

# Moed

Dit is de derde week van onze Courage-eenheid. Studenten zullen zich concentreren op moed en hoe ze deze kunnen gebruiken om nederigheid te tonen in situaties die vaak trots en arrogantie opwekken.

Begin de module met de les voor de hele klas en streef er vervolgens naar om gedurende de week ten minste twee van de minilessen met uw leerlingen te volgen. Elke miniles is ontworpen om elementen van de hoofdles op nieuwe en boeiende manieren te presenteren.

## Belangrijkste les

**Hele klas les**  
30 minuten



### Dienende leiders

De leerlingen gaan samen brainstormen over manieren om een dienend leider te zijn in verschillende contexten. (Zie pagina 2 voor lesdetails.)

---

## Mini lessen

**Voor kleine groepen**  
15 minuten



### Controleren en wijzigen

Verdeel de klas in groepjes van 4-6. Geef elke groep een kopie van het onderstaande uitreikblad. Lees elke uitspraak en beslis dan of de persoon die praat opschept over zijn of haar succes of gewoon viert. Als er wordt opgeschept, verander de uitspraak dan om succes te vieren in plaats van op te scheppen over persoonlijke prestaties of eigenschappen.

**Voor Partners**  
15 minuten



### Bescheiden verkenning

Stel leerlingen samen en laat ze één vaardigheid identificeren die hun partner heeft waarover ze meer willen/moeten weten. Stel hen 3 vragen om meer info te krijgen. Je doel is om 2-3 mensen in 15 minuten te interviewen. Er is nederigheid voor nodig om toe te geven dat iemand meer weet dan jij en bereid te zijn hen op te zoeken voor informatie/hulp!

**Voor individuen**  
15 minuten



### Nederigheid in onze wereld

Onderzoek een beroemd persoon die nederigheid toont in zijn woorden en daden. Dit kan een historisch figuur zijn of een huidig persoon. Schrijf een paragraaf ter ondersteuning van uw perspectief dat ze nederigheid illustreren.

**Technologiegericht**  
15 minuten



### Iets nieuws

Identificeer één nieuw ding dat je wilt leren. Gebruik technologie om de benodigde stappen te onderzoeken. Deel je doel met de rest van de klas en identificeer je eerste stap. Er is moed en nederigheid voor nodig om iets nieuws te proberen, en nog meer moed om dat verlangen met anderen te delen!

# Dienende leiders

De leerlingen gaan samen brainstormen over manieren om een dienend leider te zijn in verschillende contexten.

## Tijdschema van de les

30 minuten

## Benodigde materialen

- ☐ Projector of Smart Board voor video
- ☐ Internettoegang voor video <https://www.youtube.com/watch?v=XITzLd6oXC0>

## Normen kaart

Deze les sluit aan bij CASEL-competenties, National Health Education Standards, International Society for Technology in Education Standards, indien van toepassing, en Common Core State Standards. Raadpleeg de Normen kaart voor meer informatie.

## Lesdoel

Studenten zullen:

- Krijg een beter begrip van de vriendelijkheid en moed die nodig zijn om nederigheid te omarmen in verschillende situaties
- Oefen met moed en nederigheid op school en thuis

## Leraarverbinding / zelfzorg

Soms bestaat de misvatting dat leraren overal experts in moeten zijn. Voel je de druk om nooit een fout te maken, om altijd de antwoorden te hebben, om te allen tijde "in control" te zijn? Zo ja, vergeet dat dan allemaal. Direct. Gooi het gewoon weg. Je hoeft niet alles voor alle mensen te zijn; dat kan je niet zijn. Er is eigenlijk meer moed voor nodig om toe te geven wanneer we niet alles weten, wanneer we niet de volledige controle hebben en wanneer we hulp nodig hebben. Onthoud dat je een mens bent en dat het jouw taak als leraar is om te leiden, te inspireren, te faciliteren, te ontsteken en te dienen. Denk vandaag na over hoe je leidt en hebt LED dit hele jaar door service: service aan je leerlingen, aan de school, aan je collega's en aan jezelf. Er zijn weinig dingen moediger dan dat.



## Deel

3-5 minuten

Tot nu toe hebben we het concept van moed onderzocht en hoe het verband houdt met kwetsbaarheid. We hebben ook het concept van helden onderzocht en hoe ieder van ons een held op zich is. Halverwege onze moed-eenheid verleggen we onze aandacht naar een concept dat veel mensen niet in verband brengen met moed: dat van nederigheid.

Wat betekent het woord bescheiden voor jou? (Nodig reacties van cursisten uit.)

Waar denk je aan als je aan het woord nederigheid denkt? (Nodig reacties van cursisten uit.)



## Inspireren

4-6 minuten

Het begrip nederigheid wordt vaak verward met het woord vernedering. Vernedering is negatief en veroorzaakt vaak verlegenheid en soms zelfs schaamte. Een voorbeeld hiervan kan zijn dat je je vernederd voelt wanneer je ouders je uitschelden in het bijzijn van je vrienden of wanneer een pestkop in de bus je publiekelijk pest.

Nederigheid is NIET negatief. Het is een keuze die we maken in hoe we omgaan met anderen en de wereld om ons heen. Voor deze unit wordt nederigheid gedefinieerd als bescheiden zijn over onze eigen capaciteiten en bereid zijn om het welzijn van anderen te bevorderen vóór de onze verlangens. Deze bewuste beslissing vereist eigenlijk veel moed en vriendelijkheid. Je neemt een beslissing om anderen en hun wensen/behoefte/voorkeuren voor jezelf te plaatsen. Dit betekent niet dat je je eigen prestaties, ideeën of verlangens devalueert. U hebt de controle over deze beslissingen en kunt een balans vinden tussen uzelf en uw wensen en behoeften op de eerste plaats zetten en het belang van nederigheid tegenover anderen wanneer de gelegenheid zich voordoet.

Hoe ziet dit eruit?

De gemakkelijkste manier om hierover na te denken, is door je te concentreren op belangrijke acties in plaats van op specifieke mensen, inclusief jezelf. Denk aan een keer dat je heel hoog scoorde op een test of een prijs of een belangrijk spel won; waar heb je de focus gelegd? Was het op de positieve acties die u tot dit succes hebben geleid of was het specifiek op uzelf? Als je nederig reageert, concentreer je je op de actie en het werk dat nodig was om je doel te bereiken, in plaats van hoe je het deed in vergelijking met anderen. Het kan heel verleidelijk zijn om trots te worden op je prestaties: kijk naar mij, kijk hoe goed ik ben! Er is echter moed voor nodig om uw team als geheel in de schijnwerpers te zetten of anderen eraan te herinneren dat u uw doel hebt bereikt door hard te werken en doorzettingsvermogen.



## Machtigen

15 minuten

Leg uit dat de klas nu een video gaat bekijken over het concept van een dienende leider, een leider die er bewust voor kiest om het welzijn van het team of de groep boven hun eigen persoonlijke agenda te plaatsen.

### Stap 1

Bekijk de volgende video: <https://www.youtube.com/watch?v=XITzLd6oXC0>

### Stap 2

Brainstorm als klas over manieren waarop we kunnen zijn "dienende leiders" in onze klas, onze school en onze gemeenschap om mensen als geheel te helpen, niet alleen onszelf. Schrijf desgewenst de antwoorden op het bord en stem op de top 3 suggesties! Moedig de leerlingen aan zich te concentreren op nederigheid terwijl ze manieren zoeken om dit soort leiderschap te ontwikkelen.



## Reflecteer

5-7 minuten

Begeleid de klas bij een bespreking over nederigheid.

- Wat maakt dit concept zo moeilijk?
- Hoe is er moed voor nodig om anderen te laten schitteren als je in de verleiding komt om in te grijpen en het roer over te nemen?
- Hoe is er moed voor nodig om met nederigheid te leiden?

Als dit concept extreem moeilijk aanvoelt, heb je gelijk! Heel veel volwassenen worstelen met dit concept en misschien kom je zelfs anderen in je leven tegen die weinig of geen positieve waarde hechten aan deze eigenschap. Maar door nederig en vriendelijk te zijn in plaats van trots en arrogant te zijn, kunnen de mensen om je heen zich beter voelen over zichzelf en de algehele stemming van je groep, school en zelfs de gemeenschap verbeteren! Gebruik deze week moed om nederigheid te oefenen in ten minste één situatie waarin u de leider bent. Dit kan thuis zijn met jongere broers en zussen, met anderen in uw buurt of in de klas met uw leeftijdsgenoten. Ga de uitdaging aan en groei als een vriendelijke en moedige leider! Nederigheid in een leider creëert een zeer positieve omgeving voor alle betrokkenen.

## Mini-lessscenario's controleren en wijzigen

Verdeel de klas in groepjes van 4-6. Geef elke groep een kopie van het onderstaande uitreikblad. Lees elke uitspraak en 1. Beslis of de persoon die praat opschept over zijn of haar succes of gewoon viert. 2. Als er wordt opgeschept, verander de uitspraak dan om succes te vieren in plaats van op te scheppen over persoonlijke prestaties of eigenschappen.

**Scenario 1:** Je scoort het winnende doelpunt in je kampioenswedstrijd. Je post een foto van jezelf alleen met je trofee.

Is dit bescheiden of niet? Zo nee, hoe zou je dit kunnen veranderen?

**Scenario 2:** Jij bent de enige die de nieuwe dans kan doen waar iedereen het over heeft. Al je vrienden vragen je om de dans te doen. Je biedt aan om uit te leggen hoe het moet, zodat iedereen kan meedoen.

Nederig of niet? Zo nee, hoe zou je dit kunnen veranderen?

**Scenario 3:** Je beste vriend heeft je net een enorm compliment gegeven over je nieuwe kapsel. Je draait je hoofd achterover en zegt: "Nou, met zo'n gezicht, hoe kan ik fout gaan?"

Nederig of niet? Zo nee, hoe zou je dit kunnen veranderen?

**Scenario 4:** Jij en je groep krijgen een A+ voor je wetenschapsproject. Je sms't je moeder dat je een A+ hebt. Ze feliciteert je en merkt op hoeveel hard werk je erin hebt gestoken. Je bedankt haar en zegt: "Ja, het was echt moeilijk voor me om alles voor elkaar te krijgen, maar ik ben blij dat ik alles heb kunnen afmaken!"

Nederig of niet? Zo nee, hoe zou je dit kunnen veranderen?

**Scenario 5:** Je hebt een 100% op het einde van het jaar wiskundetoets. Het grootste deel van de klas slaagde niet voor de test. Mensen beginnen je een genie te noemen en willen je hulp bij hun wiskundehuiswerk. Je biedt aan om deze week tijdens de lunch enkele van de moeilijkere wiskundige problemen door te nemen met geïnteresseerden.

Nederig of niet? Zo nee, hoe zou je dit kunnen veranderen?