

Θάρρος

Αυτή είναι η πρώτη εβδομάδα της μονάδας Courage μας. Οι μαθητές θα επικεντρωθούν στο θάρρος και στο πώς συνδέεται με την υπο-έννοια της ευαλωτότητας όταν αναλαμβάνουμε κινδύνους.

Ξεκινήστε την ενότητα με το μάθημα ολόκληρης της τάξης και στη συνέχεια στοχεύστε να ολοκληρώσετε τουλάχιστον δύο από τα μίνι μαθήματα με τους μαθητές σας όλη την εβδομάδα. Κάθε μίνι μάθημα έχει σχεδιαστεί για να παρουσιάζει στοιχεία του κύριου μαθήματος με νέους και συναρπαστικούς τρόπους.

Κύριο Μάθημα

Μάθημα όλης της τάξης
30 λεπτά



Εχεις ποτέ?

Οι μαθητές θα εισαχθούν στις έννοιες του θάρρους και της ευαλωτότητας και θα διερευνήσουν πώς οι προηγούμενες πράξεις θάρρους τους περιλάμβαναν επίσης ένα επίπεδο ευαλωτότητας. (Δείτε τη σελίδα 2 για λεπτομέρειες του μαθήματος.)

Μίνι Μαθήματα

Για Μικρές Ομάδες
15 λεπτά



Κουράγιο σε μένα

Χωρίστε την τάξη σε ομάδες των 4-6. Ζητήστε από κάθε μαθητή να φέρει κάτι που αντιπροσωπεύει το θάρρος για αυτόν προσωπικά. Κάθε μαθητής θα μοιραστεί αυτό που έφερε και θα εξηγήσει γιατί το επέλεξε.

Για Συνεργάτες
15 λεπτά



Γιορτάστε τις θαρραλέες στιγμές

Χωρίστε σε ζευγάρια. Ποιο είναι το πιο θαρραλέο πράγμα που έχετε κάνει ποτέ; Μοιραστείτε μια θαρραλέα στιγμή με τον σύντροφό σας! Γιατί ήταν τόσο δύσκολο; Πώς προχώρησε;

Για Ιδιώτες
15 λεπτά



Υπερνίκηση Φόβων

Διάλεξε κάτι που σε φοβίζει... ποιο είναι το πρώτο βήμα για να το ξεπεράσεις; Γράψτε τον ατρόμητο στόχο σας στη μία πλευρά μιας κάρτας ευρετηρίου και το πρώτο βήμα για να τον ξεπεράσετε στο πίσω μέρος. Διαβάστε το δυνατά καθημερινά αυτή την εβδομάδα!

Με επίκεντρο την τεχνολογία
15 λεπτά



Κόκκινες σημαίες διαδικτυακού εκφοβισμού

Εξηγήστε την έννοια του διαδικτυακού εκφοβισμού στην τάξη και πώς χρειάζεται θάρρος για να αντισταθείτε στους εκφοβιστές, ακόμη και σε διαδικτυακό περιβάλλον. Χωρίστε την τάξη σε ζευγάρια και ζητήστε τους να αναγνωρίσουν 5-10 κόκκινες σημαίες που υποδεικνύουν ότι μπορεί να υπάρχει διαδικτυακός εκφοβισμός. Μοιραστείτε τις λίστες με την ομάδα όσο το επιτρέπει ο χρόνος. Βρείτε τρόπους καταπολέμησης του

διαδικτυακού εκφοβισμού όταν υπάρχει υποψία. (Διακοπή, αποκλεισμός, αναφορά σε ενήλικα κ.λπ.)

Εχεις ποτέ?

Οι μαθητές θα εισαχθούν στις έννοιες του θάρρους και της ευαλωτότητας και θα διερευνήσουν πώς οι προηγούμενες πράξεις θάρρους τους περιλάμβαναν επίσης ένα επίπεδο ευαλωτότητας.

Χρονοδιάγραμμα μαθήματος
30 λεπτά

Απαιτούμενα Υλικά

- ❑ Προβολέας ή Smart Board για εμφάνιση εικόνων στην τάξη (μπορεί επίσης να τις εκτυπώσει εάν δεν είναι δυνατή η χρήση της τεχνολογίας)

Χάρτης προτύπων

Αυτό το μάθημα ευθυγραμμίζεται με τις Ικανότητες CASEL, τα Εθνικά Πρότυπα Αγωγής Υγείας, τα Πρότυπα της Διεθνούς Εταιρείας Τεχνολογίας στην Εκπαίδευση, κατά περίπτωση, και τα Κοινά Βασικά Πρότυπα Πολιτείας. Ανατρέξτε στο Χάρτης προτύπων Για περισσότερες πληροφορίες.

Στόχος μαθήματος

Οι μαθητές θα:

- Εξερευνήστε τη σύνδεση μεταξύ θάρρους και ευαλωτότητας.
- Εξετάστε πώς φαίνεται το θάρρος στη ζωή τους και πώς να ενσωματώσετε μια ποικιλία από θαρραλέες στιγμές προχωρώντας.

Σύνδεση Δασκάλου/Αυτοφροντίδα

Καλώς ήρθατε στη Μονάδα Θάρρους, την τελευταία ενότητα της χρονιάς! Υπέροχη δουλειά με τους μαθητές σας σε αυτό το πρόγραμμα σπουδών! Σκεφτείτε όλα όσα έχουν μάθει και όλους τους τρόπους με τους οποίους τους έχετε δει να δείχνουν σεβασμό, φροντίδα, συμμετοχή, ακεραιότητα και υπευθυνότητα καθ' όλη τη διάρκεια του έτους. Τώρα μπορείτε να τους δείξετε πώς μοιάζουν το θάρρος και η καλοσύνη. Τι δυνατός συνδυασμός! Μπορεί φυσικά να μην σκεφτόμαστε το θάρρος και την καλοσύνη μαζί, αλλά στην πραγματικότητα, η καλοσύνη είναι η απόλυτη μορφή θάρρους. Είναι το θάρρος να είμαστε ευγενικοί με τον εαυτό μας και με τους άλλους (ειδικά αν δεν το νιώθουμε). Χρειάζεστε ένα κουράγιο σε αυτό το σημείο του έτους; Γίνεται όλο και πιο δύσκολο να είσαι ευγενικός και υπομονετικός;

Έχετε προσθέσει πίεση για να τελειώσετε τα πάντα μέχρι το τέλος του έτους; Θα ήταν πιο εύκολο να περάσετε απλά τον Μάιο και τον Ιούνιο; Μπορεί. Αλλά, να είσαι δυνατός και να έχεις θάρρος. Θα τα καταφέρεις και οι μαθητές σου το ίδιο. Περπατήστε γενναία στις τελευταίες εβδομάδες, ρίξτε ένα επιπλέον μέτρο ευγένειας στους μαθητές σας, ειδικά σε εκείνους που έχουν πραγματικά κολλήσει εκεί όλο το χρόνο. Χρειάζονται τη δύναμή σας τώρα περισσότερο από ποτέ. Να είστε ιδιαίτερα ευγενικοί και με τον εαυτό σας. Τα κατάφερες. Το κάνεις. Άλλος ένας χρόνος είναι σχεδόν στα βιβλία και είστε πολύ καλύτεροι για αυτό. Σκεφτείτε όλα όσα έχετε κάνει, μάθετε και έχετε βιώσει. Σημειώστε πώς έχει αλλάξει τις διδακτικές σας προσεγγίσεις και νοοτροπία. Πώς είσαι καλύτερος δάσκαλος σήμερα από ό,τι ήσουν στην αρχή της χρονιάς; Δεν υπάρχει κανείς πιο θαρραλέος στην τάξη σας από εσάς. Αγκαλιάστε το και προχωρήστε γενναία, ευγενικά!



Μερίδιο

3-4 λεπτά

Φτάσαμε στην τελευταία μας ενότητα της χρονιάς, το Κουράγιο! Τι σας έρχεται στο μυαλό όταν σκέφτεστε αυτή τη λέξη; (Προσκαλέστε τις απαντήσεις των μαθητών.)



Εμπνέω

4-6 λεπτά

Συχνά σκεφτόμαστε το θάρρος με όρους δύναμης, γενναιότητας και αφοβίας. Το να είσαι γενναίος και να υπερασπίζεσαι αυτό που πιστεύεις σίγουρα δείχνει θάρρος. Αλλά υπάρχουν και άλλοι τρόποι με τους οποίους μπορούμε να είμαστε θαρραλέοι. Θάρρος είναι να είσαι πρόθυμος να δοκιμάσεις νέα πράγματα, να υπερασπιστείς τον εαυτό σου και τους άλλους και να κάνεις το σωστό ακόμα κι αν οι άλλοι σε πιέζουν να κάνεις το λάθος. Μερικές φορές αυτό σημαίνει επίσης ότι πρέπει να είμαστε ο «περίεργος άνθρωπος», επιτρέποντας στον εαυτό μας να είναι ευάλωτος όντας διαφορετικοί.

Ευπάθεια είναι να δείχνεις στον κόσμο αυτό που είσαι και να προσπαθείς κάτι ακόμα κι αν το αποτέλεσμα είναι αβέβαιο. Αυτό σημαίνει ότι είστε διατεθειμένοι να αναλάβετε τον κίνδυνο να αντιδράσουν οι άλλοι αρνητικά με βάση τις αποφάσεις σας, αλλά ότι είστε αρκετά θαρραλέοι για να εμμένετε στην επιλογή σας ανεξάρτητα.

Σκεφτείτε μια στιγμή που δοκιμάσατε κάτι νέο ή ήσασταν το πρώτο άτομο στην ομάδα που προσφέρθηκε εθελοντικά πριν μάθετε όλες τις λεπτομέρειες. Πώς σας έκανε αυτό να νιώσετε; Επέτρεψες στον εαυτό σου να είσαι ευάλωτος. Οι περισσότερες θαρραλέες πράξεις απαιτούν ένα ορισμένο επίπεδο ευαλωτότητας.



Εξουσιοδοτώ

15 λεπτά

"Έχεις ποτέ;" είναι το όνομα ενός παιχνιδιού που πρόκειται να παίξουμε σε μια προσπάθεια να εξερευνήσουμε την ποικιλία των τρόπων με τους οποίους το θάρρος και η ευπάθεια έχουν βιώσει κάθε άτομο στην τάξη.

Κατευθύνσεις:

- Εξηγήστε ότι θα μοιραστείτε μια σειρά από εικόνες που απεικονίζουν διαφορετικά παραδείγματα θάρρους και ευαλωτότητας. Εάν ο μαθητής έχει βιώσει το σενάριο που απεικονίζεται, θα σηκωθεί όρθιος. Αν δεν έχουν, θα καθίσουν.
- Ζητήστε από τους μαθητές να καθίσουν πίσω ανάμεσα σε κάθε εικόνα.
- Επαναλάβετε μέχρι να διαβάσετε όλες τις εικόνες.
- Καθοδηγήστε μια συζήτηση σχετικά με τους διαφορετικούς τύπους θάρρους και τα επίπεδα ευπάθειας που απαιτούνται για την ολοκλήρωση κάθε δραστηριότητας που απεικονίζεται. Παράδειγμα: Η αναρρίχηση σε ένα βουνό μπορεί να είναι πολύ τρομακτική επειδή είστε ευάλωτοι στους κινδύνους που υπάρχουν στο βραχώδες έδαφος. Το να μιλάς μπροστά σε μια μεγάλη ομάδα ανθρώπων μπορεί επίσης να είναι πολύ τρομακτικό επειδή είσαι ευάλωτος σε πιθανές αρνητικές αντιδράσεις από το κοινό. Και οι δύο καταστάσεις απαιτούν θάρρος και ευαλωτότητα, αλλά με πολύ διαφορετικούς τρόπους!



Κατοπτρίζω

5-7 λεπτά

Ως τάξη, αναθεωρήστε τους διαφορετικούς τρόπους με τους οποίους μπορούμε να δείξουμε θάρρος στην καθημερινή μας ζωή. Δώστε έμφαση στη σημασία της ευαλωτότητας ως υπο-έννοια ή «συνεργάτη» με θάρρος. Είτε είσαι ο πρώτος που δοκίμασε κάτι, είτε είσαι εθελοντής για κάτι άγνωστο είτε το άτομο που υπερασπίζεται την αδικία, επιτρέπεις στον εαυτό σου να είσαι ευάλωτος. Γιορτάστε αυτό! Χωρίς την ευαλωτότητα, το αληθινό θάρρος θα ήταν αδύνατο!

Αυτή την εβδομάδα προκαλέστε τον εαυτό σας να βγείτε από τη ζώνη άνεσής σας σε έναν τομέα της ζωής σας. Πάρτε ένα ρίσκο και χρησιμοποιήστε θάρρος για να γίνετε λίγο ευάλωτοι όταν υπερασπίζεστε κάτι, δοκιμάζετε κάτι νέο ή προσφέρεστε εθελοντικά σε έναν νέο τομέα. Κάθε πράξη θάρρους σας δίνει τη δυνατότητα να προχωρήσετε και να συνεχίσετε να ξεπερνάτε τους φόβους και να αμφισβητείτε την αδικία.



Ανέβηκε σε βουνό;



Χάσατε έναν αγώνα;



Δοκίμασες ένα εξωτικό ή άγνωστο φαγητό;



Μίλησε μπροστά σε μια μεγάλη ομάδα ατόμων (25+);



Δοκίμασες για ένα νέο άθλημα;



Διαγωνίστηκες σε έναν ακαδημαϊκό διαγωνισμό όπως το Science Fair ή το 4-H;



Στάθηκε απέναντι σε έναν νταή;



Συστήθηκες σε έναν νέο μαθητή στο σχολείο;