

# Песма „Ја сам“.

Ово је прва лекција у Јединици за храброст и фокусира се на храброст да будемо своје јединствено ја. Ученици ће писати песме „Ја сам“ како би истакли ствари о којима мисле, осећају, верују, желе и сањају. Ово је сјајан начин да наведете децу да размишљају и славе јединствене ствари у вези са њима, а истовремено препознају храброст која је потребна да буде оно што јесу.

## Под-концепт(и) љубазности

Рањивост, понизност

## Временски оквир лекције

30-40 минута

## Потребни материјали

❑ Шаблон песме „Ја сам“.

## 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:

- Испитајте шта значи имати храбрости бити свој.
- Идентификујте јединствене личне квалитете кроз писање песме „Ја сам“.

## Веза са наставником/негу самога себе

Многи људи повезују појам „храброст“ са снагом, супротстављањем угњетавању и борбом за оно што је исправно. Иако се све ове дефиниције заправо односе на различите врсте храбрости, постоји још један фокус који је једнако вредан: храброст да се одговори љубазношћу. Ова јединица ће се фокусирати на љубазност као облик храбре акције. Ваша способност да унесете доброту у свој свакодневни живот је најхрабрија ствар коју можете учинити за себе. Када се ваше мисли промене, ваше понашање се мења, што на крају доводи до позитивне промене и код оних око вас. Ова ланчана реакција љубазности почиње од вас! Ове недеље напишите једну посебно љубазну мисао о себи и поставите је на огледало у купатилу. Понављајте то себи наглас сваки пут када га читате. У почетку ово може изгледати непријатно и непотребно. Међутим, што више чујете љубазне речи наглас, већа је вероватноћа да ћете их интернализовати. Како данас можете бити љубазни према себи?

## Савети за различите ученике

- За студенте ЕСЛ-а, сви глаголи су једноставни и садашње време, па се побрините да ученици завршавају реченицу имајући то на уму.
- Поезија је моћна када се говори; ако имате приступ технологији, ученици могу уживати у снимању својих песама и слушању како их изговарају.



## Објави

5-7 минута

*У овој јединици ћемо говорити о храбрости. Већина нас вероватно размишља о храбрости у смислу да будемо храбри у страшним ситуацијама. А то може бити оно што храброст изгледа. Међутим, храброст може изгледати и као друге ствари. Које су још неке дефиниције храбрости?*

Инвите одговор ученика. Примери могу укључивати залагање за нешто у шта верујете, покушај поново након неуспеха, стицање нових пријатеља, одлазак у нову школу или испробавање нових ствари.



## Инспире

5-7 минута

*Храброст такође може изгледати и осећати се као једноставно бити оно што јесте; допуштајући себи да се осећате тужно када сте тужни или срећни када сте срећни. Храброст може бити да носите кошуљу коју волите чак и ако не мислите да ће се то допасти другима, или да се ошишате на нову и фанки фризуру, или да испробате представу иако се сви ваши пријатељи баве музиком и спортом.*

*Храброст је знати ко си и волети то.*

*Данас ћемо кроз писање мало истражити о себи. Писаћемо песме Ја сам. Ево како функционише песма Ја сам: песма Ја сам има три строфе или кратке пасусе. Прве две строфе су дугачке пет реченица, а трећа строфа има шест реченица. Први ред сваке строфе је исти, а цела песма се завршава на том истом првом реду.*

*Сваки ред почиње са „ја“ иза којег следи глагол: ја сам, чујем, видим, желим, итд. Сваки од вас ће добити шаблон за попуњавање, тако да не брините: нећете морати да памтите све овог!*

*Дозволите ми да вам прочитам неколико примера:*

Прочитајте неке примере

овде: <http://www.washington.edu/diversity/cea/ceapоемс/>



## Оснажити

10-15 минута

*У реду, сада ћеш написати сопствену песму „Ја сам“. Размислите о свим стварима које вас чине јединственим и посебним. Размислите о томе шта је храбро код вас: због чега се осећате снажно и храбро, или тужно и срећно. Постоји ред за све кул у вези са вама.*

Поделите шаблон песме „Ја сам“ и пустите ученике да раде на њима.



## Одразити

5 минута

Ако ученици заврше своје песме, можете их позвати да поделе или их можете прочитати наглас и разред може покушати да погоди чију сте песму прочитали. Или, ако нису завршили, сакупите их како бисте их пустили да заврше други пут (можда као излазна карта или неки други додатак за време).

Ако су ови сувише лични за дељење или приказивање, уверите се да уђу у њихове коначне портфеље или друге радове за понети кући. Можда би то било лепо да покренете расправу код куће.

Подсетите ученике да је потребна храброст да бисте упознали себе и ценили све што вас чини посебним и јединственим. Не постоји нико баш као ти и никада неће бити друга особа као што си ти. У овој јединици ћемо се фокусирати на то како да будемо храбро љубазни према себи и према другима.



## Идеје за проширење

- Ученици могу донети своје песме кући да их поделе са родитељима или старатељима; они такође могу донети празан шаблон кући да га родитељ/старатељ попуни.
- Нека ученици ставе отисак прста или палца негде на песму; као проширење науке, проучавајте отиске прстију и њихова јединствена својства. Претпоставите да нема два иста отиска прста и проучите како се отисци прстију користе за идентификацију, технологију, безбедност итд. Ово би могао бити забаван начин да заокружите науку за годину.



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 Цлассруом® 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 Цлассруом® је добио највишу ознаку ЦАСЕЛ-а за висококвалитетно СЕЛ програмирање.

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

**RANDOM ACTS OF KINDNESS**  
FOUNDATION®

## Песма „Ја сам“.

Ја сам \_\_\_\_\_  
пита се \_\_\_\_\_  
чујем \_\_\_\_\_  
Видим \_\_\_\_\_  
ја желим \_\_\_\_\_

Ја сам \_\_\_\_\_  
ја осећам \_\_\_\_\_  
додирујем \_\_\_\_\_  
Бринем \_\_\_\_\_  
ја плачем \_\_\_\_\_

Ја сам \_\_\_\_\_  
разумем \_\_\_\_\_  
Ја кажем \_\_\_\_\_  
ја сањам \_\_\_\_\_  
покушавам \_\_\_\_\_  
надам се \_\_\_\_\_

Ја сам \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

