

Integritätstag 3 • Persönliche Verbindung

RAK-Definition: Integrität bedeutet, in jeder Situation richtig und freundlich zu handeln.

In dieser Lektion reflektieren die Schüler ihre Arbeit vom ersten und zweiten Tag und verbringen Zeit damit, über ein Ziel nachzudenken, das sie mit ihrer Arbeit in dieser Klasse verbunden haben. Sie werden ein SMART-Ziel aufschreiben, das sie als Motivation nutzen können, um bis zum Ende dieses Kurses durchzuhalten, auch wenn es schwierig wird.

Wöchentliche Ziele

Die Schüler werden:

- ☐ Schaffen Sie praktische Möglichkeiten, um alle Schüler daran zu erinnern, im Umgang mit anderen, insbesondere in der Schule, Integrität zu zeigen.
- ☐ Verstehen Sie, dass es Ausdauer braucht, um mit Integrität zu leben.
- ☐ Bewerten Sie ihre Community durch die Linse der Integrität.

Ressourcen / Materialien

- ☐ **VIDEO:** [Der unglaubliche Steinbock trotz der Schwerkraft und klettert auf einen Damm | Naturgewalten mit Brian Cox – BBC](#)
- ☐ **ARBEITSBLATT:** SMART-Zielkarte

Reflektieren / Bewerten

Leistungen:

- ☐ Tägliche Teilnahmepunkte
- ☐ **Eintrag im Integritätsjournal:**
Was gibt Ihnen das Gefühl, aufzuhören? Was können Sie tun, um sich selbst zu ermutigen, dabei zu bleiben, wenn Sie das nächste Mal das Gefühl haben, „einfach aufzuhören“ oder eine entmutigende Erfahrung machen?

Aktie

Diskussionsstarter:

- Wie war es für Sie, Ihre „Werbekampagne“ zu versenden, um die Anti-Mobbing-Bemühungen der Schule zu fördern?
- Was haben Sie bisher von anderen Studierenden dazu gehört?
- Was hoffen Sie, wird jetzt passieren?

Auch wenn sich nichts sofort ändert, ist es wichtig, Durchhaltevermögen zu haben, „das lange Spiel zu spielen“, wie es heißt. Um mit Integrität zu leben, braucht es Absicht, Hartnäckigkeit und die Bereitschaft, sich selbst niemals aufzugeben und das Richtige zu tun, auch wenn es schwer ist.



Inspirieren

Wie können Sie also durchhalten und Ihre Integrität bewahren, wenn es schwierig wird? Schauen wir uns ein Beispiel extremer Beharrlichkeit bei dem Tier an, dem Steinbock.

Der Steinbock hat in seinen Beinen, Hufen und seinem Körper die Kraft, vertikale Wände zu erklimmen, um an Nahrung, salzhaltiges Wasser oder Mineralvorkommen zu gelangen, die er braucht, um gesund und am Leben zu bleiben. Es wird alles tun, um diese Nährstoffe zu erreichen.

Betrachten: [Der unglaubliche Steinbock trotz der Schwerkraft und klettert auf einen Damm | Naturgewalten mit Brian Cox – BBC](#)

Dies ist eine unglaubliche Leistung an Entschlossenheit und Ausdauer, angetrieben von der Notwendigkeit und dem Instinkt zu überleben.

Denk darüber nach:

- Welche Dinge sind Sie bereit zu verfolgen, auch wenn es schwierig ist?
- Wie sehen Sie frühere Hindernisse, Ängste oder Versuchungen, aufzuhören, wenn es schwierig wird?



Ermächtigen

In ein paar Wochen werden Sie an einem großen Community-Projekt arbeiten. Zur Vorbereitung haben Sie bereits unsere Community studiert. Sie haben auch andere Kurse, Aktivitäten, Jobs und familiäre Verpflichtungen. Es gibt vieles, was Ihre Zeit in Anspruch nimmt.



Um diesen Druck besser zu bewältigen und unsere Fähigkeit zu verbessern, ausdauernd die Dinge zu erledigen, die wir tun müssen, werden Sie sich ein SMART-Ziel setzen, das sich auf die Arbeit bezieht, die Sie in diesem Kurs leisten.

Anweisungen:

- Bewerten Sie Ihre Bemühungen, Ihre Arbeit und Ihre Fortschritte in den letzten fünf Wochen. Was ist für Sie gut gelaufen und wo gibt es Verbesserungsmöglichkeiten?
- Welches SMART-Ziel können Sie sich im Hinblick auf die Möglichkeit einer Verbesserung (oder einen mit Ihrem Gemeinschaftsprojekt verbundenen Anspruch) setzen, um sich in diesem Bereich zu verbessern und diesen Kurs erfolgreich abzuschließen?

Vervollständigen Sie Ihr Ziel in der SMART GOAL Map. Dies sollte bis zum Ende des Unterrichts abgeschlossen sein. Ihr Lehrer wird sie einsammeln und Ihnen dabei helfen, Verantwortung zu übernehmen. Sie erhalten dieses Blatt am Ende des Kurses zurück, damit Sie es im Rahmen Ihrer Reflexionsarbeit für Woche 15 durchgehen und darüber nachdenken können.

Lehrer: Stellen Sie sicher, dass die Schüler tatsächlich SMART-Ziele schreiben. Bewahren Sie diese Zielblätter zusammen mit Ihren Unterrichtsmaterialien auf, geben Sie sie jedoch nicht an andere Schüler weiter. Überprüfen Sie den Fortschritt dieser Ziele im weiteren Verlauf des Kurses und lassen Sie sie ihre Fortschritte verfolgen. Ermutigen Sie Schüler, wenn es den Anschein hat, als würden sie ihre Ziele vergessen oder aufgeben, und verstärken Sie ihre Beharrlichkeit, wenn sie diese erreichen.

LEHRPLAN DER HOCHSCHULE — WOCHE 5

SCHLAU. ZIELKARTE

Um ein „INTELLIGENTES“ Ziel zu erstellen, welche persönlichen Fähigkeiten Sie für die Technologie-Minilektion erlernen möchten, füllen Sie die einzelnen Abschnitte unten aus.

| | |
|---|---|
| <p>S</p> <p>Mach einSkonkretes Ziel</p> | <p>Was genau möchten Sie erreichen?</p> |
| <p>M</p> <p>Mach esMerträglich</p> | <p>Woher wissen Sie, wann Sie Ihr Ziel erreicht haben? Welche konkrete Messung verrät Ihnen das?</p> |
| <p>A</p> <p>Mach esAerreichbar</p> | <p>Ist Ihr Ziel realistisch erreichbar? Welche Schritte müssen Sie unternehmen?</p> |
| <p>R</p> <p>Mach esRein Elefant</p> | <p>Wird es sich lohnen, dieses Ziel zu erreichen? Wird es für Sie relevant sein?</p> |
| <p>T</p> <p>Mach esTime-basiert</p> | <p>Wie lange wird es dauern, dieses Ziel zu erreichen? Geben Sie einen konkreten (und realistischen) Zeitrahmen an (mindestens bis zum Ende dieses Kurses).</p> |

LEHRPLAN DER HOCHSCHULE — WOCHE 5

SCHLAU. ZIELKARTE

Verwenden Sie die folgende Tabelle, um den Überblick über alle Anpassungen zu behalten, die Sie für Ihr SMART-Ziel vornehmen mussten.

| Datum | Status(Auf dem richtigen Weg oder nicht auf dem richtigen Weg) | Anpassungen am Ziel |
|-------|--|---------------------|
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |