

# Захвалност Сцавенгер Хунт

Ова лекција упознаје ученике са појмом захвалности и даје им прилику да схвате шта за њих значи захвалност у свакодневном, обичном животу. Циљ ове активности је да ученици буду свесни малих ствари на којима су (или би, можда, требало да буду) захвални и да захвалност не мора бити велики гест; можемо бити захвални и за обичне ствари.

## Брижни под-Концепт(и)

Саосећање, захвалност, Хелпуноћа, љубазност

## Временски оквир лекције

45 минута

## Потребни материјали

- ❑ Приручник за лов на сметларе (у прилогу)

## 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:

- Дефинишите захвалност.
- Препознајте разне ствари на којима су захвални.
- Покажите захвалност онима који показују помоћ.

## Веза са наставником/негу самога себе

Услужност. Сама реч може да вас подсети на позитивне и негативне слике. Да ли сте тип који помаже у свему? Или сте од оних који избегавају да помогнете јер изгледа не можете да нађете времена? Проналажење равнотеже када је у питању помоћ је од виталног значаја за самоочување у овој професији.

Успостављање и одржавање јасних граница са својим тимом, школом и да, чак и сопственом породицом, помоћи ће вам да боље организујете своје време, што ће вам омогућити да или упарите помоћ коју пружате или нађете времена да се укључите у више прилике. Услужност је сјајна особина карактера, али се од наставника често може превише очекивати. Говорите када сте опорезовани.

Нико не воли мрзовољног помагача! Потребне су вам идеје о томе КАКО рећи не?

Погледајте овај

ресурс: <http://теацхерхабитс.цом/еффективе-ваи-теацхерс-саи-но/>

## Савети за различите ученике

- Укључите титлове за видео за ученике са слухомограничења.
- У брошури има простора за ученике да нацртају своје идеје ако им није пријатно да пишу о њима.
- Имајте на уму социо-економско порекло ученика; ученицима у сиромаштву је можда теже да размишљају о свакодневним стварима на којима могу бити захвални, па водите дискусију

тамо где је то потребно како бисте били сигурни да се сви доприноси ученика вреднују и одн.ецтед

- Имајте на уму физичка ограничења ученика; ако има ученика у инвалидским колицима, на пример, који не могу да ходају, изражавање захвалности за ноге које могу да ходају и трче може бити јансенсitive. Погледајте напомене у наставку.



## Објави

5-7 минута

- Питајте ученике шта мисле да значи реч захвалност. Запишите кључне речи из њихових дефиниција на табли или пројектујте на паметној табли.
- Реците ученицима да ћете написати дефиницију захвалности на основу кључних речи које сте записали. Започните дефиницију овако: Захвалност значи: (захвалан, драго, захвалан, срећан због онога што имаш).
  - Изаберите отприлике три кључна елемента које можете да уградите у дефиницију. Нека буду једноставни како би ученици могли да упамте.
  - Повежите захвалност са ставом: осећање захвалности = позитиван став.

*ИУ овој лекцији ћемо научити више о захвалности и разним стварима на којима смо захвални, посебно о малим стварима за које не схватамо да смо захвални. Понекад ово називамо узимањем нечега здраво за готово. Само претпостављамо да ће нам све ствари које су нам потребне и које волимо увек бити доступне, и тако престајемо да их доживљавамо као посебне. Али, заиста, већина ствари које имамо и у којима свакодневно уживамо је посебна и недостајале би нам да их нема!*

*Које су неке ствари које би вам недостајале или би вам биле тужне ако нестану управо сада?*

Позовите ученике да одговоре.

Повежите захвалност са бригом: често су људи и ствари које ценимо људи и ствари које на неки начин помажу да се бринемо о нама и нашим потребама.



## Инспире

5-7 минута

Гледајте Кид Пресидент'с 25 Реасонс то бе Тханкфул на ИоуТубе-у [3:46] -[хтпс://www.youtube.com/watch?v=иА5Кпт1JPE4](https://www.youtube.com/watch?v=иА5Кпт1JPE4)

Ово је забаван видео у коме деца уживају; Кид председник добро обавља посао бирајући уобичајене, глупе ствари на којима је захвалан.

**RANDOM ACTS OF KINDNESS**  
FOUNDATION®

То ће навести ваше ученике да размишљају о свакодневним стварима на којима могу бити захвални.

Ако немате приступ паметној табли, Интернету или другим средствима за приказивање видеа, можете користити следећу листу свакодневних ствари да бисте навели своје ученике на размишљање (или користите примере ученика из њихових одговора изнад):

- Чесме у школи које нам дају чисту воду да пијемо кад год желимо.
- Спавај (Нашем мозгу треба шанса да се поново покрене! Можете ли замислити да никада нисте спавали?!)
- Зуби (како бисмо иначе јели?)
- Прсти (Како би живот био другачији да немате прсте?)
- Боје
- Возачи аутобуса
- Сребрни прибор
- Омиљена храна
- Викенди!

Када наводите физичке атрибуте на којима смо захвални, имајте на уму ученике са физичким ограничењима, инвалидитетом или разликама. (На пример, они су у инвалидским колицима и зато ципеле можда нису толико важне; или ако постоји ученик са физичким деформитетом руку, онда прсти можда нису прикладни за набрајање.) Ово не обесхрабрује другим ученицима без ових ограничења да не буду захвални на својим способностима, али је важно да буду осетљиви према свим ученицима.



## Оснажити

10-15 минута

Циљ ове активности је да ученици постану свесни малих ствари на којима су (или би, можда, требало да буду) захвални.

*То је била забавна листа од Кид Пресидента, зар не? Идемо на захвалностСкупљање трофејаданас. Користите приложени материјал за бележење малих ствари на којима сте захвални овде у школи (или код куће, ако се то ради на крају дана). Означите ставку када видите или доживите нешто на чему сте захвални и или запишите на чему сте захвални или нацртајте брзу слику о томе. На (завршном или јутарњем) састанку, поделићемо наша открића о лову на сметларе!*



## Одразити

5 минута

*Захвалност звучи у великој мери као оно што смо учили у нашој последњој јединици: ПОШТОВАЊЕ и ЉУБАЗНОСТ. Да ли сте знали да сте срећнији када се осећате захвални или захвални? Научници су показали да препознавање када се осећамо захвални покреће наш мозак да се осећа срећним. Наука показује када радимо љубазне ствари за друге да бисмо их усрећили, када бринемо о њима, и ми смо срећни. Све ове идеје су повезане! Зар то није кул?! Да ли сте приметили да ли сте се данас осећали срећније док сте били у потрази за стварима на којима сте били захвални? Шта ако проведемо време заиста ценећи све ствари које имамо или искусимо? Како можемо показати захвалност према другима када су од помоћи и љубазни?*

**RANDOM ACTS OF KINDNESS**  
FOUNDATION®



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 СЕЛЕкт 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.

[хттпс://цасел.орг/гуиде/кинднесс-ин-тхе-цлассroom/](https://casel.org/guide/kindness-in-the-classroom/)

# Захвалност = Позитиван став!

Које су неке ствари које сте данас приметили за које нисте ни знали да сте захвални?

Будите на опрезу данас за ствари испод!

Обратите пажњу на то како се осећате када размишљате о стварима на којима сте захвални.

Нешто мало на чему сте захвални:	Нешто ВЕЛИКО на чему сте захвални:	Особа на којој сте захвални:	Соба за коју сте захвални:	Ви сте правило захвалан:
Мирис за који сте захвални:	Школски прибор за који сте захвални:	Храна на којој сте захвални:	Животиња на којој сте захвални:	Школски предмет за који сте захвални:
Одевни предмет за који сте захвални:	Особа у школи на којој сте захвални:	Посебно место за које сте захвални:	Пријатељ на коме сте захвални:	Особа код куће захвални сте за: