

Courage

C'est la première semaine de notre unité Courage. Les élèves se concentreront sur le courage et son lien avec le sous-concept de vulnérabilité lorsque nous prenons des risques pour être fidèles à nous-mêmes.

Commencez l'unité avec toute la leçon en classe, puis essayez de suivre au moins deux des mini-leçons avec vos élèves tout au long de la semaine. Chaque mini-leçon est conçue pour présenter des éléments de la leçon principale de manière nouvelle et engageante.

Leçon principale

**Leçon de classe
entière**
30 minutes



Tournoi à la ronde d'identité

Les élèves réviseront les concepts de courage et de vulnérabilité et mettront en pratique ces concepts en répondant à des questions de plus en plus difficiles sur eux-mêmes avec leurs pairs. (Voir page 2 pour les détails de la leçon.)

Mini-leçons

**Pour les petits
groupes**
15 minutes



Rester fidèle à VOUS

Divisez la classe en petits groupes de 4 à 6. À l'aide des scénarios fournis (voir ci-dessous), demandez à chaque petit groupe de créer un jeu de rôle pour montrer comment utiliser à la fois la vulnérabilité et le courage pour rester fidèle à lui-même.

Pour les partenaires
15 minutes



Talents cachés

Avec votre partenaire, partagez un talent caché que vous avez. Essayez de vous concentrer sur quelque chose que beaucoup de gens ne savent pas sur vous ! Il faut du courage pour être vulnérable lorsque l'on discute de ce qui vous rend unique !

Pour les particuliers
15 minutes



Affronter les peurs

Faites une liste de 5 choses qui vous font peur. Qu'est-ce qu'ils ont tous en commun (perte de contrôle, peur des grandes foules, être jugé, etc.) ? Écrivez une affirmation positive pour vous aider à combattre ces peurs et à faire preuve de courage pour aller de l'avant. Voici un début de phrase si nécessaire : Je vais _____ pour m'aider _____.

**Axé sur la
technologie**
15 minutes



Avatar personnel

Créez votre propre avatar. De nombreux avatars que nous pouvons sélectionner dans les jeux et les programmes sont super limités ! Si vous pouviez concevoir un avatar qui capture votre particularité unique en son genre, à quoi ressemblerait-il ? Partagez votre avatar avec la classe et expliquez vos choix.

Tournoi à la ronde d'identité

Les élèves réviseront les concepts de courage et de vulnérabilité et mettront en pratique ces concepts en répondant à des questions de plus en plus difficiles sur eux-mêmes avec leurs pairs.

Calendrier de la leçon

30 minutes

Matériaux nécessaires

- ❑ Aucun matériel n'est requis pour cette leçon

Carte des normes

Cette leçon s'aligne sur les compétences CASEL, les normes nationales d'éducation à la santé, les normes de la Société internationale pour la technologie dans l'éducation, le cas échéant, et les normes d'État de base communes. Veuillez vous référer au [Carte des normes](#) pour plus d'informations.

Objectif de la leçon

Les étudiants vont :

- Explorez le lien entre le courage et la vulnérabilité.
- Examinez à quoi ressemble le courage dans leur propre vie et comment intégrer une variété de moments courageux pour aller de l'avant.

Lien avec l'enseignant/Prendre soin de soi

Bienvenue à l'unité Courage, la dernière unité de l'année ! Excellent travail de travail à travers ce programme avec vos élèves ! Pensez à tout ce qu'ils ont appris et à toutes les façons dont vous les avez vus faire preuve de respect, d'attention, d'inclusion, d'intégrité et de responsabilité tout au long de l'année. Maintenant, vous pouvez leur montrer à quoi ressemblent le courage et la gentillesse. Quelle puissante combinaison ! Nous ne pensons peut-être pas naturellement au courage et à la gentillesse ensemble, mais en réalité, la gentillesse est la forme ultime du courage. C'est le courage d'être gentil avec soi-même et avec les autres (surtout si on n'en a pas envie). Avez-vous besoin d'un coup de courage à ce stade de l'année ? Est-ce de plus en plus difficile d'être gentil et patient ?

Avez-vous une pression supplémentaire pour que tout soit terminé d'ici la fin de l'année ? Serait-il plus facile de simplement traverser mai et juin ? Peut-être. Mais soyez forts et ayez du courage ; vous y arriverez et vos élèves aussi. Marchez courageusement dans les dernières semaines ; versez une mesure supplémentaire de gentillesse envers vos élèves, en particulier ceux qui se sont vraiment accrochés toute l'année. Ils ont plus que jamais besoin de votre force. Soyez également très gentil avec vous-même. Tu l'as fait. Vous le faites. Une autre année est presque dans les livres et vous vous en portez tellement mieux. Pensez à tout ce que vous avez fait, appris et vécu. Prenez note de la façon dont cela a changé vos approches d'enseignement et votre état d'esprit. En quoi êtes-vous un meilleur enseignant aujourd'hui qu'au début de l'année ? Il n'y a personne de plus courageux dans votre classe que vous. Embrassez-le et avancez courageusement, gentiment !



Partager

5-7 minutes

Nous sommes arrivés à notre dernière unité de l'année : Courage ! Maintenant que vous avez navigué jusqu'à la fin du collège, votre expérience quotidienne du besoin de courage est exponentielle ! Beaucoup d'entre vous se sont retrouvés à faire preuve de courage en défendant ce en quoi ils croient, en aidant les autres qui sont victimes d'intimidation ou d'exclusion, et même en trouvant la force de résister à la tentation de participer à des choix qui vont à l'encontre de leurs propres croyances ou de leur code moral.

Repensez à un moment où vous avez pu faire preuve de courage dans l'une des situations mentionnées. Partagez votre exemple avec un voisin.

(Prévoyez du temps pour le partage.)



Inspirer

4-6 minutes

Ces années intermédiaires sont pleines d'occasions de faire preuve de courage alors que nous continuons à passer plus de temps loin de nos familles et à élargir nos cercles sociaux à une plus grande variété de personnes qui partagent des croyances et des perspectives différentes des nôtres.

Un élément avec lequel de nombreuses personnes luttent sous le titre de courage est le concept de vulnérabilité. Bien que l'objectif des années de collège soit souvent de comprendre comment «s'intégrer», il faut du courage pour être prêt à «se démarquer», en se rendant vulnérable à ce que les autres pourraient penser et dire. La vulnérabilité montre au monde vos vraies couleurs, ce qui vous rend spécial et unique, même si cela ne correspond pas directement aux autres autour de vous. Cela inclut à la fois les composants internes et externes de vous-même. Vos croyances, votre moralité, vos décisions personnelles dans diverses situations et même la volonté d'essayer quelque chose lorsque les autres sont réticents sont tous des aspects différents de la vulnérabilité. Vous êtes prêt à prendre le risque que les autres réagissent négativement en fonction de vos décisions, mais vous êtes assez courageux pour rester fidèle à vous, quoi que les autres pensent ou disent !

Pensez à un moment où vous êtes resté fidèle à vous-même ; c'était peut-être un choix de mode, un sport ou une activité que personne d'autre ne faisait, ou une décision qui ne correspondait pas à ce que faisaient les autres. Qu'est-ce que ça fait d'être si vulnérable ? D'autres ont-ils réagi négativement ? Si oui, comment avez-vous utilisé le courage pour rester fidèle à vous ?



Habiller

15 minutes

Expliquez que la classe va maintenant jouer à un jeu appelé "Identity Round Robin" pour pratiquer à la fois le courage et la vulnérabilité alors que chaque personne partage des informations personnelles avec le reste de la classe. Les questions commencent facilement et augmentent en vulnérabilité au fur et à mesure que les rondes se poursuivent.

Directions:

- Divisez la classe en deux groupes égaux. S'il y a un élève supplémentaire, l'enseignant peut participer.
- Demandez à un groupe de former un cercle tourné vers l'extérieur. Demandez à l'autre groupe de former un cercle autour d'eux et de se tenir face au cercle intérieur. Chaque personne doit avoir quelqu'un en face d'eux de l'autre groupe.
- Expliquez que l'enseignant lira chaque question à haute voix. Chaque personne aura 10 à 20 secondes pour partager son réponse avec l'autre personne devant eux. L'autre personne partagera ensuite sa réponse également. N'oubliez pas que c'est votre opportunité de vous entraîner à utiliser le courage et l'honnêteté en étant vulnérable. Les questions sembleront faciles à répondre au début, mais augmenteront en vulnérabilité à mesure que nous avancerons.
- Une fois que chacun a eu la chance de répondre à la question avec son partenaire, le cercle extérieur déplacera une personne vers la droite.
- Répétez l'activité avec la question suivante.

Des questions:

- Nommez votre plat préféré et pourquoi.
- Nommez votre équipe sportive préférée et pourquoi.
- Nommez votre groupe préféré et pourquoi.
- Décrivez un moment où vous vous êtes senti fier de faire partie d'un groupe culturel.
- Décrivez une coutume ou une tradition qui est importante pour vous.
- Décrivez un moment où vous avez été victime de discrimination.
- Décrivez comment cette partie de votre identité a influencé une décision ou un choix récent.
- Quelles sont les responsabilités que vous avez envers votre famille ou vos amis ?
- Décrivez comment votre famille a influencé votre identité ou qui vous êtes.
- Qu'est-ce que quelqu'un a dit de gentil sur vous ?
- Décrivez une autre personne ou des personnes qui ont influencé votre identité.
- Vous pouvez également écrire des questions spécifiques à la classe si vous le souhaitez !



Refléter

5-7 minutes

Après avoir terminé l'activité, posez les questions suivantes :

- Avez-vous appris quelque chose de nouveau sur quelqu'un que vous ne connaissiez pas auparavant ?
- Est-ce que quelque chose que vous avez dit à quelqu'un d'autre vous a surpris ?
- Était-il difficile de répondre à l'une des questions ? Pourquoi ou pourquoi pas ?
- Comment avez-vous utilisé le courage pour répondre à des questions plus difficiles que d'autres ?
- Comment pouvons-nous respecter l'identité des autres ?
- Comment le fait d'apprendre à connaître les autres nous aide-t-il à devenir plus à l'aise d'être nous-mêmes vulnérables ?

Cette semaine, mettez-vous au défi de sortir de votre zone de confort dans un domaine de votre vie. Prenez un risque et faites preuve de courage pour vous rendre un peu vulnérable lorsque vous défendez quelque chose, essayez quelque chose de nouveau ou faites du bénévolat dans un nouveau domaine. Chaque acte de courage vous permet d'aller de l'avant et de continuer à surmonter les peurs et à défier l'injustice.