

!الشجاعة أن أكون أنا

يركز هذا الدرس الأولي في وحدة الشجاعة على اللطف باعتباره الشكل النهائي للشجاعة. يبدأ هذا الدرس بتسليط الضوء على الشجاعة التي نحتاجها لأن نكون أنفسنا حتى عندما نكون وحدنا في أنشطتنا المفضلة. سيحدد الطلاب جودة / تفضيلاً فريداً لديهم أنهم كانوا خجولين أو مترددين في مشاركته مع الآخرين.

مفهوم (مفاهيم) اللطف الشجاعة واللطف

الإطار الزمني للدرس
دقيقة 45

المواد المطلوبة

- ☐ قالب ليما فول (انظر أدناه)
- ☐ حالة سيئة من المشارب بواسطة ديفيد شانون
- ☐ لوازم الكتابة

خريطة المعايير

ومعايير التثقيف CASEL يتوافق هذا الدرس مع كفاءات الصحي الوطنية ومعايير الدولة الأساسية المشتركة. يرجى الرجوع إلى الخريطة المعايير للمزيد من المعلومات.



من تصميم كاسيل
كبرنامج موسى به
للتعلم الاجتماعي والعاطفي.
انظر الصفحة الأخيرة للحصول على التفاصيل.

هدف الدرس

الطلاب سوف:

- تحديد الصفات والاهتمامات الفريدة عن أنفسهم.
- استخدم الشجاعة لتكون على طبيعتك ، حتى عندما يكونون وحدهم في تفضيلاتهم.

اتصال المعلم / الرعاية الذاتية

يربط الكثير من الناس مصطلح "الشجاعة" بأن تكون قوياً ، وتتصدى للقمع ، وتقاتل من أجل الصواب. في حين أن كل هذه التعريفات تشير في الواقع إلى أنواع مختلفة من الشجاعة ، إلا أن هناك تركيزاً آخر له نفس القيمة: الشجاعة للرد بلطف. ستركز هذه الوحدة على اللطف كشكل من أشكال العمل الشجاع. إن قدرتك على غرس اللطف في حياتك اليومية هي أكثر الأشياء شجاعة التي يمكنك القيام بها لنفسك. عندما تتغير أفكارك ، تتغير سلوكياتك مما يؤدي في النهاية إلى تغيير إيجابي في من حولك أيضاً. يبدأ رد الفعل المتسلسل اللطيف معك! في هذا الأسبوع ، اكتب فكرة لطيفة عن نفسك وانشرها على مرآة الحمام. كررها لنفسك بصوت عالٍ في كل مرة تقرأها. في البداية قد يبدو هذا محرّجاً وغير ضروري. ومع ذلك ، كلما سمعت كلمات لطيفة بصوت عالٍ ، زادت احتمالية استيعابك لها. كيف يمكنك أن تكون لطيفاً مع نفسك اليوم؟

نصائح للمتعلمين المتنوعين

- اسمح للطلاب برسم صورة لجودتهم الفريدة أو اهتماماتهم.
- قم بإقران الطلاب أثناء النشاط لمشاركة إجاباتهم على مستوى أصغر قبل مشاركة الفصل بأكمله.



يشارك

دقائق 3-5

خلال وحدتنا الأخيرة ، ركزنا على المسؤولية. دعونا نراجع كيف تبدو المسؤولية في المواقف المختلفة

... كيف يمكننا أن نكون مسؤولين

- في المطبخ؟
- في غرف نومنا؟
- في الحافلة؟
- في ساحة اللعب؟
- في الكافتيريا؟

!عندما نتخذ خيارات مسؤولة ، فإننا نظهر اللطف للآخرين ومساحتنا



يلهم

ما هي الشجاعة؟

دقائق 5-7

اشرح أن الشجاعة تعني أنك شجاع عند مواجهة ظروف جديدة أو صعبة. ستركز هذه الوحدة على الشجاعة المطلوبة داخل أنفسنا ومع الآخرين وفيما يتعلق بمجتمعنا. سننتهي بنوع نهائي من الشجاعة: اللطف! عندما نستخدم الشجاعة ل نكون طيبين ، نشعر بتحسين تجاه أنفسنا ونساعد الآخرين على الشعور بتحسين أيضاً

- الشجاعة لتكون على طبيعتك: قد يبدو الأمر سخيًا ، لكن الأمر يتطلب شجاعة لتكون على طبيعتك. لا يفكر معظمنا في كيفية تعاملنا مع أنفسنا ، ولكن اللطف يبدأ في الواقع بالأشياء التي نقولها وتفعلها لنفسك أو لآخر! إذا كنت لا تستطيع أن تكون لطيفًا معك ، فكيف تتوقع أن تكون لطيفًا مع الآخرين؟ فكيف يرتبط هذا بالشجاعة؟ يتطلب الأمر شجاعة لتكون أنت في جميع الأوقات! في بعض الأحيان لن يعجبك الآخرون أو قد يسخرون منك لأنك تبدو أو تتصرف بشكل مختلف. يمكنك استخدام الشجاعة للبقاء صادقًا مع معتقداتك ، حتى عندما لا تكون مناسبًا لك.



التمكين

دقائق 20

قصة شجاعة: حالة سينة من المشارب بواسطة ديفيد شانون

قراءة الرابط بصوت

عالي: <https://www.youtube.com/watch?reload=9&v=cKaQXmRvpwv>

تدور هذه القصة حول فتاة تدعى كاميليا تريد بشدة أن تتأقلم وتكون مثل أي شخص آخر. في سعيها لتكون مثلهم ، تقف ما يجعلها مميزة بشكل فريد! في النهاية ، تستخدم الشجاعة لتكون على طبيعتها من خلال الاعتراف بتفضيل فريد لديها يحترقه الآخرون في فصلها: حبوب ليمبا! بعد قراءة القصة ، استخدم الأسئلة التالية لتوجيه المناقشة:

- كيف شعرت كاميليا حيال أول يوم دراسي؟ ما الذي يقلقك عندما تبدأ صفًا جديدًا؟
- ماذا كان تركيز كاميليا الرئيسي في أول يوم لها في المدرسة؟
- ماذا حدث لها؟
- ما سبب "حالة المشارب"؟
- كيف تمكنت من "علاج" حالتها من المشارب؟

نبعد أن قرأنا هذه القصة ، دعونا نفكر في الأوقات التي مررنا بها أيضًا في حياتنا كان لديه "حالة سينة من المشارب". إذا كان هناك متسع من الوقت ، فقدم تجربة شخصية تتعلق بنفسك إما أن نشأت أو كمدرس. إليك مثال: "عندما بدأت التدريس لأول مرة ، أردت أن أكون أفضل معلم على الإطلاق. رأيت العديد من المعلمين الآخرين يستخدمون حركات اليد لمساعدة الطلاب على تذكر المفاهيم الجديدة. قررت أن هذه هي الطريقة الوحيدة لأكون المعلم "الرائع" ، لذلك جربت. خمين ما؟ كنت رهيب! طالما كان طلابي مرتبكين وكانت حركات يدي تزعجهم لأنني لم أكن أعرف ما أفعله. كان لدي "حالة سينة من المشارب" لأنني كنت أحاول أن أكون مثل جميع المعلمين الآخرين في صفي! أدركت أخيرًا أن موهبتي الخاصة ، والتي كنت خجولًا جدًا في البداية ، كانت أن أقوم بعمل أغاني صغيرة لمساعدتنا جميعًا على التذكر. كانت أغانياتي "ليما فول" / بمجرد أن توقفت واستخدمت موهبتي الغنائية ، تمكنت من أن أكون أفضل معلم يمكن أن أكونه. لقد تطلب الأمر شجاعة لأكون نفسي ، على الرغم من أن الأمر كان مختلفًا عن جميع المعلمين الآخرين

قدم لكل طالب حبة ليمبا فارغة. من جانب ، اطلب منهم الكتابة أو الرسم في وقت كان لديهم "حالة سينة من الخطوط" من خلال اتباع الحشد والقيام بما يريده الآخرون ، بدلاً من ما يريدونه شخصيًا. على الجانب الآخر ، اكتب أو ارسم شيئًا فريدًا عن نفسك ؛ شيء تستمتع به أو يثيرك ، ولكنه قد يجعلك تبرز من بين أصدقائك. (أحب اختبارات سرعة الرياضيات ، رغم أن الجميع يكرهونها



يعكس

دقائق 5

بعد الانتهاء من حبوب ليما ، اجمعها وقرأها بصوت عالٍ على الفصل. إذا سمح الوقت ، اطلب من الفصل تخمين الجودة الفريدة التي يمتلكها كل طالب.

- قدم ملاحظات إيجابية للطلاب كما يعرفون أنفسهم
- اذكرهم أن مجرد فعلتطلب مشاركة صفة شخصية شجاعة

مع تقدمنا في السن ، قد يكون من الأصعب والأصعب أن نكون أنفسنا. يتطلب الأمر شجاعة لتكون على طبيعتك ، حتى في مواجهة ضغط الأقران من أصدقائنا. ومع ذلك ، فهذه الصفات الفريدة هي التي تجعل كل منا مميزاً! أظهر لطفك مع نفسك هذا الأسبوع باستخدام الشجاعة للدفاع عما تؤمن به. لا بأس في أن تكون مختلفاً



أفكار التمديد

- مع عملاقصورة غلاف القصة في المنتصف. "Courage to Be Me" قم بإنشاء لوحة إعلانات أضف جميع حبوب ليما إلى لوحة الإعلانات لتسليط الضوء على الصفات الفريدة الموجودة داخل الفصل الدراسي الخاص بك.
- فيغني كيسيًا من مزيج حساء الفاصوليا ، وسلط الضوء على عدد أنواع الفاصوليا المختلفة التي تشكل هذا الحساء اللذيذ. خذ وقتًا للتعرف على جميع أنواع الفاصوليا باستخدام الصور والكتب ، ثم اقم بطهي الحساء إن أمكن

(موجه دفتر رأس الخيمة (راجع مشروع دفتر رأس الخيمة في وحدة الاحترام لمزيد من التفاصيل:

- ارسم مربعًا في وسط دفتر ملاحظاتك. تأكد من أنها كبيرة جدًا حتى تتمكن من الكتابة بالداخل.
- COURAGE في الجزء العلوي من المربع اكتب.
- قسّم المربع الخاص بك إلى 3-5 خطوط.
- لون كل شريط بلون مختلف.
- اكتب صفة شخصية فريدة عن نفسك على كل شريط.



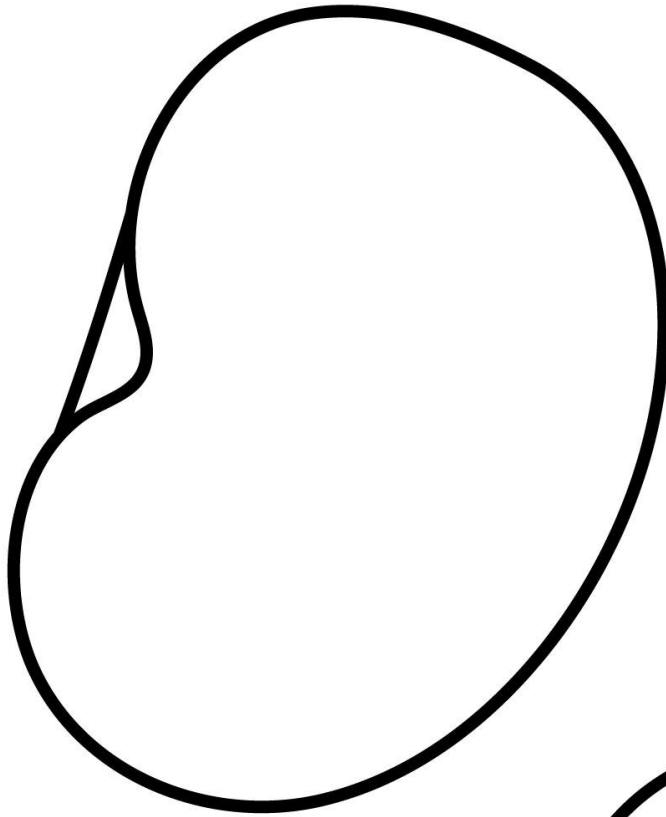
من تصميم كاسيل
كبرنامج موصى به للتعليم الاجتماعي
والعاطفي.

المستندة إلى الأدلة منذ عام 2003. SEL التعاونية من أجل التعلم الأكاديمي والاجتماعي والعاطفي (كاسيل) يراجع برامج لبرامج التعلم الاجتماعي CASL ويتم تضمينه في دليل CASL التابع لـ SElect يلتقي ببرنامج Classroom® اللطف في والعاطفي الفعالة.

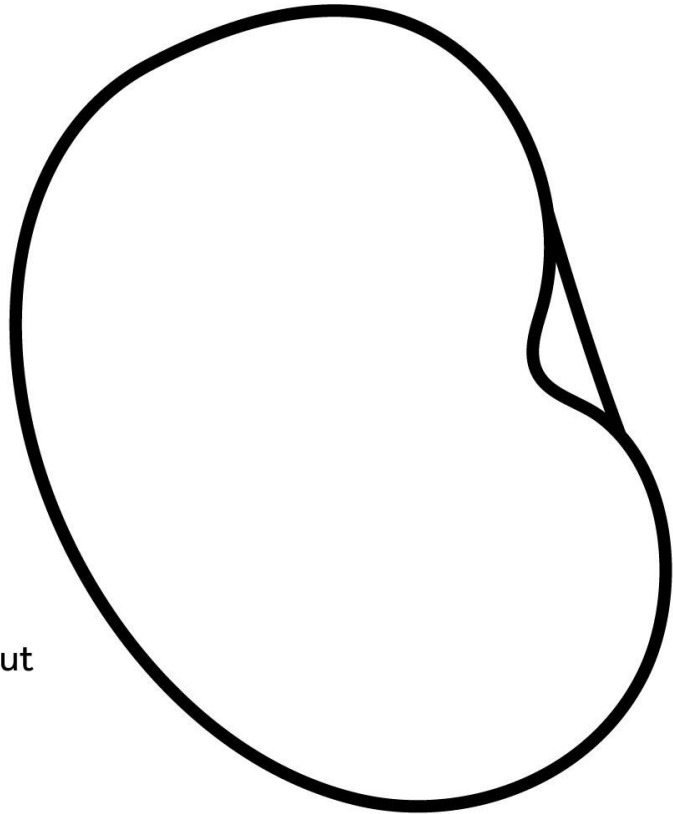
Classroom® عالية الجودة. اللطف في SEL لبرمجة CASL أو تجاوز جميع معايير Classroom® استوفى اللطف في عالية الجودة SEL لبرمجة CASL حصل على أعلى تصنيف من

<https://casel.org/guide/kindness-in-the-classroom/>

RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®



Write or draw a time when you had a bad case of the 'stripes' by following the crowd and doing what everyone else wanted, instead of what you personally wanted.



On this side, write or draw something unique about yourself—something you enjoy or that excites you, but might make you stand out from your friends.