

Моје име РечПuzzle

У овој лекцији ученици ће идентификовати различите личне квалитете које им се допадају код себе. Своје идеје ће организовати у облику акростиха или слагалице са речима коју ће сами креирати. Лекција укључује мали елемент презентације у разреду, што ће такође пружити ученицима прилику да вежбају слушање целим телом.

Брижни под-Концепт(и)
Саосећање, љубазност

Временски оквир лекције
35-40 минута

Потребни материјали

- ☐ Комади табла или грађевинског папира, по један по ученику.
- ☐ Оловке / маркери у боји

Будите спремни да поделите историју или значење свог имена или имена члана породице да бисте навели ученике на размишљање.

Можда би било смислено припремити акростих за своје име као пример.

Мапа стандарда

Ова лекција је у складу са ЦАСЕЛ компетенцијама, националним стандардима здравственог образовања и заједничким основним државним стандардима. Молимо погледајте на Мапа стандарда за више информација.



**ДЕСИГНЕД БИ ЦАСЕЛ
КАО ПРЕПОРУЧЕНИ ПРОГРАМ
ЗА СОЦИЈАЛНО И ЕМОЦИОНАЛНО УЧЕЊЕ.**
Погледајте последњу страницу за детаље.

Циљ лекције

Ученици ће:

- Идентификујте ствари о себи које цене.
- Примените размишљање о бризи о себи у њиховим животима.
- Представите њихов акростих разреду и увежбајте вештине кратке презентације.

Веза са наставником/негу самога себе

У првој целини смо говорили о важности самопоштовања као градивног елемента поштовања у нашем свету. Ова јединица је наш фокус на Бригу, која укључује саосећање, услужност, захвалност и емпатију. Брига се дефинише као осећање и показивање бриге за себе и друге. Имајући на уму ову дефиницију, покушајте да процените како бринете о себи.

Нега о себи је витална алатка која осигурава да имамо времена за поновно покретање. Није себично давати време сваки дан да се фокусирамо само на ВАС. Шта радите само за вас сваки дан? Ако је одговор тешко идентификовати, смислите неке идеје о томе како се можете бринути о себи свакодневно. Ако сте већ започели овај процес, покушајте да проширите или продубите своју бригу о себи како бисте укључили дугорочне циљеве (као што су вежбање или забаван час). Ако вам није стало до себе, како можете очекивати да ћете пружити солидну бригу о другима?

Савети за различите ученике

- Имати визуелни пример речи слагалице ће вероватно бити од користи за све ученике
- Може да користи формални израз „акростих“ за реч загонетке за заинтересоване ученике
- Напредни ученици ће можда желети да ураде захтевнији акростих тако што ће своје име ставити у центар и користити средња слова, овако: <https://www.pinterest.com/pin/470626229786264958/>



Објави

5-7 минута

Добродошли у нашу нову јединицу, Царинг! Говорићемо о бризи за друге и о томе шта значи бринути не само о другима, већ и о себи и свом простору.

Како вама изгледа брига за друге?

Позовите ученике да одговоре.

Међутим, део пружања бриге другима је способност да пружимо бригу себи. Ово зовемо брига о себи. Размисли о томе. Ако не водите рачуна о себи, како ћете имати енергије да бринете о неком другом? нећете!

Дакле, данас ћемо размишљати о свим начинима на које се бринемо о себи и размишљати о стварима о себи које нас чине посебним.

Почнимо од тога како се бринемо о себи. Штасу ствари радиш да се бринеш о свом уму?

Позовите ученике да одговоре; неки примери одговора су дати у наставку:

Ум: Будите љубазни према другима, будите захвални, помозите другима, наспавајте се, решавајте загонетке, похађајте школу, читајте, дубоко удахните, научите нешто ново, научите други језик, играјте игрице за учење, гледајте образовну телевизију, свирајте инструмент.

Које ствари радите да бисте се бринули о свом телу?

Позовите ученике да одговоре; неки примери одговора су дати у наставку:

Тело: довољно спавајте, вежбајте, једите здраву храну попут воћа и поврћа, играјте, помагајте у кућним пословима, будите активни на одмору, учествујте у часовима физкултуре, возити бицикл, играју Спорт.



Инспире

5-7 минута

Хајде сада да причамо о стварима које нас чине посебним и јединственим. Само си један ти на овом свету! Чак и ако имате близанца, и даље сте јединствени и другачији на посебан начин.

Један од начина на који су многи од нас јединствен у наша имена. Чак и ако са неким делимо иста или слична имена, и даље имамо јединствена средња и презимена која нас чине различитим.

Да ли неко зна да ли ваше име има неку посебну причу? Да ли сте добили име по неком посебном? Има ли то посебно значење?

Позовите ученика да одговори. Водите са значењем или значајем свог имена, можда.

Које су још неке ствари које нас чине посебним и јединственим?

Позовите ученике да одговоре; подстицати одговоре о личности, интересовањима, талентима, хобијима итд.



Оснажити

10-15 минута

Ок, сада ћете ставити све своје идеје о томе шта вас чини у забавну слагалицу са речима користећи своје име. То можете учинити на неколико начина. Можете или написати своје име низ страну папира вертикално или можете користити слова у облику мехурића и исписати своје име преко странице.

За свако слово треба да запишете реч или фразу која описује нешто посебно о вама и која почиње истим словом. Када завршите, слободно украсите своју слагалицу на неки начинто представља све јединствене, посебне ствари које сте записали о себи.

Након што се уради акростих, ученици треба да украсе свој плакат на начин који представља њих и речи које су одабрали да описују себе.

Пројектујте пример на паметној табли или напишите пример на белој табли. Пример може бити било које име, али може бити значајнији ако је то име наставника.

Пример: <https://www.пинтерест.цом/пин/517069600952146227/>



Одразити

5-7 минута

Позовите ученике да поделе своју слагалицу са акростихом. Можда ћете желети да окупите ученике у њиховом јутарњем простору за састанке или негде као група (уместо столова) и поставите посебну столицу где људи који представљају своје загонетке могу да седе док остатак разреда седи на тепиху/поду испред њих. Ово помаже да се нагласи идеја да је особа која представља посебна и важна. Подсетите ученике да користе слушање целим телом.

Запамтите да су сви у нашем разреду посебни и да имају важне ствари да додају нашем разреду. Не заборавите да бринете о свом уму, бринете о свом телу и верујте колико сте важни мени и свима у нашем разреду! Ако не водимо рачуна о себи, не можемо да бринемо једни о другима, зато сваки дан одвојите мало времена да урадите нешто здраво и посебно за себе. Запамтите, такође, да показивање захвалности, помагање другима и љубазност чине да се наш мозак и наша тела осећају добро. Срећнији смо када смо захвални. Напорно радите на томе да будете захвални, да помажете и будете љубазни према онима око вас!



Идеје за проширење

- Размислите да окачите акростих по соби или на огласну таблу, или ламинирајте и користећи их као картице са именима за стол (залепљене или окачене на предњој страни теста или залепљене на задњи део столице).
- Можете дозволити ученицима да исеку речи из часописа који их описују и да их залепе траком или залепе на њихов акростих. Такође можете да им дозволите да изрежу слике које их представљају и залепе траком или залепе као део завршне декорације.



ДЕСИГНЕД БИ ЦАСЕЛ
КАО ПРЕПОРУЧЕНИ
ПРОГРАМ ЗА
СОЦИЈАЛНО И
ЕМОЦИОНАЛНО УЧЕЊЕ.

Сарадња за академско, социјално и емоционално учење (ЦАСЕЛ) прегледа СЕЛ програме засноване на доказима од 2003. Кинднесс ин тхе Цлассroom® испуњава ЦАСЕЛ-ов СЕЛЕцт програм и укључен је у ЦАСЕЛ Водич за ефикасне програме социјалног и емоционалног учења.

Љубазност у учионици® је испунила или премашила све критеријуме ЦАСЕЛ-а за висококвалитетно СЕЛ програмирање. Кинднесс ин тхе Цлассroom® је добио највишу ознаку ЦАСЕЛ-а за висококвалитетно СЕЛ програмирање.

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

RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®