeit morgen fort.



## Aktie

3-5 Minuten

Dies ist die vierte Woche in unserer Courage-Einheit. Bisher haben wir Mut und seinen Zusammenhang mit Verletzlichkeit und Demut untersucht. Diese letzte Woche konzentriert sich auf die ultimative Demonstration von Mut: den Akt der Freundlichkeit! Da Sie kurz vor dem Abschluss Ihrer Mittelschullaufbahn stehen, können Sie zweifellos den Zusammenhang zwischen Mut und Freundlichkeit erkennen!

Denken Sie über die Verbindung zwischen diesen beiden Konzepten nach. Wie haben Sie in einer Situation, die nicht sehr positiv war, den Mut aufgebracht, freundlich zu sein? (Bitten Sie die Schüler um Antworten.)



## Inspirieren

3-5 Minuten

Freundlichkeit fühlt sich nicht immer wie ein Akt des Mutes an, aber in ALLEN Situationen wirklich Freundlichkeit zu zeigen, kann definitiv eine Herausforderung sein. Den Stolz herunterzuschlucken und jemandem Freundlichkeit zu erweisen, der einem Hass oder Ärger entgegenbringt, erfordert eine besondere Art von Mut. Selbst in schwierigen Situationen, etwa wenn wir für uns selbst und andere eintreten, können wir Freundlichkeit in den Mittelpunkt unserer Worte und Taten stellen. Das erfordert Mut, denn wir werden möglicherweise nicht akzeptiert. Vielleicht macht man sich sogar über uns lustig, wir werden gehänselt oder gemobbt. Es ist immer das Risiko wert, den Mut zu zeigen, freundlich zu sein!

Bestimmte Umgebungen schaffen auf natürliche Weise eine Kultur der Freundlichkeit. Das Gleiche gilt jedoch auch auf der Gegenseite. Wie Sie sich präsentieren und wie Sie und Ihre Freunde sich gegenüber neuen oder anderen Menschen verhalten, gibt den Ton für die „Kultur“ und das Umfeld an, das Sie für andere schaffen, die mit Ihnen interagieren.

Nehmen Sie sich einen Moment Zeit, um Ihre täglichen Interaktionen zu untersuchen. Sind sie überwiegend erhebend und positiv? Neigen Sie dazu, sarkastische Töne und Witze zu verwenden, wenn Sie mit Ihren Freunden und anderen, mit denen Sie sprechen, sprechen? Wie verändert dieser Sarkasmus den Ton Ihrer Unterhaltung? Ist Sarkasmus nett? (Bitten Sie die Schüler um Antworten.)

Wenn die Umgebung, die wir schaffen, feindselig, sarkastisch und wettbewerbsorientiert ist, ist es äußerst schwierig, sie mit Freundlichkeit zu erfüllen. Das gilt auch, wenn wir uns in einer neuen, negativen Umgebung befinden. Es liegt in unserer persönlichen Verantwortung sicherzustellen, dass unser eigenes Verhalten nicht zu dieser Kultur beiträgt. Wenn wir freundlich vorgehen und freundlich reagieren, auch wenn wir von Hass umgeben sind, können wir sicher sein, dass unser Verhalten für die Gruppe von Vorteil ist. Die Menschen werden unsere Anwesenheit genießen und nicht vor Angst zurückschrecken, wenn wir in unserer Nähe sind. Es ist deine Entscheidung!



## Ermächtigen

15 Minuten

Erklären Sie, dass die Klasse nun die Kultur innerhalb unserer eigenen Schule untersuchen wird. Haben wir in unserer eigenen Gemeinschaft eine Kultur der Freundlichkeit? Auch wenn wir insgesamt recht freundlich sind, gibt es immer Raum für Verbesserungen.

Leiten Sie eine Diskussion über Freundlichkeit in unserer Schulgemeinschaft:

- Wie schafft unsere Schule derzeit eine Kultur der Freundlichkeit?
- Welche Beispiele für Freundlichkeit haben Sie im Unterricht beobachtet? Während des Mittagessens? Im Bus?
- Wie können wir als Schule unsere Freundlichkeit steigern?

Nachdem Sie das aktuelle Klima in der Schulgemeinschaft besprochen haben, teilen Sie die Klasse in kleine Gruppen auf und lassen Sie jede Gruppe darüber nachdenken, wie sie die Freundlichkeit positiv steigern könnte. Jede Gruppe wird ihre Ideen mit der Klasse teilen.

- Wenn es die Zeit erlaubt, stimmen Sie über die Ideen ab. Welches können wir einfach umsetzen? Wie können kleine Veränderungen nachhaltige Auswirkungen auf unsere Schulkultur haben?



## Reflektieren

5-7 Minuten

Fordern Sie sich als Klasse heraus, die ganze Woche über freundlicher miteinander umzugehen. Wenn Sie feststellen, dass Sie wieder zu übermäßigem Sarkasmus und Negativität verfallen, erinnern Sie sich gegenseitig daran, dass Freundlichkeit bei uns beginnt! Jeder von uns muss jeden Tag eine Entscheidung treffen: Haben wir den Mut, in allen Situationen freundlich zu sein, auch gegenüber Menschen, mit denen wir nicht einer Meinung sind?