

# Mod

Detta är den sista veckan av vår Courage-enhet. Eleverna kommer att fokusera på mod och hur den ultimata demonstrationen av mod är att omfamna vänlighet i varje situation, oavsett hur du blir behandlad.

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



### Vänlighetens kultur

Klassen som helhet kommer att undersöka den nuvarande kulturen i skolsamhället och identifiera sätt att öka vänligheten i hela skolmiljön. (Se *sidan 2* för lektionsdetaljer.)

## Mini lektioner

**För små grupper**  
15 minuter



### Komplimangkort

Dela in klassen i små grupper om 4-6. Varje grupp ansvarar för att skapa registerkort med komplimanger till en vuxen inom skolan. Uppmuntra samtal om vem du ska välja innan du skapar korten. Ingen grupp får välja samma vuxen som en annan grupp. Framhäv vikten av äkta, vänliga ord när eleverna skapar sina kort. Leverera korten via skolans post om möjligt.

**För partners**  
15 minuter



### Vänlighet när man kämpar

Diskutera din svåraste klass med din partner. Hur kan du använda vänlighet inom den här klassen även om du inte trivs med att vara där?

**För privatpersoner**  
15 minuter



### Vänlighet hemma

Skapa en lista med 10 sätt att öka vänligheten i ditt hem. Vilka ord eller handlingar kan du utföra för att hjälpa till att flytta fokus mot en ökad nivå av vänlighet?

**Teknikfokuserad**  
15 minuter



### Goda nyheter!

Utforska <https://www.goodnewsnetwork.org/>, webbplatsen som bara delar positiva och upplyftande (och alltid sanna!) nyheter. Hur krävs det mod att fokusera på det positiva även när vårt samhälle och media trivs med de negativa nyheterna?

# Vänlighetens kultur

Klassen som helhet kommer att undersöka den nuvarande kulturen i skolsamhället och identifiera sätt att öka vänligheten i hela skolmiljön.

**Lektionens tidsram**

30 minuter

**Nödvändigt material**

- ☐ Inget material krävs för den här lektionen

**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 vänlighet.
- Träna på att använda mod och vänlighet i skolan och hemma.

**Läraranslutning/Självvård**

Välkommen till den sista lektionen av den sista enheten! Grattis! Det här är en bra tid att fira allt du har åstadkommit i år, både personligt och professionellt, med vetenskapen om att du sannolikt växte genom smärta, att du nådde mål genom prövningar och att du fann framgång efter misslyckande. Vi vet att tillväxt inte är den lätta vägen; det är ofta vägen mindre färdad och ibland måste man ha modet att fortsätta, tala sanning, dela vänlighet och vara sårbar. Men idag, fira resan. Njut av lärdomarna och utmaningarna. Inse hur modig och bra och snäll och uthållig du var i år. Skriv ett bekräftande uttalande om dina prestationer i år. Till exempel:

"I år har min lektionsplan om \_\_\_\_ verkligen fungerat och gjort mina elever bättre elever."

"I år var jag som bäst när \_\_\_\_."

"I år var jag ledare i \_\_\_\_."

Skriv sedan ett modigt mål för nästa år kring ett av vänlighetskoncepten du lärde ut i år. Hur kan du ingjuta respekt, omtanke, integritet, inkludering, respekt och mod i din undervisning och ledning, och vad behöver du göra för att nå dit? Fira idag, men fortsätt arbetet imorgon.

**Dela med sig**

3-5 minuter

Det här är fjärde veckan i vår Courage-enhet. Hittills har vi utforskat mod och hur det hänger ihop med sårbarhet och ödmjukhet. Den här sista veckan fokuserar på den ultimata demonstrationen av mod: vänlighetens handling! När du är på väg att avsluta din mellanstadiekarriär kan du utan tvekan se sambandet mellan mod och vänlighet!

Tänk på sambandet mellan dessa två begrepp. Hur har du använt mod för att vara snäll i en situation som inte var särskilt positiv? (Bjud in elevernas svar.)

**Inspirera**

3-5 minuter

Vänlighet känns inte alltid som en handling av mod, men att verkligen visa vänlighet i ALLA miljöer kan definitivt vara en utmaning. Att svälja din stolthet och ge vänlighet till någon som ger dig hat eller ilska kräver ett speciellt slags mod. Även i tuffa situationer, som att stå upp för dig själv och andra, kan vi fortfarande sätta vänlighet i centrum för våra ord och handlingar. Detta kräver mod eftersom vi kanske inte accepteras. Vi kan till och med bli hånade, retade eller mobbade. Att använda mod för att vara snäll är alltid värt risken!

Vissa miljöer skapar naturligtvis en snällhetskultur. Detsamma gäller dock på motsatt sida. Hur du presenterar dig själv och hur du och dina vänner agerar mot nya eller annorlunda människor sätter tonen för den "kultur" och miljön du skapar för andra som interagerar med dig.

Ta en stund för att undersöka dina dagliga interaktioner. Är de mestadels upplyftande och positiva? Brukar du luta dig mot sarkastiska toner och skämt när du pratar med dina vänner och andra du pratar med? Hur ändrar denna sarkasm tonen i ditt samtal? Är sarkasm snäll? (Bjud in elevernas svar.)

När miljön vi skapar är fientlig, sarkastisk och konkurrenskraftig, är det extremt svårt att fylla den med vänlighet. Detta gäller också när vi befinner oss i en ny miljö som är negativ. Det är vårt personliga ansvar att se till att våra egna beteenden inte är en bidragande faktor till denna kultur. Om vi leder med vänlighet och svarar vänligt, även när vi är omgivna av hat, kan vi känna oss säkra på att vårt beteende är en tillgång för gruppen. Människor kommer att njuta av vår närvaro, snarare än att krypa ihop sig när vi är i närheten. Valet är ditt!



## Bemyndiga

15 minuter

Förklara att klassen nu ska undersöka kulturen inom vår egen skola. Har vi en vänlighetskultur inom vårt eget samhälle? Även om vi är ganska snälla överlag finns det alltid utrymme för förbättringar.

Styr en diskussion om vänlighet inom vår skolgemenskap:

- Hur skapar vår skola för närvarande en vänlighetskultur?
- Vilka exempel på vänlighet har du sett i klassen? Under lunch? På bussen?
- Hur kan vi öka vår vänlighet som skola?

Efter att ha diskuterat det nuvarande klimatet i skolan, dela upp klassen i små grupper och låt varje grupp brainstorma ett positivt sätt att öka vänligheten. Varje grupp kommer att dela sina idéer med klassen.

- Om tiden tillåter, rösta på idéerna. Vilken kan vi enkelt implementera? Hur kan små förändringar skapa bestående effekter på vår skolkultur?



## Reflektera

5-7 minuter

Som klass, utmana er själva att interagera på ett snällare sätt under den här veckan. När du märker att du återgår till överdriven sarkasm och negativitet, påminn varandra om att vänlighet börjar med oss! Var och en av oss har ett beslut att fatta varje dag: har vi modet att vara snälla i alla situationer, även mot människor vi inte håller med?