

جرد المسؤولية الشخصية

يمنح هذا الدرس الطلاب فرصة للتأمل الذاتي في مدى وفائهم بالمسؤوليات اليومية المعتادة من خلال جرد المسؤولية الشخصية. سيقوم الطلاب أيضاً بتبادل الأفكار حول طرق تحسين أدائهم على مسؤولية واحدة وسيمارسون الضعف من خلال تحديد الشخص الذي يمكن أن يحاسبهم على تقدمهم.

مفهوم فرعي عن اللطف
الانضباط الذاتي

الإطار الزمني للدرس
دقائق 30-35

المواد المطلوبة
□ جرد المسؤولية الشخصية

خريطة المعايير

ومعايير التنقيف 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:

- التفكير في الوفاء بالمسؤولية الشخصية.
- تحديد استراتيجيات تحسين المسؤولية الذاتية.
- ربط مفهوم المسؤولية والمساءلة.

اتصال المعلم / الرعاية الذاتية

ليس من قبيل المصادفة أن النصف الأول من كلمة مسؤولية هو رد الفعل. نحن مسؤولون عن كيفية استجابتنا للآخرين. على الرغم من أنه يمكن أن يكون صراعاً ، إلا أن الاستجابة بلطف هي هدية حقيقية يمكننا تقديمها لمن حولنا. يكمن جمال هذا الرد في أنه مجاني تماماً لك وللمتلقي! تغيير في الموقف ، تعديل في منظورك ، قد نفس عميق قبل الرد: كل هذه الإجراءات تسمح لك بالرد بلطف بغض النظر عن الموقف الحالي. ومع ذلك ، قد يتطلب منك بعض الأشخاص والمواقف أن تحفر بعمق أكبر لاستحضار اللطف اللازم للحفاظ على تفاؤل النعمة. لا تيأسوا! يمكنك القيادة بلطف في كل موقف. المفتاح هو التخطيط للمستقبل. في هذا الأسبوع ، قم بعصف ذهني للمواقف الصعبة التي غالباً ما تقودك إلى مواجهة رد فعل لطيف. كيف يمكنك إضافة كلمة طيبة في هذه السيناريوهات؟ فيما يلي بعض الأمثلة لتدفق العصائر الخاصة بك. (1) إذا كان شخص ما عرضة للشكوى ، فقم ببنائه بلطف واقتراح عليه أن يبتكر شيئاً لإصلاح / تعديل / استبدال منطقة القلق. (2) إذا انتهى اجتماع الفريق بشكل متكرر مع تحول كلا الجانبين إلى مواجهة ، فخطط مسبقاً لتدوين الأفكار المساهمة لكل عضو ثم إبراز أوجه التشابه داخل المجموعة لزيادة الشراء. الآن حان دورك. كيف يمكنك الرد بلطف؟

نصائح للمتعلمين المتنوعين

- قد يحتاج الطلاب الذين يعانون من صعوبات في القراءة إلى مساعدة في قراءة ورقة عمل جرد المسؤولية الشخصية ؛ يمكن القيام بذلك في مجموعة كبيرة حيث يقرأ المعلم كل مسؤولية ويمنح الطلاب وقتاً للإجابة شخصياً.



يشارك

دقائق 5-7

في درسنا الأخير ، أجرينا جردًا بيئيًا هنا في المدرسة. منذ ذلك الدرس ، ماذا كنتم تفعلون جميعًا لتكونوا أكثر مسؤولية فيما يتعلق بكيفية رعاية الأرض والبيئة؟

ادع الطلاب للمشاركة.

أليس من الجيد أن تكون أكثر إصرارًا ومسؤولية حول كيفية مساعدة الأرض؟



يلهم

دقائق 7-10

الآن نحن بصدد القيام بجرد المسؤولية الشخصية. سنأخذ بضع دقائق للإجابة على بعض الأسئلة حول مسؤولياتنا الشخصية التي نتحملها هنا في المدرسة والمنزل وفي مجتمعنا. تذكر ، في الدرس الأول ، قمنا بتدوين بعض مسؤولياتنا ثم تحدثنا عن كيف يجب أن نكون منضبطين للتأكد من أننا نفي بمسؤولياتنا. لكننا لم نقم بتقييم مدى حسن إدارتنا لمسؤولياتنا على أساس منتظم. لذلك ، سنأخذ بعض الوقت اليوم لتقييم مدى حسن أدائنا بمسؤولياتنا اليومية بصدق.

وزع قائمة جرد المسؤولية الشخصية وامنح الطلاب 3-5 دقائق لإكمالها. قد يكون الأمر أسرع إذا قرأت كل مسؤولية بصوت عالٍ ؛ أو يمكنك منح الطلاب وقتًا للقراءة والتفكير في كل منها بصمت.



التمكين

دقائق 10-15

دعونا نقيم مخزونائنا الآن! احسب إجماليتك لكل عمود وقم بتدوينها في الصف الأخير.

امنح الطلاب دقيقة للقيام بذلك.

اختياري) ادع الطلاب لمشاركة بعض نتائجهم. ربما تقرأ كل مسؤولية مرة أخرى وتطلب من الطلاب رفع أيديهم دائمًا ، في الغالب ، نادرًا ، أبدًا. ادع الطلاب لمشاركة كيف / لماذا وضعوا علامة على إجاباتهم. إذا شعرت أن هذا يعرض الطلاب كثيرًا بشكل شخصي ، فتخط هذا النشاط.

الآن ، سوف نتحدث عن جزء آخر من المسؤولية يسمى المساءلة. عندما نكون مسؤولين عن شيء ما ، فإننا أيضًا مسؤولون عنه ، مما يعني أن الناس يعتمدون علينا للقيام بما قلنا أننا سنفعله. وإذا لم نفعل ما نحتاج إلى القيام به ، فسنخذل شخصًا آخر أو نخلق المزيد من العمل أو الضغط على الآخرين. من الجيد أن تطلب من الآخرين مساعدتنا في تحمل مسؤولياتنا.

من هم بعض الأشخاص الذين يحاسبونك على المسؤوليات التي لديك؟

قم بدعوة رد الطالب. يمكن تسليط الضوء على إجابات مثل الآباء أو المعلمين أو الأصدقاء أو المدرسين.

في مخزونك مرة أخرى. حدد إحدى المسؤوليات التي حددتها في العمود في الغالب أو نادرًا Oook الآن ، ل أو أبدًا الذي تريد العمل على إنشاء "دائمًا". بعد ذلك ، أجب عن أسئلة التفكير الثلاثة الموجودة أسفل مخزونك. يطلب منك السؤال الأخير تحديد شخص واحد يمكنه مساعدتك في أن تكون مسؤولاً عن القيام بعمل أفضل في أن تكون مسؤولاً عن المهمة التي حددتها. سيكون جزء من وظيفتك اليوم هو أن تطلب من الشخص الذي حددته أن يساعدك في هذه المسؤولية.

امنح الطلاب بعض الوقت للإجابة على أسئلة التفكير الثلاثة ؛ تعويم الغرفة للمساعدة والتشجيع.



يعكس

دقائق 5-7

ادع عددًا قليلاً من الطلاب لمشاركة أفكارهم. ذكر الطلاب أنه يجب عليهم سؤال الشخص الذي حددوه كشريك المساءلة عما إذا كانوا سيساعدون الطالب على القيام بعمل أفضل للوفاء بالمسؤولية التي يرغبون في تحسينها.



أفكار التمديد

- اطلب من الطلاب كتابة رسائل إلى شركائهم في المساءلة لشرح تحدي المسؤولية وكيف يمكنهم المساعدة. اطلب من الطلاب تسليم رسائلهم.
- اطلب من الطلاب مشاركة قوائم الجرد الخاصة بهم مع أولياء أمورهم / أولياء أمورهم ومناقشة النتائج.
- بالنسبة لمحقق الرياضيات ، اجمع بيانات الجرد وارسم نتائج الفصل بأكمله.



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/>

جرد المسؤولية الشخصية

في العمود الذي يمثل أفضل ما يميز تجاربك العادية "X" ضع علامة

مسؤولية	دائماً	خاصة	نادرًا	أبدًا
عندما يطلب مني والدي أو الوصي القيام بعمل روتيني في المنزل (مثل إعداد الطاولة ، وغسل الأطباق ، وتنظيف غرفتي ، وما إلى ذلك) ، فأنا أفعل ذلك على الفور دون شكوى أو مفاوضة.				
عندما يعطيني أستاذي واجبات منزلية ، أقوم بذلك على الفور في المنزل دون تذكير أو ضغط من والدي / الأوصياء.				
أستخدم من فضلك ، شكرًا لك ، وأنت مرحب بك بشكل مناسب بدون تذكيرات.				
عندما أكون في فريق رياضي ، أو ألتقي دروسًا في الموسيقى ، أو في مجموعة مسرحية ، أو أشارك في بعض الأنشطة اللاصفية (مجتمعية أو دينية) ، أستمع إلى المدرب / القائد / المدرب ، وأتبع القواعد ، وأعطي 100% كل مرة.				
(أتبع القواعد وأضع مثالًا جيدًا للآخرين) (بما في ذلك العائلة والأصدقاء).				
أبقى مركزًا في الفصل ولم أحلم أبدًا أو أتمنى لو كنت أفعل شيئًا آخر.				
أنظف أسناني كل صباح وكل ليلة.				
أتناول الأطعمة الصحية وألعب أو أقوم بأنشطة للحفاظ على قوة جسدي.				
أتحدث بهدوء مع أشقائي أو والدي ، حتى عندما أغضب.				

أحافظ على غرفتي نظيفة ومنظمة.				
عندما أخرج شيئًا ما (في المنزل أو في المدرسة) ، أعيده إلى حيث وجدته وفي نفس الحالة التي وجدتها فيه.				
إذا لاحظت أن طالبًا في المدرسة يتصرف بقسوة مع طالب آخر ، فسأقول شيئًا.				
إذا رأيت قمامة بالخارج على الأرض ، أحمّلها وأضعها في سلة مهملات قريبة.				
(عندما أغادر غرفة ، أطفئ الأنوار (إذا لم يكن هناك أي شخص آخر في الغرفة).				
عندما أغسل أسناني أو أغسل يدي ، لا أترك المياه جارية لفترات طويلة من الزمن.				
أنا أتطوع في مجتمعي لمساعدة الآخرين.				
المجاميع				

انعكاس المسؤولية

1. ما هي المسؤولية التي يمكنك تحسينها؟
2. كيف ستتحسن؟
3. من ستطلب أن يكون شريكك في المساءلة؟
يجب أن يكون هذا الشخص الذي سيساعدك على أن تكون أكثر مسؤولية عن هذه المهمة المحددة.