

Mod

Detta är den första veckan av vår Courage-enhet. Eleverna kommer att fokusera på mod och hur det ansluter till underbegreppet sårbarhet när vi tar risker för att vara sanna mot oss själva.

Börja enheten med hela lektionen och sikta sedan på att slutföra minst två av minilektionerna med dina elever under veckan. Varje minilektion är utformad för att presentera delar av huvudlektionen på nya och engagerande sätt.

Huvudläxa

Helklasslektion
30 minuter



Identitet Round Robin

Eleverna kommer att se över begreppen mod och sårbarhet och praktisera dessa begrepp genom att svara på allt svårare frågor om sig själva med sina kamrater. (Se sidan 2 för lektionsdetaljer.)

Mini lektioner

För små grupper
15 minuter



Att vara trogen mot DIG

Dela in klassen i små grupper om 4-6. Med hjälp av scenarierna som tillhandahålls (se nedan), låt varje liten grupp skapa ett rollspel för att visa hur man använder både sårbarhet och mod för att förbli sann mot sig själva.

För partners
15 minuter



Dolda talanger

Dela med din partner en dold talang du har. Försök att fokusera på något många inte vet om dig! Det krävs mod att vara sårbar när man diskuterar vad som gör dig unik!

För privatpersoner
15 minuter



Att möta rädslor

Gör en lista med 5 saker som skrämmar dig. Vad har de alla gemensamt (förlust av kontroll, rädsla för stora folkmassor, att bli dömd, etc)? Skriv en positiv bekräftelse för att hjälpa dig att bekämpa dessa rädslor och använda mod att gå framåt. Här är en meningstartare om det behövs: Jag ska_____ hjälpa mig_____.

Teknikfokuserad
15 minuter



Personlig avatar

Skapa din egen avatar. Många avatarer vi kan välja inom spel och program är superbegränsade! Om du kunde designa en avatar som fångade din unika, unika specialitet, hur skulle den se ut? Dela din avatar med klassen och förklara dina val.

Identitet Round Robin

Eleverna kommer att se över begreppen mod och sårbarhet och praktisera dessa begrepp genom att svara på allt svårare frågor om sig själva med sina kamrater.

Lektionens tidsram

30 minuter

Nödvändigt material

- ☐ Inget material krävs för denna lektion

Standardkarta

Den här lektionen överensstämmer med CASEL-kompetenser, nationella hälsoutbildningsstandarder, International Society for Technology in Education Standards, när så är tillämpligt, och Common Core State Standards. Vänligen se [Standardkarta](#) för mer information.

Lektionens mål

Eleverna kommer att:

- Utforska sambandet mellan mod och sårbarhet.
- Undersök hur mod ser ut i sina egna liv och hur man kan införliva en mängd olika modiga ögonblick framåt.

Läraranslutning/Självvård

Välkommen till Courage-enheten, årets sista enhet! Bra jobbat att arbeta igenom den här läroplanen med dina elever! Tänk på allt de har lärt sig och alla sätt du har sett dem visa respekt, omtanke, delaktighet, integritet och ansvar under hela året. Nu får du visa dem hur mod och vänlighet ser ut. Vilken kraftfull kombination! Vi kanske inte naturligt tänker på mod och vänlighet tillsammans, men i verkligheten är vänlighet den ultimata formen av mod. Det är modet att vara snäll mot oss själva och andra (särskilt om vi inte känner för det). Behöver du ett skott mod vid den här tiden på året? Blir det svårare att vara snäll och tålmodig?

Har du lagt till press för att få allt klart vid årets slut? Skulle det vara lättare att helt enkelt segla genom maj och in i juni? Kanske. Men var stark och ha mod; du kommer att klara det och det kommer dina elever också. Gå modigt in i de sista veckorna; håll ut ett extra mått av vänlighet till dina elever, särskilt de som verkligen har hängt med hela året. De behöver din styrka nu mer än någonsin. Var extra snäll mot dig själv också. Du gjorde det. Du gör det. Ännu ett år är nästan inne i böckerna och du är så mycket bättre för det. Tänk på allt du har gjort, lärt dig och upplevt. Lagg märke till hur det har förändrat dina undervisningsmetoder och tänkesätt. Hur är du en bättre lärare idag än du var i början av året? Det finns ingen som är mer modig i ditt klassrum än du. Omfamna det och gå modigt, snällt vidare!



Dela med sig

5-7 minuter

Vi har kommit fram till årets sista enhet: Mod! Nu när du har navigerat till gymnasiet till slut, är din dagliga erfarenhet av behovet av mod exponentiell! Många av er har funnit att ni använder mod när ni står upp för det ni tror på, hjälper andra som blir mobbade eller utestängda och till och med funnit styrkan att motstå frestelsen att delta i val som strider mot er egen övertygelse eller moraliska kod.

Tänk tillbaka på en tid då du kunde använda mod i en av de nämnda situationerna. Dela ditt exempel med en granne.

(Tillåt tid för delning.)



Inspirera

4-6 minuter

Dessa mellanår är fulla av möjligheter att utöva mod när vi fortsätter att öka vår tid bort från våra familjer och utöka våra sociala kretsar till en större mängd människor som delar andra övertygelser och perspektiv än vi själva.

En komponent som många kämpar med under rubriken mod är begreppet sårbarhet. Även om fokus under mellanstadiet ofta är att ta reda på hur man "passar in", kräver det mod att vara villig att "sticka ut", vilket gör dig själv sårbar för vad andra kan tänka och säga. Sårbarhet är att visa världen dina sanna färger, vad som gör dig speciell och unik, även när det kanske inte matchar direkt med andra runt dig. Detta inkluderar både interna och externa komponenter hos dig själv. Din övertygelse, din moral, dina personliga beslut i en mängd olika situationer och till och med viljan att prova något när andra är motvilliga är alla olika aspekter av sårbarhet. Du är villig att ta risken att andra kan reagera negativt baserat på dina beslut, men du är modig nog att förbli sann mot dig, oavsett vad andra tycker eller säger!

Tänk på en tid då du förblev dig trogen; kanske var det ett modeval, en sport eller aktivitet som ingen annan gjorde, eller ett beslut som inte stämde överens med vad andra gjorde. Hur kändes det att vara så sårbar? Reagerade andra negativt? Om så är fallet, hur använde du mod för att hålla dig trogen?



Bemyndiga

15 minuter

Förklara att klassen nu kommer att spela ett spel som heter "Identity Round Robin" för att öva både mod och sårbarhet då varje person delar personlig information med resten av klassen. Frågor börjar lätt och ökar i sårbarhet allt eftersom omgångarna fortsätter.

Vägbeskrivning:

- Dela klassen i två jämna grupper. Om det finns en extra elev kan läraren delta.
- Låt en grupp bilda en cirkel som är vänd utåt. Låt den andra gruppen bilda en cirkel runt dem och stå vänd mot den inre cirkeln. Varje person bör ha någon vänd mot sig från den andra gruppen.
- Förklara att läraren kommer att läsa varje fråga högt. Varje person kommer att ha 10-20 sekunder på sig att dela sin svarar med den andra personen framför sig. Den andra personen kommer sedan att dela med sig av sitt svar också. Kom ihåg att det här är din möjlighet att träna på att använda mod och ärlighet genom att vara sårbar. Frågorna kommer att verka lätta att besvara till en början, men kommer att öka i sårbarhet när vi går framåt.
- Efter att alla har haft en chans att svara på frågan med sin partner kommer den yttre cirkeln att flytta en person till höger.
- Upprepa aktiviteten med nästa fråga.

Frågor:

- Namnge din favoritmat och varför.
- Namnge ditt favoritlag och varför.
- Namnge ditt favoritband och varför.
- Beskriv en tid då du kände dig stolt över att vara en del av en kulturell grupp.
- Beskriv en sed eller tradition som är viktig för dig.
- Beskriv en tid då du blev diskriminerad.
- Beskriv hur denna del av din identitet har påverkat ett nyligen fattat beslut eller val.
- Vad har du för ansvar gentemot din familj eller vänner?
- Beskriv hur din familj har påverkat din identitet eller vem du är.
- Vad är det för något snällt någon har sagt om dig?
- Beskriv en eller flera personer som har påverkat din identitet.
- Du kan även skriva klassspecifika frågor om så önskas!



Reflektera

5-7 minuter

När du har avslutat aktiviteten, ställ följande frågor:

- Lärde du dig något nytt om någon som du inte kände innan?
- Övrigskade något du sa till någon annan dig?
- Var det svårt att svara på någon av frågorna? Varför eller varför inte?
- Hur använde du mod för att svara på frågor som var svårare än andra?
- På vilka sätt kan vi respektera andra människors identiteter?
- Hur hjälper lärande om andra människor oss att bli mer bekväma med att själva vara sårbara?

Den här veckan utmanar dig själv att ta dig ur din komfortzon på ett område av ditt liv. Ta en risk och använd mod för att göra dig själv lite sårbar när du ställer upp för något, provar något nytt eller arbetar som volontär inom ett nytt område. Varje handling av mod ger dig möjlighet att gå framåt och fortsätta att övervinna rädslor och utmana orättvisor.