

Kommunicera på RAK-sättet: Respektfullt, säker, snäll

Den här lektionen ger eleverna en möjlighet att undersöka kroppsspråket och de budskap vi skickar genom våra kroppar; de kommer att identifiera kroppsspråk, namnge meddelandet som skickas och sedan träna hela kroppen att lyssna under en rollspelssituation. Den här lektionen ger eleverna en liten möjlighet att uttrycka åsikter och övertygelser om givna ämnen samt lyssna, ställa frågor och öva på positiva och respektfulla konversationsförmåga. Det här är en bra förhandsvisning av projekt #1 där eleverna kommer att diskutera en fråga som klass.

Respektera underkoncept

Egenvård, vänlighet

Lektionens tidsram

45 minuter

Nödvändigt material

- ☐ Situationskort (nedan)
- ☐ Bakgrundsinformation för att lyssna på hela kroppen: <https://www.teachingchannel.org/videos/whole-body-listening>

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:

- Ange respektfullt fakta och åsikter och lyssna på sina kamraters.
- Använd kroppsspråk för att skicka meddelanden om respekt.
- Delta i att lyssna på hela kroppen.

Läraranslutning/Självvård

Respekt för ditt samhälle är ett naturligt resultat när man besitter självrespekt och respekt för andra. Detta är den tredje pusselbiten under rubriken respekt. Hur visar du respekt inom din skola och ditt samhälle? Att engagera sig i organiserade möjligheter gör att du kan ge tillbaka på ett strukturerat, konkret sätt. Men förbise inte de dagliga slumpmässiga handlingar av godhet som du har tillgång till inom skolan och din stad. Enkla uppgifter som att städa upp campus eller släcka oanvända lampor i ditt hem för att minska elanvändningen är också giltiga sätt att respektera ditt samhälle. Var uppmärksam på de möjligheter som erbjuds dig. Detta kommer i sin tur att hjälpa dig att överföra denna övning till dina elever.

Tips för olika elever

- Para ihop eleverna i förväg så att du styr vem som kopplar ihop med vem; rollspel eller ha en lärares medhjälpare rollspel med elever som har begränsade språkkunskaper.
- Använd whiteboardtavlan eller svarta tavlan för att visa ledtrådar för aktivt lyssnande och de frågor som eleverna kan ställa för att påminna eleverna om deras uppgift under rollspelet.



Dela med sig

2-3 minuter

I den här enheten har vi pratat om vad det innebär att visa respekt för oss själva, till andra och för vårt samhälle. I vår lektion om att respektera andra lärde vi oss om övertygelser, värderingar och åsikter, och hur vi kan ha olika övertygelser, värderingar och åsikter. Även om vi kanske är olika är det fortfarande viktigt att respektera varandra och visa vänlighet mot varandra. Vilka är några sätt att visa respekt och vänlighet mot andra som vi diskuterade för några veckor sedan?

Bjud in elevernas svar.



Inspirera

5-7 minuter

Ett sätt du kan se om någon verkligen lyssnar på dig och respekterar dina idéer är genom deras kroppsspråk. När jag säger kroppsspråk, vad pratar jag om?

Bjud in elevernas svar och till och med demonstration; om någon säger "du kan säga att någon är arg för att de kisar och korsar armarna" be en elev visa det.

Bra! Vi kommer att prata lite om kroppsspråk och hur vi kan använda det för att visa respekt för andra när vi pratar med dem, speciellt om vi inte håller med om vad de säger. To öva, låt oss titta på några bilder på människor. Vi ska identifiera stämningen i situationen genom att läsa kroppsspråket.

****Välj vilket/hur många exempel du vill från listan nedan. Visa på whiteboardtavlan eller skriv ut. Be eleverna utforska vad som händer i bilden: vad personen/människorna känner baserat på kroppsspråk. Exempelbilder länkade nedan:**

<https://pixabay.com/en/listen-informal-meeting-chatting-1702648/>
<https://pixabay.com/en/human-children-girl-talk-763156/>
<https://pixabay.com/en/water-fight-children-water-play-442257/>
<https://pixabay.com/en/high-school-football-confrontation-1579498/>
<https://pixabay.com/en/relationship-couple-conflict-2418155/>
<https://pixabay.com/en/angry-mad-upset-person-young-3126438/>
<https://pixabay.com/en/person-woman-girl-alone-409127/>
<https://pixabay.com/en/book-bored-college-education-15584/>

När vi delar med oss av våra idéer och lyssnar på andras idéer är målet inte att vi bara ska argumentera eller avfärda det den andra personen säger. Vår uppgift är att lyssna. Vi kan visa respekt och i slutändan vänlighet mot andra om vi tar oss tid att verkligen lyssna på dem.



Bemyndiga

15 minuter

Nu ska vi göra en fundera, para, dela-aktivitet där ni turas om att prata om en fråga som ni kommer att dra ur den här hinken. Med din partner kommer du att prata om den sida av problemet du håller med om och din partner kommer att spela aktivt lyssnande. Ditt jobb är att presentera dina idéer och din partners jobb är att använda lämpligt kroppsspråk för att tala om för dig att han/hon lyssnar.

Partners, ditt jobb är också att ställa frågor. Ditt jobb är inte att argumentera med personen som talar utan att ställa frågor som hjälper dig att förstå vad han eller hon säger.

Så här kan det se ut:

Välj en elev för att demonstrera den här aktiviteten med ett av ämnena (eller ett nytt) och förbered eleven med några av frågorna nedan och att lyssna på hela kroppen.

"Det är intressant. Berätta mer om det!"

"Jag tror inte jag förstår vad du menar. Kan du säga det igen?"

"Låt mig se om jag förstår. Du säger att..." och upprepa sedan huvudidéerna.

Sedan byter du roller. Personen som lyssnade kommer att diskutera frågan som de drog upp ur hinken och du kommer att bli lyssnaren.

När det är din tur att lyssna vill jag att du lyssnar på hela kroppen: använd dina ögon, din kroppsställning, dina rörelser, dina armar/händer för att visa att du är uppmärksam. Säg du hur [infoga elevens namn] gjorde det i vår demonstration? Efterlikna hela kroppens lyssnande ställningar igen eller låt eleven göra det som modell.

Tänk på de budskap ditt kroppsspråk skickar till din partner. Kom ihåg hur vi pratade om att respektera andras övertygelser och åsikter i vår andra lektion; vi kan respektera någons idéer även om vi inte personligen håller med dem. När du pratar, glöm inte att titta på din partner. Eftersom de respekterar din rätt att tala kan du respektera dem och säga "tack" för deras goda lyssnande genom att leverera ett uppriktigt budskap.

Ok! Jag kommer nu med ämnena; koppla ihop med personen bredvid dig (eller par du väljer om det är bättre för din grupp) så börjar vi.

Ställ in en timer så att varje person har samma tid; 3-5 minuter vore lagom.



Reflektera

5 minuter

Ok! Låt oss återgå till klassen. Jag vill höra om några av dina erfarenheter. Hur kändes det att prata om något du trodde på?

Bjud in elevernas svar.

Hur kändes det att ha någon som lyssnade på dig som verkligen lyssnade och var intresserad?

Bjud in elevernas svar. Helst kommer eleverna att notera att de kände sig trygga, bekväma, respekterade och uppskattade.

Kan någon dela en bra aktiv lyssnande hållning de märkte hos sin partner?

Bjud in svar.

OK! Ditt mål för resten av dagen är att använda respektfullt lyssnande och konversationsförmåga. Jag kommer att titta efter exempel på dessa under hela dagen!

Överväg att erbjuda ett speciellt incitament eller utresebiljettpriser för dem som du observerar öva på dessa färdigheter.



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/>

Påstående	Ja eller nej, och varför?
Fjärdeklassare ska ha en extra rast under skoldagen.	
Konsten (som konst, musik, drama) är viktigare än ämnen som matematik och naturvetenskap.	
Lärare ska inte tilldela några läxor.	
Skolor bör tillåta elever att använda telefoner under skolan.	
Skolan ska vara året runt.	