

Mut, ICH zu sein!

In dieser ersten Lektion der Courage-Einheit liegt der Schwerpunkt auf Freundlichkeit als der ultimativen Form von Mut. Diese Lektion beginnt damit, den Mut hervorzuheben, der nötig ist, um wir selbst zu sein, auch wenn wir bei unseren bevorzugten Aktivitäten allein sind. Die Schüler werden eine einzigartige Eigenschaft/Vorliebe identifizieren, die sie bisher schüchtern oder ungern mit anderen teilen wollten.

Freundlichkeitskonzept(e)

Mut, Freundlichkeit

Zeitraumen der Unterrichtsstunde

45 Minuten

Benötigtes Material

- ☐ Limabohnen-Vorlage (siehe unten)
- ☐ *Ein schlimmer Fall der Streifen* von David Shannon
- ☐ Schreibutensilien

Standards-Karte

Diese Lektion richtet sich nach den CASEL-Kompetenzen, den National Health Education Standards und den Common Core State Standards. Bitte wende dich an die Standards-Karte für mehr Informationen.



VON CASEL BEZEICHNET
ALS EMPFOHLENES PROGRAMM
FÜR SOZIALE UND EMOTIONALE LERNEN.
Einzelheiten finden Sie auf der letzten Seite.

Unterrichtsziel

Die Schüler werden:

- Identifizieren Sie einzigartige Eigenschaften und Interessen an sich.
- Nehmen Sie den Mut auf, sie selbst zu sein, auch wenn sie mit ihren Vorlieben allein sind.

Lehrerverbindung/Selbstfürsorge

Viele Menschen verbinden den Begriff „Mut“ mit Stärke, dem Widerstand gegen Unterdrückung und dem Kampf für das Richtige. Während sich alle diese Definitionen tatsächlich auf verschiedene Arten von Mut beziehen, gibt es noch einen weiteren Schwerpunkt, der ebenso wertvoll ist: den Mut, mit Freundlichkeit zu reagieren. Diese Einheit konzentriert sich auf Freundlichkeit als eine Form mutigen Handelns. Ihre Fähigkeit, Freundlichkeit in Ihr tägliches Leben zu integrieren, ist das Mutigste, was Sie für sich tun können. Wenn sich Ihre Gedanken ändern, ändern sich auch Ihre Verhaltensweisen, was letztendlich auch zu einer positiven Veränderung bei Ihren Mitmenschen führt. Diese Freundlichkeitskettenreaktion beginnt bei Ihnen! Schreiben Sie diese Woche einen besonders freundlichen Gedanken über sich selbst auf und hängen Sie ihn an Ihren Badezimmerspiegel. Wiederholen Sie es jedes Mal laut, wenn Sie es lesen. Das mag sich zunächst unangenehm und unnötig anfühlen. Je öfter Sie jedoch freundliche Worte laut hören, desto wahrscheinlicher ist es, dass Sie sie verinnerlichen. Wie kannst du heute freundlich zu dir selbst sein?

Tipps für vielfältige Lernende

- Ermöglichen Sie den Schülern, ein Bild ihrer einzigartigen Qualität oder ihres Interesses zu zeichnen.
- Teilen Sie die Schüler während der Aktivität zu Gruppen zusammen, um ihre Antworten auf einer kleineren Ebene zu teilen, bevor die gesamte Klasse sie teilt.



Aktie

3-5 Minuten

In unserer letzten Einheit haben wir uns auf Verantwortung konzentriert. Sehen wir uns an, wie Verantwortung in verschiedenen Situationen aussieht.

Wie können wir Verantwortung übernehmen ...

- In der Küche?
- In unseren Schlafzimmern?
- Im Bus?
- Auf dem Spielplatz?
- In der Cafeteria?

Wenn wir verantwortungsvolle Entscheidungen treffen, zeigen wir Freundlichkeit gegenüber anderen und unserem Raum!



Inspirieren

Was ist Mut?

5-7 Minuten

Erklären Sie, dass Mut bedeutet, dass Sie mutig sind, wenn Sie sich neuen oder schwierigen Umständen stellen. Diese Einheit konzentriert sich auf den Mut, den wir in uns selbst, mit anderen und in Bezug auf unsere Gemeinschaft brauchen. Wir schließen mit der ultimativen Art von Mut: Freundlichkeit! Wenn wir den Mut aufbringen, freundlich zu sein, fühlen wir uns besser und helfen auch anderen, sich besser zu fühlen!

- Mut, du selbst zu sein: Es mag albern klingen, aber es erfordert Mut, du selbst zu sein. Die meisten von uns denken nicht darüber nach, wie wir mit uns selbst umgehen, aber Freundlichkeit beginnt tatsächlich bei den Dingen, die Sie zuerst zu sich selbst sagen und tun! Wenn Sie nicht freundlich zu sich selbst sein können, wie können Sie dann erwarten, freundlich zu anderen zu sein? Wie hängt das also mit Mut zusammen? Es erfordert Mut, jederzeit DU zu sein! Manchmal gefällt anderen nicht, was du magst, oder sie machen sich über dich lustig, weil du anders aussiehst oder dich anders verhältst. Sie können den Mut aufbringen, Ihren Überzeugungen treu zu bleiben, auch wenn Sie vielleicht nicht dazu passen.



Ermächtigen

20 Protokoll

Courage-Geschichte: Ein schlimmer Fall der Streifen von David Shannon

Link zum

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

Diese Geschichte handelt von einem Mädchen namens Camilla, das unbedingt dazugehören und wie alle anderen sein möchte. In ihrem Bestreben, so zu sein wie sie, verliert sie das, was sie einzigartig macht! Am Ende nimmt sie den Mut auf, sie selbst zu sein, indem sie eine einzigartige Vorliebe zugibt, die andere in ihrer Klasse verachten: Limabohnen! Verwenden Sie nach dem Lesen der Geschichte die folgenden Fragen als Leitfaden für eine Diskussion:

- Wie hat Camilla den ersten Schultag empfunden? Worüber machen Sie sich Sorgen, wenn Sie eine neue Klasse beginnen?
- Was war Camillas Hauptaugenmerk an ihrem ersten Schultag?
- Was ist mit ihr passiert?
- Was verursachte ihren „Fall der Streifen“?
- Wie konnte sie ihre Streifen „heilen“?

Nachdem wir diese Geschichte gelesen haben, denken wir über Zeiten in unserem Leben nach, die auch wir erlebt haben hatte einen „schweren Fall von Streifen“. Wenn Sie Zeit haben, erzählen Sie von einer persönlichen Erfahrung, die sich auf Ihre Kindheit oder Ihre Tätigkeit als Lehrer bezieht. Hier ein Beispiel: „Als ich anfang zu unterrichten, wollte ich der allerbeste Lehrer von allen sein. Ich habe gesehen, wie viele der anderen Lehrer Handbewegungen nutzten, um den Schülern zu helfen, sich an neue Konzepte zu erinnern. Ich entschied, dass das der einzige Weg sein musste, ein „cooler“ Lehrer zu sein, also habe ich es ausprobiert. Erraten Sie, was? Ich war SCHRECKLICH! Meine Schüler waren immer verwirrt und meine Handbewegungen verärgerten sie, weil ich nicht wusste, was ich tat. Ich hatte einen „schlechten Fall von Streifen“, weil ich versuchte, wie alle anderen Lehrer in meiner Klasse zu sein! Endlich wurde mir klar, dass mein besonderes Talent, vor dem ich anfangs ziemlich zurückschreckte, darin bestand, kleine Lieder zu schreiben, die uns allen in Erinnerung bleiben. Meine „Limabohne“ waren meine Lieder! Als ich aufhörte und mein Gesangstalent nutzte, konnte ich der beste Lehrer sein, der ich sein konnte. Es erforderte Mut, ich selbst zu sein, auch wenn es anders war als alle anderen Lehrer.“

Geben Sie jedem Schüler eine leere Limabohne. Lassen Sie sie einerseits eine Zeit aufschreiben oder zeichnen, in der sie einen „schlechten Fall der Streifen“ hatten, indem sie der Menge folgten und das taten, was alle anderen wollten, anstatt das, was sie persönlich wollten. Schreiben oder zeichnen Sie andererseits etwas Einzigartiges über sich selbst; etwas, das Ihnen Spaß macht oder das Sie begeistert, das Sie aber möglicherweise von Ihren Freunden abhebt. (Ich liebe Mathe-Geschwindigkeitstests, auch wenn sie jeder hasst!).



Reflektieren

5 Minuten

Nachdem Sie die Limabohnen fertiggestellt haben, sammeln Sie sie ein und lesen Sie sie der Klasse vor. Wenn es die Zeit erlaubt, lassen Sie die Klasse raten, welche einzigartige Eigenschaft zu jedem Schüler gehört.

- Geben Sie den Schülern positives Feedback, wenn sie sich selbst identifizieren.
- Erinnern Sie sie daran, dass nur die Tat von einer persönlichen Qualität zu teilen erfordert Mut!

Je älter wir werden, desto schwieriger kann es sein, wir selbst zu sein. Es erfordert Mut, man selbst zu sein, auch angesichts des Gruppenzwangs unserer Freunde. Es sind jedoch diese einzigartigen Eigenschaften, die jeden von uns zu etwas Besonderem machen! Zeigen Sie diese Woche Freundlichkeit zu sich selbst, indem Sie den Mut aufbringen, für das einzustehen, woran Sie glauben. Es ist in Ordnung, anders zu sein!



Erweiterungsideen

- Erstellen Sie mit einem Riesen eine Pinnwand mit dem Titel „Mut, ich zu sein“. Bild des Covers der Geschichte in der Mitte. Hängen Sie alle Limabohnen an die Pinnwand, um die einzigartigen Eigenschaften Ihres Klassenzimmers hervorzuheben.
- INSingen Sie eine Tüte Bohnensuppenmischung und heben Sie hervor, aus wie vielen verschiedenen Bohnensorten diese leckere Suppe besteht. Nehmen Sie sich Zeit, alle Bohnen anhand von Bildern und Büchern zu identifizieren und kochen Sie dann, wenn möglich, die Suppe!

RAK Notebook-Eingabeaufforderung (weitere Informationen finden Sie im RAK Notebook-Projekt in der Respekt-Einheit):

- Zeichnen Sie ein Quadrat in die Mitte Ihres Notizbuchs. Stellen Sie sicher, dass es sehr groß ist, damit Sie darin schreiben können.
- Schreiben Sie oben auf das Quadrat COURAGE.
- Teilen Sie Ihr Quadrat in 3-5 Streifen.
- Färben Sie jeden Streifen in einer anderen Farbe.
- Schreiben Sie auf jeden Streifen eine einzigartige persönliche Eigenschaft über sich.



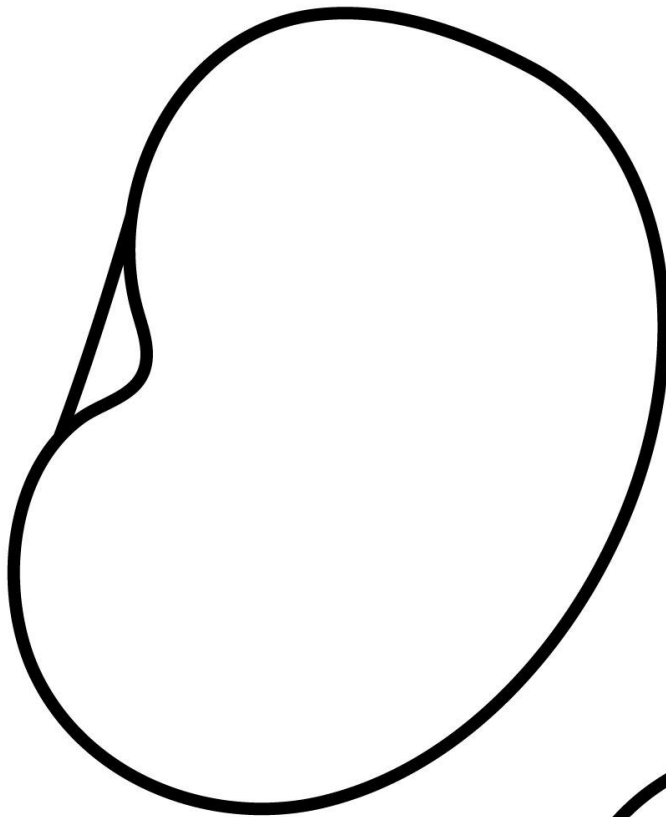
VON CASEL BEZEICHNET
ALS EMPFOHLENES
PROGRAMM FÜR SOZIALE
UND EMOTIONALE
LERNEN.

Die Zusammenarbeit für akademisches, soziales und emotionales Lernen (CASEL) überprüft seit 2003 evidenzbasierte SEL-Programme. Kindness in the Classroom® entspricht dem SElect-Programm von CASEL und ist im enthaltenen CASEL-Leitfaden für effektive soziale und emotionale Lernprogramme.

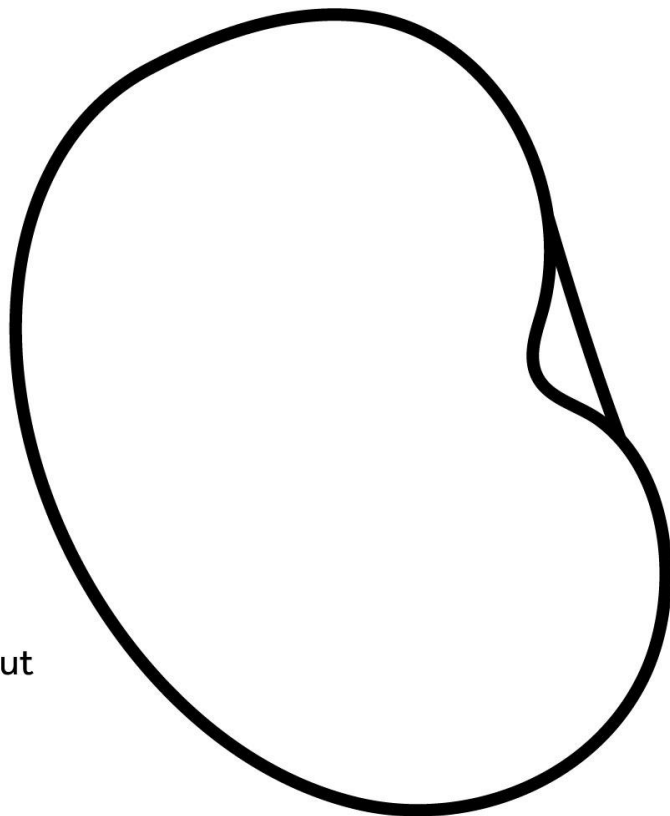
Kindness in the Classroom® erfüllte oder übertraf alle CASEL-Kriterien für hochwertige SEL-Programme. Kindness in the Classroom® erhielt die höchste Auszeichnung von CASEL für hochwertige SEL-Programme.

<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.