

Ακεραιότητα μέσα από στόχους

Σε αυτό το μάθημα οι μαθητές θα συζητήσουν την ακεραιότητα και την επιμονή μέσα από το πρίσμα του καθορισμού στόχων. Θα μάθουν πώς να θέτουν SMART στόχους. Θα το κάνουν αυτό μέσω σαφούς διδασκαλίας, μοντελοποίησης δασκάλων και εργασίας σε μεγάλες ομάδες. Τελικά οι μαθητές θα γράψουν μεμονωμένους στόχους SMART, συμπεριλαμβανομένων των βημάτων δράσης. Οι δάσκαλοι θα πρέπει να κάνουν κάποια προληπτική και συνεχή εργασία για να μεγιστοποιήσουν τον αντίκτυπο αυτού του μαθήματος.

Υπο-έννοια ακεραιότητας
Επιμονή, Καλοσύνη

Χρονοδιάγραμμα μαθήματος
35-40 λεπτά

Απαιτούμενα Υλικά

☐ SMART Goal Planner (δείτε παρακάτω)

Χάρτης προτύπων

Αυτό το μάθημα ευθυγραμμίζεται με τις Ικανότητες CASEL, τα Εθνικά Πρότυπα Αγωγής Υγείας και τα Κοινά Βασικά Πρότυπα Πολιτείας. Ανατρέξτε στο Χάρτη προτύπων Για περισσότερες πληροφορίες.



**ΟΡΙΣΜΕΝΟ ΑΠΟ CASEL
ΩΣ ΣΥΝΙΣΤΩΜΕΝΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ
ΓΙΑ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΚΑΙ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗ
ΜΑΘΗΣΗ.**

Δείτε την τελευταία σελίδα για λεπτομέρειες.

Στόχος μαθήματος

Οι μαθητές θα:

- Αναλύστε την ακεραιότητα και την επιμονή μέσα από το φακό του καθορισμού στόχων.

Σύνδεση Δασκάλου/Αυτοφροντίδα

Η τελευταία υπόσχεση στην τάξη σας σχετίζεται με την πρώτη μας ιδέα φέτος: Σεβασμός. Η υπόσχεση #4 είναι, «Υπόσχομαι να δείχνω σεβασμό στους μαθητές μου ανά πάσα στιγμή». Αυτό μπορεί να φαίνεται προφανές. Φυσικά και σεβόμαστε τους μαθητές μας! Αν θέλουμε να είμαστε αληθινά ειλικρινείς με τον εαυτό μας, μπορούμε να αναγνωρίσουμε ότι θα υπάρχουν πάντα κάποιοι μαθητές που θα είναι ένας αγώνας για εμάς με τον ένα ή τον άλλο τρόπο. Μπορεί να έχουμε αντίθετες προσωπικότητες, μπορεί να δυσκολεύονται να είναι σε ομαδικό περιβάλλον, μπορεί να υπάρχουν προκλήσεις συμπεριφοράς κ.λπ. Ανεξάρτητα από τον λόγο πίσω από αυτό, πρέπει να εργαστείτε για να εξασφαλίσετε το ίδιο επίπεδο σεβασμού για αυτούς όπως και για την υπόλοιπη τάξη. Αφιερώστε λίγο χρόνο με την υπόσχεση αυτής της εβδομάδας. Εξετάστε ακριβώς ΠΩΣ δείχνετε σεβασμό σε κάθε μαθητή. Τα λόγια και οι πράξεις σας μέσα και έξω από την τάξη εκφράζουν σεβασμό σε κάθε μαθητή; Όταν συζητάτε δύσκολα θέματα που σχετίζονται με έναν μαθητή, μπορείτε να το κάνετε με ειλικρίνη, αλλά με σεβασμό και συμπόνια; Συνεχίζετε να υποστηρίζετε τους μαθητές σας ακόμα και όταν το επίπεδο σεβασμού που δίνετε δεν ανταποκρίνεται από τον μαθητή ή/και την οικογένεια; Η ακεραιότητα ξεκινά από εσάς. Πες αυτό που εννοείς και εννοείς αυτό που λες. Τα καλά σας λόγια και οι πράξεις σας κάνουν τη διαφορά!

Συμβουλές για διαφορετικούς μαθητές

- Πιθανότατα όλοι οι μαθητές θα δυσκολευτούν να θέσουν στόχους που είναι εντελώς ΕΞΥΠΝΟΙ. Προσαρμόστε αυτό το ακρωνύμιο για να ταιριάζει στις ανάγκες και τις ικανότητές σας και των μαθητών σας.

RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®





Μερίδιο

5-7 λεπτά

Στο τελευταίο μας μάθημα μιλήσαμε για επιμονή. Τι σημαίνει επιμονή;

Είχε κανείς εμπειρία από το τελευταίο μας μάθημα όπου έπρεπε να επιμείνετε σε μια πρόκληση; Και, να θυμάστε, η «πρόκληση» δεν σημαίνει απαραίτητα ότι σας συνέβη κάτι κακό. Μια πρόκληση μπορεί να είναι μια δοκιμασία, ένας δύσκολος αθλητικός διαγωνισμός, μια δουλειά ή μια εργασία που έπρεπε να ολοκληρώσετε κ.λπ.

Προσκαλέστε τις απαντήσεις των μαθητών.



Εμπνέω

10-15 λεπτά

Σε αυτήν την ενότητα παρακολουθούμε πολλά βίντεο από τον ιστότοπο *Pass It On*. Αυτή η οργάνωση δημιουργεί επίσης διαφημιστικές πινακίδες με εμπνευσμένα μηνύματα πάνω τους. Έχουν πάντα ένα θέμα, όπως σκληρή δουλειά ή αφοσίωση ή επιμονή. Στην διαφημιστική πινακίδα εμφανίζεται κάποιος, άλλοτε διάσημος ή πολύ γνωστός και άλλοτε αρκετά συνηθισμένος, και εξηγεί πώς επέδειξαν αυτή τη συγκεκριμένη αξία.

Έχουν έναν αριθμό που χαρακτηρίζει την επιμονή ή στοιχεία επιμονής, όπως η σκληρή δουλειά, η αφοσίωση και ο καθορισμός στόχων. Ας δούμε μερικά και ας μιλήσουμε για αυτά.

Δείξτε τις διαφημιστικές πινακίδες (σύνδεσμος παρακάτω) και ρωτήστε τι πιστεύουν οι μαθητές ότι αντιπροσωπεύουν. Συζητήστε πώς σχετίζεται το καθένα με την επιμονή και την ακεραιότητα.

Επιμονή: <https://www.passiton.com/inspirational-sayings-billboards/36-perseverance>

Σκληρή δουλειά: <https://www.passiton.com/inspirational-sayings-billboards/20-hard-work>

Οδηγώ: <https://www.passiton.com/inspirational-sayings-billboards/55-drive>

Ζήσε τη ζωή: <https://www.passiton.com/inspirational-sayings-billboards/28-live-life>

Επιμονή: <https://www.passiton.com/inspirational-sayings-billboards/83-misty-copeland>



Εξουσιοδοτώ

15-20 λεπτά

Μέρος του να έχεις ακεραιότητα μέσω της επιμονής είναι να ολοκληρώσεις αυτό που ξεκινάς. Μερικές φορές αυτό είναι δύσκολο, όμως. Εάν δεν έχουμε ένα συγκεκριμένο σχέδιο για το πώς να κάνουμε κάτι, μπορεί να μην προσπαθήσουμε καν.

Το συγκεκριμένο σχέδιο για το οποίο μιλάω λέγεται στόχος. Πόσοι από εσάς έχετε ακούσει για γκολ;

Σήμερα θα γράψουμε μερικούς στόχους. Θα γράψουμε έναν στόχο για εμάς ως τάξη και μετάσσύ θα έχετε την ευκαιρία να γράψετε έναν στόχο για τον εαυτό σας.

Το είδος των στόχων που πρόκειται να γράψουμε ονομάζονται SMART στόχοι. Αυτό σημαίνει το SMART:

1. Συγκεκριμένος (που σημαίνει ότι ο στόχος είναι στενός και δεν είναι πολύ μεγάλος, για παράδειγμα, «Θα διαβάσω τρία βιβλία αυτόν τον μήνα», είναι συγκεκριμένος· «Θα διαβάσω πολύ αυτόν τον μήνα», είναι πολύ μεγάλος.)
2. Μετρήσιμο (που σημαίνει ότι μπορείτε να ξέρετε πότε θα φτάσετε στο στόχο σας. Έτσι, όταν διαβάζετε τρία βιβλία, ξέρετε ότι έχετε πετύχει τον στόχο σας. Το "πολύ διάβασμα" είναι ασαφές, πόσα βιβλία είναι αυτό; Έχοντας αυτόν τον αριθμό στον στόχο το κάνει μετρήσιμο.)
3. Εφικτό (που σημαίνει ότι έχετε καλές πιθανότητες να πετύχετε πραγματικά τον στόχο σας. Είναι ρεαλιστικό να διαβάσετε τρία βιβλία ή πιστεύετε ότι θα διαβάσετε μόνο δύο;)
4. Σχετικό (που σημαίνει ότι σχετίζεται με κάτι στη ζωή σας και έχει νόημα να το ακολουθήσετε. Είναι το διάβασμα σημαντικό στη ζωή σας ή θα έπρεπε να είναι; Ναι! Αυτός θα ήταν ένας υπέροχος στόχος!)
5. Χρονικό όριο (που σημαίνει ότι ορίζετε μια συγκεκριμένη ώρα κατά την οποία θα επιτύχετε τον στόχο. Οι στόχοι δεν μπορούν απλώς να συνεχιστούν για πάντα. Στο παράδειγμα ανάγνωσης, η τελευταία ημέρα του μήνα θα ήταν η ημερομηνία-στόχος σας. μπορείτε να μετρήσετε πότε αυτή η ημερομηνία έρχεται και φεύγει.)

Στόχος της τάξης:

Αυτή η ενότητα απαιτεί προσχεδιασμό από την πλευρά του δασκάλου. Καθορίστε έναν στόχο στον οποίο θα θέλατε να εργαστεί η τάξη σας προς την κατεύθυνση προς τον οποίον θα πρέπει να είναι ένας καλός στόχος γενικά, αλλά να λείπουν μερικά από τα στοιχεία SMART. Αφήστε τους μαθητές να συνεργαστούν για να περιορίσουν τον στόχο ώστε να είναι πιο έξυπνος.

Εντάξει, σκέφτομαι έναν στόχο που θέλω να πετύχει η τάξη μας. Εδώ είναι:

Προγραμματίστε εκ των προτέρων έναν στόχο για την τάξη και μετά γράψτε τον στόχο στον πίνακα ή προβάλτε τον στον έξυπνο πίνακα. Θα πρέπει να έχει στοιχεία ενός SMART στόχου, αλλά να είναι κάπως χαμηλό.

Βεβαιωθείτε ότι τα στοιχεία SMART που λείπουν μπορούν να προστεθούν εύκολα.

Τι νομίζετε; Είναι αυτός ένας ΕΞΥΓΙΝΟΣ στόχος;

Αφήστε τους μαθητές να το αναλύσουν μαζί και να προτείνουν βελτιώσεις. Κάντε αυτό μέχρι να προκύψει ένας στόχος SMART. Γράψτε τον τελικό στόχο και βεβαιωθείτε ότι έχει εξέχουσα θέση στην τάξη.

(συνέχεια στην επόμενη σελίδα)
Στόχοι μαθητών:

ΚΑΙ τώρα θα γράψετε έναν ΕΞΥΓΙΝΟ στόχο για τον εαυτό σας. Κάντε ό,τι καλύτερο μπορείτε για να το κάνετε όσο πιο έξυπνο γίνεται! Στη συνέχεια, γράψτε μερικά βήματα δράσης που σκοπεύετε να κάνετε για να σας βοηθήσουν να επιτύχετε αυτόν τον στόχο.

Χρησιμοποιήστε το Έξυπνο φυλλάδιο στόχου ή απλώς ζητήστε από τους μαθητές να τα γράψουν σε ένα κομμάτι χαρτί ή στο ημερολόγιο της τάξης τους.

Εάν το επιτρέπει ο χρόνος, οι μαθητές θα μπορούσαν να ανταλλάξουν στόχους και να κάνουν κάποια αξιολόγηση από ομοτίμους για να δουν αν είναι στην πραγματικότητα στόχοι SMART. Ή, ο δάσκαλος μπορεί να συλλέξει τα ημερολόγια και να προσφέρει ανατροφοδότηση.



Κατοπτρίζω

5 λεπτά

Ας δούμε τι είναι ο στόχος SMART. Τι σημαίνει το SMART; Θέλει κανείς να μοιραστεί τον SMART στόχο του; Προσκαλέστε εθελοντές μαθητές ή, αντ' αυτού, μοιραστείτε τον προσωπικό σας στόχο SMART. Θα σας ελέγξω τις επόμενες εβδομάδες για να δω πώς θα πετύχετε τους στόχους σας. Μην τους ξεχνάτε! Λάβετε υπόψη τα βήματα δράσης σας, ώστε να έχετε συγκεκριμένα πράγματα που μπορείτε να κάνετε για να πετύχετε τους στόχους σας!



Ιδέες επέκτασης

- Η διαφημιστική πινακίδα επιμονής με τον Shaquille O'Neal αντιπροσωπεύει πώς επέστρεψε στο κολέγιο για να τελειώσει το πτυχίο που ξεκίνησε στο LSU αλλά έφυγε για να συνεχίσει την καριέρα του στο NBA. Είπε ότι όταν έφυγε υποσχέθηκε στην οικογένειά του και στον προπονητή του κολεγίου ότι μια μέρα θα τελειώνει. Έκτοτε πήρε το πτυχίο του, το MBA και το διδακτορικό του, όλα παίζοντας επαγγελματικό μπάσκετ. Οι μαθητές μπορεί να ενδιαφέρονται για αυτή την ιστορία ή να ερευνήσουν άλλες ιστορίες γνωστών ατόμων που επέμειναν να ολοκληρώσουν αυτό που ξεκίνησαν. Μπορείτε να διαβάσετε περισσότερα για τις εκπαιδευτικές επιδιώξεις του Shaq εδώ: <http://abcnews.go.com/Sports/story?id=100078&page=1> και εδώ <https://www.cnn.com/2012/05/05/sport/dr-shaq/index.html>

- Ζητήστε από τους μαθητές να δημιουργήσουν έναν ΕΞΥΠΝΟ στόχο τον οποίο μπορούν να εργαστούν στο σπίτι. Μπορείτε να ενημερώσετε τους γονείς ότι ο μαθητής τους εργάζεται για έναν στόχο και να τον προσέξουν και να ενθαρρύνετε τους μαθητές να τον επιτύχουν.




ΟΡΙΣΜΕΝΟ ΑΠΟ CASEL
ΩΣ ΣΥΝΙΣΤΩΜΕΝΟ
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ
ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΚΑΙ
ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗΣ
ΜΑΘΗΣΗΣ.

Η Συνεργασία για την Ακαδημαϊκή, Κοινωνική και Συναισθηματική Μάθηση (ΚΑΣΕΛ) εξετάζει προγράμματα SEL που βασίζονται σε στοιχεία από το 2003. Το Kindness in the Classroom® συναντά το Πρόγραμμα SElect της CASEL και περιλαμβάνεται στο Οδηγός CASEL για Αποτελεσματικά Προγράμματα Κοινωνικής και Συναισθηματικής Μάθησης.

Το Kindness in the Classroom® πληρούσε ή ξεπέρασε όλα τα κριτήρια της CASEL για υψηλής ποιότητας προγραμματισμό SEL. Το Kindness in the Classroom® έλαβε τον υψηλότερο χαρακτηρισμό της CASEL για υψηλής ποιότητας προγραμματισμό SEL.

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

ΕΞΥΠΝΟΣ. ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ ΣΤΟΧΩΝ

ΜΙΚΡΟΣΥΓΚΕΚΡΙΜΕΝΟΣ	Τακρίβως θέλω να συμβεί?	
ΜΕΥΚΟΛΟ	Θα ξέρω ότι πέτυχα τον στόχο μου όταν...	
ΕΝΔΑΠΟΦΑΣΙΜΟΣ	Με επιμονή, είναι δυνατόν να επιτευχθεί αυτός ο στόχος εντός της προθεσμίας;	
ΡΕΑΛΙΣΤΙΚΟ ΚΑΙ ΣΧΕΤΙΚΟ	Ο στόχος μου είναι αρκετά σημαντικός για να κάνω ένα σχέδιο πράξη. Θα ακολουθήσω αυτό το συγκεκριμένο σχέδιο για να φτάσω στο στόχο μου:	
TIME-BOUND	Θα φτάσω τον στόχο μου με:	