

# Mitt utrymme

Denna grundlektion i Respektenheten fokuserar på självdisciplin och hur ansvarsfulla handlingar först och främst påverkar oss själva. Eftersom placeringen av denna enhet är efter vinteruppehållet behöver många rutiner återupprättas, speciellt kring organisation. Den här lektionen fokuserar på självdisciplin relaterad till kubbar eller personliga områden i pälsen/ryggsäcksområdet.

**Underkoncept för ansvar**

Självdisciplin, vänlighet

**Lektionens tidsram**

45 minuter

**Nödvändigt material**

- ☐ Papper vikt på mitten
- ☐ Grundläggande konsttillbehör
- ☐ *Jag har bara glömt* av Mercer Mayer

**Standardkarta**

Den här lektionen överensstämmer med CASEL-kompetenser, nationella hälsoutbildningsstandards 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 kunna:

- Identifiera sätt att visa ansvar för sig själva
- Öva aktiviteter i klassrummet som kräver ansvar till sig själv

**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 lektionsplanering 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 blir vår planering 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**

- Låt eleverna ta före- och efterbilder om de inte kan rita.
- Rita en enkel bild bredvid vanliga ord som används i illustrationerna: ryggsäck, kappa, skor, etc.
- Låt eleverna diktera de viktiga delarna av sin bild till dig efter behov.
- Hjälpe eleverna att organisera sitt område under städningsdelen av aktiviteten.



## Dela med sig

5-10 minuter

Spela 2 berättelser och en sanning med läraren som berättare.

Förklara hur man spelar: Läraren säger 3 saker om sig själv; 2 av dem är önskningar och bara en sak är sann. Klassen måste rösta om vilket påstående som är det sanna.

Upprepa 2 gånger till med olika påståenden. Här är ett exempel:

- *Jag har 13 bröder.* (berättelse)
- *Jag har ätit bläckfisk.* (sanning)
- *Jag ger alla en glass senare!* (berättelse)

Efter att ha spelat, reflektera över spelet:

- *Hur kändes det att veta att några av mina ord bara var berättelser?*
- *Gillade du spelet? Varför eller varför inte?*
- *Fanns det några tecken jag gav att berätta när jag hittade på något?*
- *Varför ska vi alltid berätta sanningen?*
- *Hur kan det att berätta historier snarare än sanningen göra det svårare för människor att lita på oss?*

Folk vill lita på dina ord. När du berättar historier och låtsas att de är sanningen kan det vara svårt för andra att lita på dig!



## Inspirera

### Vad är ansvar?

10-12 minuter

Förklara att ansvar är när du är pålitlig att göra de saker som förväntas eller krävs av dig. Det betyder att folk kan lita på dig! Du gör som du säger och du säger vad du do. Låt oss öva ansvar genom att arbeta tillsammans för att avsluta dessa meningar:

När jag tar ut den \_\_\_\_\_ (lägger jag bort den).

När jag gör en röra, \_\_\_\_\_ (rensar upp den).

När jag lånar något \_\_\_\_\_ (lämnar jag tillbaka det).

När jag går sönder något, \_\_\_\_\_ (fixar det, berätta för en vuxen).

### Vad är självdisciplin?

Förklara att självdisciplin är ett stort ord som betyder att vi är ansvariga för vårt eget beteende. Vi uppmärksammar hur vi agerar och hur vi behandlar oss själva och andra. Vi kan kontrollera våra känslor. Till exempel, när du blir riktigt arg, kan du kontrollera dig själv genom att ta djupa andetag eller gå därifrån? Om så är fallet, utövar du självdisciplin! Självdisciplin kräver mycket träning, så bli inte avskräckt om du behöver fortsätta försöka! Även vuxna måste öva på denna färdighet varje dag. (Ge ett personligt exempel om så önskas).

## Sago stund: *Jag har bara glömt av Mercer Mayer*

10 minuter

Läs högt länk: <https://www.youtube.com/watch?v=vtiJXg--D6M>

Den här historien handlar om en liten pojke som ständigt glömmar "små saker" hela dagen. Ibland förstår han att det han gör är fel, men andra gånger verkar det inte vara en stor sak för honom. Detta ger dig många möjligheter att prata om självdisciplin och ansvar. Granska följande delar av boken som klass:

- *Vad händer när han glömmar att vattna växterna? Även om han säger att plantorna ser bra ut, är de alla visnade. Varför kan han säga att de ser bra ut? (Han vill inte ta ansvar för att glömma, etc.)*
- *Är han ärlig om att inte glömma att mata guld fiskarna? Vad säger han för att dölja sin glömska? (Han såg inte hungrig ut.)*
- *Vad skulle hända om han glömde sin lunch och hans mamma inte kunde ta med den till honom?*
- *Visade han ansvar när han lämnade sina leriga stövlar på?*
- *Använder han vänliga ord när han pratar med sin mamma om att städa sina leksaker? Hur kunde han svara henne vänligt?*
- *Vad är det enda han ALDRIG glömmar?*



## Bemyndiga

20 minuter

Eleverna kommer att öva självdisciplin och ansvar genom att skapa en jämförelse mellan en rörig, oorganiserad kubby/personlig yta och ett rent, organiserat personligt utrymme. Obs: Om du inte har kubbar, välj en annan plats där varje elev har personligt utrymme, såsom en klädhängare, förrådslåda, etc.

Förklara att vi övar självdisciplin och ansvar varje dag i klassen. Vi börjar och avslutar varje dag med ansvar genom hur vi tar hand om vår kubbe (personligt utrymme, etc.). Idag ska vi skapa två bilder på våra ungar: en som visar ett rörigt/oorganiserat utrymme och en som visar ett rent/organiserat utrymme. När vi utövar självdisciplin och ansvar, speglar våra områden det. Jag, som din lärare, måste öva även på dessa färdigheter. Jag ritade två bilder av mitt skrivbord för att visa dig.

- Visa dina stökiga/renera bilder och förklara hur dina oansvariga handlingar ledde till det stökiga skrivbordet. Gå igenom detaljerna i din rena skrivbordsbild och markera hur du bestämde dig för att organisera saker (papper i en hög med ett klämma på dem, pennor i pennbägaren, etc.).
- Ge varje elev ett tomt papper vikt på mitten. Låt dem på den första sidan rita en bild av hur deras område/kubb ser ut som mest rörigt.
- När alla är klara, låt dem gå över till sitt hus/personliga område och städa upp det efter bästa förmåga. (Du kan ge hjälp vid behov.)
- Ta tillbaka klassen till sina tidningar och låt dem rita en illustration av sina rena utrymmen nu. Låt dem märka delar av kubben/utrymmet som är viktiga att komma ihåg: kappan upphängd, ryggsäck på

kroken, skorna i rad, etc. (Detta kommer att variera beroende på klassrumsinställningen).



## Reflektera

5-10 minuter

Om tiden tillåter, granska några av ritningarna för att belysa hur varje barn valde att organisera sitt personliga utrymme. Självdisciplin kräver träning. Vi har den möjligheten dagligen med våra personliga utrymmen. Låt oss arbeta tillsammans för att hålla våra områden rena och organiserade. Ju mer vi övar, desto bättre blir vi!



## Förlängningsidéer

- Laminera varje AFTER-bild och häng upp den ovanför varje persons personliga område som en påminnelse om hur deras utrymme ska se ut.
- Öva självdisciplin och ansvar varje vecka genom att städa upp ditt område i slutet av varje fredag om möjligt.
- Skicka hem en lapp med föräldrarna och be dem upprepa denna aktivitet med elevens sovrum.



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/>