

Mitt namn ordPussel

I den här lektionen kommer eleverna att identifiera en mängd personliga egenskaper som de gillar hos sig själva. De kommer att organisera sina idéer i form av en namnakrostik eller ordpussel som de själva skapar. Lektionen innehåller ett litet inslag av klasspresentation, vilket också ger eleverna möjlighet att öva på att lyssna på hela kroppen.

Omtänksam under-Koncept

Medkänsla, vänlighet

Lektionens tidsram

35-40 minuter

Nödvändigt material

- ☐ Bitar av tagboard eller byggpapper, en per elev.
- ☐ Färgpennor/markörer

Var beredd att dela historien eller betydelsen av ditt namn eller en familjemedlems namn för att få eleverna att tänka till.

Det kan vara meningsfullt att förbereda en akrostikus för ditt namn som ett exempel.

Standardkarta

Den här lektionen överensstämmer med CASEL-kompetenser, nationella hälsoutbildningsstandarder och gemensamma centrala statliga standarder. Vänligen se [Standardkarta](#) för mer information.



DESIGNERAD AV CASEL
SOM ETT REKOMMENDERAT PROGRAM
FÖR SOCIALT OCH EMOTIONELLT LÄRANDE.
Se sista sidan för detaljer.

Lektionens mål

Eleverna kommer att:

- Identifiera saker om sig själva som de uppskattar.
- Tillämpa egenvårdstänkande i sina liv.
- Presentera sin akrostikon för klassen och öva på korta presentationsfärdigheter.

Läraranslutning/Självvård

I den första enheten pratade vi om vikten av självrespekt som en byggsten för respekt inom vår värld. Den här enheten fokuserar vi på omtanke, som innehåller medkänsla, hjälpsamhet, tacksamhet och empati. Omsorg definieras som att känna och visa omtanke om dig själv och andra. Med denna definition i åtanke, försök att utvärdera hur du bryr dig om dig själv.

Self-Care är ett viktigt verktyg för att säkerställa att vi har tid att starta om. Det är inte självviskt att ge tid varje dag för att bara fokusera på DIG. Vad gör du bara för dig varje dag? Om svaret är svårt att identifiera, brainstorma några idéer om hur du kan ta hand om dig själv dagligen. Om du redan har påbörjat den här processen, försök att utöka eller fördjupa din egenvård till att inkludera långsiktiga mål (som att träna eller ta en rolig lektion). Om du inte bryr dig om dig, hur kan du förvänta dig att ge solid omsorg för andra?

Tips för olika elever

- Att ha ett visuellt exempel på ordet pussel kommer förmodligen att vara användbart för alla elever
- Kan använda den formella termen "akrostikus" för ordet pussel för intresserade elever
- Avancerade elever kanske vill göra en mer utmanande akrostik genom att sätta deras namn i mitten och använda mittenbokstäverna i deras namn istället för de första bokstäverna, så här: <https://www.pinterest.com/pin/470626229786264958/>



Dela med sig

5-7 minuter

Välkommen till vår nya enhet, Caring! Vi kommer att prata om att ta hand om andra och vad det innebär att ta hand om inte bara andra, utan också oss själva och vårt utrymme.

Hur ser det ut att ta hand om andra för dig?

Bjud in elevernas svar.

En del av att erbjuda vård till andra är dock förmågan att erbjuda vård till oss själva. Vi kallar detta för egenvård. Tänk på det. Om du inte tar hand om dig själv, hur ska du orka ta hand om någon annan? Det gör du inte!

Så idag kommer vi att tänka på alla sätt vi tar hand om oss själva och tänka på saker om oss själva som gör oss speciella.

Låt oss börja med hur vi tar hand om oss själva. Vadär sakerna gör du för att ta hand om ditt sinne?

Bjud in elevernas svar; några exempelsvar finns nedan:

Tänk: Var snäll mot andra, var tacksam, hjälp andra, få tillräckligt med sömn, pussel, gå i skolan, läs, ta djupa andetag, lär dig något nytt, lär dig ett annat språk, spela inlärningspel, titta på pedagogisk TV, spela ett instrument.

Vad är några saker du gör för att ta hand om din kropp?

Bjud in elevernas svar; några exempelsvar finns nedan:

Kropp: Få tillräckligt med sömn, träna, ät hälsosam mat som frukt och grönsaker, dansa, hjälpa till med sysslor hemma, vara aktiv i rasten, delta i gymmet, cykla, spela en sport.



Inspirera

5-7 minuter

Låt oss nu prata om saker som gör oss speciella och unika. Det finns bara en du i hela den här världen! Även om du har en tvilling är du fortfarande unik och annorlunda på speciella sätt.

Ett sätt som många av oss är unika i våra namn. Även om vi delar samma eller liknande förnamn med någon, har vi fortfarande unika mellan- och efternamn som gör oss olika.

Är det någon som vet om ditt namn har en speciell historia? Blev du uppkallad efter någon speciell? Har det någon speciell betydelse?

Bjud in elevens svar. Bly med betydelsen eller betydelsen av ditt namn, kanske.

Vad är några andra saker som gör oss speciella och unika?

Bjud in elevsvar; uppmuntra svar om personlighet, intressen, talanger, hobbyer, etc.



Bemyndiga

10-15 minuter

Ok, nu ska du lägga alla dina idéer om vad som gör dig till ett roligt ordpussel med ditt namn. Du kan göra detta på ett par sätt. Du kan antingen skriva ditt namn vertikalt längs sidan av ditt papper eller så kan du använda bubbelbokstäver och stava ditt namn över hela sidan.

För varje bokstav måste du skriva ner ett ord eller en fras som beskriver något speciellt med dig och som börjar med samma bokstav. När du är klar, dekorera gärna ditt ordpussel på ett sätt som representerar alla de unika, speciella saker som du skrev ner om dig själv.

När akrostiken är klar ska eleverna dekorera sin affisch på ett sätt som representerar dem och de ord de valt för att beskriva sig själva.

Projektexempel på smartboarden eller skriv ett exempel på whiteboardtavlan. Exemplet kan vara vilket namn som helst, men kan vara mer meningsfullt om det är lärarens namn.

Exempel: <https://www.pinterest.com/pin/517069600952146227/>



Reflektera

5-7 minuter

Be eleverna dela med sig av sitt akrostiska ordpussel. Du kanske vill samla eleverna vid deras morgonmöteslokaler eller någonstans som en grupp (istället för skrivbord) och sätta upp en speciell stol där personer som lägger fram sina pussel kan sitta medan resten av klassen sitter på mattan/golvet framför dem. Detta hjälper till att betona tanken att personen som presenterar är speciell och viktig. Påminn eleverna om att lyssna på hela kroppen.

Kom ihåg att alla i vår klass är speciella och har viktiga saker att lägga till vår klass. Kom ihåg att ta hand om ditt sinne, ta hand om din kropp och tro hur mycket du betyder för mig och för alla i vår klass! Om vi inte tar hand om oss själva kan vi inte ta hand om varandra, så ta dig tid varje dag för att göra något hälsosamt och speciellt för dig själv. Kom också ihåg att visa tacksamhet, hjälpa andra och vara snäll får våra hjärnor och våra kroppar att må bra. Vi är lyckligare när vi är tacksamma. Arbeta hårt med att vara tacksam, hjälpa och vara snäll mot dem runt omkring dig!



Förlängningsidéer

- Överväg att hänga akrostiken runt i rummet eller på en anslagstavla, eller laminat och använd sig av dem som namnkort på skrivbordet (tejpade eller hängande på framsidan av testet eller tejpade på stolsryggen).
- Du kan låta eleverna klippa ut ord från tidningar som beskriver dem och tejpa eller klistra in dem på deras akrostik. Du kan också låta dem klippa ut bilder som representerar dem och tejpa eller klistra som en del av den slutliga dekorationen.



DESIGNERAD AV CASEL
SOM ETT
REKOMMENDERAT
PROGRAM FÖR SOCIALT
OCH EMOTIONELLT
LÄRANDE.

Samarbetet för akademiskt, socialt och emotionellt lärande (CASEL) har granskat evidensbaserade SEL-program sedan 2003. Kindness in the Classroom® uppfyller CASELs SELECT-program och ingår i CASEL Guide till effektiva sociala och känslomässiga lärandeprogram.

Kindness in the Classroom® uppfyllde eller överträffade alla CASELs kriterier för högkvalitativ SEL-programmering. Kindness in the Classroom® fick CASELs högsta beteckning för högkvalitativ SEL-programmering.

<https://casel.org/guide/kindness-in-the-classroom/>