

Vad är du ansvarig för?

Den här lektionen ger en översikt över ansvar men knackar djupare in på självdisciplin. Eftersom elever i femte klass sannolikt redan har en bra förståelse för vad ansvar innebär, tittar vi mer på vad som får oss att göra ansvarsfulla val, särskilt när vi inte känner för det. Den här lektionen ger eleverna en möjlighet att diskutera varför de kan göra oansvariga val och hur de kan utnyttja sin självdisciplin för att göra bättre val. Det slutar med att elever gör motiverande affischer som de kan hänga runt i klassrummet eller skolan för att påminna sig själva (och andra) om att envisas med att göra ansvarsfulla val.

Vänlighets underkoncept

Dettaf-Disciplin

Lektionens tidsram

25-30 minuter

Nödvändigt material

- ☐ Papper i affischstorlek
- ☐ Markörer, kritoroch andra konsttillbehör för affischtillverkning
- ☐ Du kan googla och projicera eller skriva ut några smarta maratonskyltar som är åldersanpassade för inspiration.

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

Det kommer studenterna att analysera självdisciplinens roll i ansvarsfullt beslutsfattande.

Läraranslutning/Självvård

Som lärare är du ansvarig för säkerheten och utbildningen för dussintals barn. Hur förbereder du dig inför skolan varje dag? Varje lärare måste tillhandahålla någon typ av lektionsplaneringar som bevis på planering. En effektiv planering går mycket längre än så här. Att kartlägga en enhet baserat på antalet i klassdagarna tillsammans med tilldelade tidsbegränsningar kan helt förändra den ursprungliga lektionen. Ofta vår planering blir kortare och kortare ju längre vi har undervisat. Men varje år får vi en helt ny uppsättning elever. Den här veckan, avsätt lite extra tid för att utvärdera din nuvarande klass. Vilka speciella behov har de (både styrkor och svagheter) som kräver ett annat förhållningssätt än tidigare år? Om detta är ditt första undervisningsår, försök att kategorisera dina elever efter inlärningsstil snarare än akademisk nivå. Du kanske börjar uppskatta varje elev lite mer, vilket i slutändan leder till en lärare som svarar med vänlighet snarare än frustration under denna svåra tid på året!

Tips för olika elever

- Affischerna skulle kunna göras i par eller i grupper om det finns några elever som behöver hjälp eller fungerar bättre i partner.
- När du uppmanar elever att dela vilka regler de har brutit mot, var uppmärksam på elever som kan överdela eller som rutinmässigt bryter mot reglerna eller hamnar i problem. Rama in frågan på ett annat sätt om en sådan diskussion kan generera eller utlösa elever som regelbundet kämpar med att följa reglerna. (Detta skiljer sig från den pinsamhet som ärlig ansvarsskyldighet kan inspirera; i det här fallet är pinsamheten tillfällig och leder till avslöjanden som är mer förknippade med ödmjukhet. Detta i sin tur skapar en känsla av brådsnande självkorrigering eller till och med en känsla av solidaritet med andra eftersom vi alla gör misstag eller bryter mot regler ibland - båda hälsosamma manifestationer av ödmjukhet som kan leda till bättre val senare).



Dela med sig

5-7 minuter

I den här lektionen ska vi prata om ansvar och något som kallas självdisciplin. Kan någon dela en grundläggande definition av ansvar med oss?

Bjud in elevernas svar.

Vilka saker är du personligen ansvarig för?

Bjud in elevernas svar.

Så, vad händer om du inte vill göra något som du är ansvarig för? Låt oss säga att det är ditt ansvar att bädda din säng varje morgon och en dag vill du bara inte det. Vad är det som gör att du kan fortsätta bädda din säng även när du inte vill?

Bjud in elevernas svar - du letar efter "självdisciplin."

Svaret är självdisciplin! Självdisciplin är förmågan att övervinna negativa känslor som kan hindra dig från att göra något du behöver göra (som att bädda din säng) eller som kan hindra dig från att avsluta det du började (kanske började du utöva en sport och det är svårt; istället för ger upp ditt lag, du bestämmer dig för att hålla ut och försöka bli bättre). Detta är självdisciplin!

När vi väljer självdisciplin gör vi ett ansvarsfullt val. Självdisciplin är det som hjälper oss att göra ansvarsfulla val och göra rätt.



Inspirera

5-7 minuter

Nu ska vi undersöka vilka regler vi har i vårt klassrum. Vilka är reglerna vihar här som 5:e klassare?

Bjud in elevernas svar. Utforska gärna många regler, både skrivna och oskrivna. (Oskrivna regler kan vara saker som att komma till klassen i tid, sätta ditt namn på dina läxor, gå i klassrummet, inte prata medan läraren pratar, etc.)

Bra! Och alla är ansvariga för att följa reglerna, eller hur? Varför följer vi reglerna?

Bjud in elevernas svar. Leta efter saker som att reglerna hjälper till att hålla vårt klassrum säkert, hjälper oss att lära oss i en organiserad miljö, hjälper oss att ha kul samtidigt som vi tar vårt arbete här på allvar.

Bra! Nu ska vi ha en ärlig pratstund. Hur många av er har någonsin brutit mot en av dessa regler?

Bjud in elevsvar. När du uppmanar en elev att dela, fråga honom eller henne varför han/hon valde att bryta mot regeln.

Det är här självdisciplin kommer in i bilden. Vi måste övervinna frestelsen att bryta mot reglerna även om det känns som att det inte kommer att vara en

RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®

stor sak. Att bygga upp vår självdisciplin kommer att hjälpa oss att göra ansvarsfulla val hela tiden!



Bemyndiga

10-15 minuter

Har någon någonsin sett tecken på att människor håller ut vid stora löplopp, som maraton, triathlon eller Iron Man-tävlingar? Eller har någon någonsin sett American Ninja Warrior eller varit på ett professionellt sportevenemang? Har du sett folk i folkmassorna hålla upp skyltar för konkurrenterna? Vad ska dessa skyltar göra för de som springer eller tävlar?

Bjud in elevernas svar.

Det är rätt! De är tänkta att uppmuntra löpare eller idrottare att fortsätta. Just nu ska vi skapa affischer som vi kan posta runt i vårt rum (och kanske till och med skolan) som hjälper oss att inspirera vår självdisciplin att fatta ansvarsfulla beslut, även när vi inte känner för det. När vi närmar oss slutet av skolan kan det bli lättare att ge upp eller att inte avsluta det vi börjar. Eller så kanske vi inte ens startar något för att vi inte vet om vi kommer att lyckas eller om vi bara är för trötta. Dessa affischer kan hjälpa till att uppmuntra oss och andra under resten av året.

Ge eleverna affischpappret och be dem ta fram sina egna konstmaterial (eller ställ ut klassrummets konstmaterial). Skriv (eller projicera några exempel) på tavlan på några vanliga fraser som du skulle se på skyltarna: "Du kan göra det!", "Ge inte upp!", "Du är nästan klar!", "Fortsätt gå!", och "Avsluta det du börjar!" Be eleverna någonstans på affischen att lägga till en eller båda av följande hashtaggar: #ansvar eller #självdisciplin eller #vänlighet. Uppmuntra eleverna att vara kreativa.



Reflektera

5-7 minuter

Låt eleverna dela sina affischer när de är klara och häng sedan upp dem runt om i rummet eller runt i skolan/korridorerna om du har möjlighet.

Påminn eleverna om att det inte alltid är lätt att göra ansvarsfulla val och att de måste gräva djupt för att se till att de tänker på de val de gör, särskilt i slutet av året. Uppmuntra eleverna att titta på dessa bekräftande affischer och använda dem som uppmuntran att utnyttja sin självdisciplin när de står inför ett svårt val eller den tjatande känslan av att sluta eller bara anstränga sig halva tiden när dagarna blir långa.



Förlängningsidéer

- Om du närmar dig slutet av året eller är runt en standardiserad testtid eller någon annan "stressande" del av året, där barn (och lärare!) har ett högt ansvar men självdisciplintanken kanske håller på att ta slut, skapa ett "maraton" för att slutföra vilken stor uppgift som helst. Låt eleverna utveckla ett slutmål (maraton) och sedan utforma en "träningsplan" för att nå detmål (korsar mållinjen). Se till att dina elever skriver SMARTA mål! Vilka specifika saker behöver de göra för att nå målet? Hur kommer de att behöva utveckla självdisciplin för att bli framgångsrika? Använd den här träningsplanen i ditt morgonmöte eller som utgångsbiljetter för att se hur eleverna gör och spåra framsteg. Detta skulle också kunna vara ett klassövergripande mål och plan, som skulle ge alla ett gemensamt mål och plan för att följa och uppmuntra varandra och hålla varandra ansvariga.

När dina elever når sina mål, fira en klass med typiska maratongodis - apelsinskivor, kakor, vatten och gatorade. Du kan till och med dela ut band eller göra pappersmedaljer att ge barnen när de "korsar mållinjen" för sitt mål (vilket de också skulle kunna göra symboliskt i klassrummet, om du ställer in en "FINISH"-linje i ditt rum).



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/>