

Integritet genom mål

I den här lektionen kommer eleverna att diskutera integritet och uthållighet genom att sätta mål. De kommer att lära sig hur man sätter upp SMARTA mål. De kommer att göra detta genom tydlig instruktion, lärarmodellering och stora grupparbeten. I slutändan kommer eleverna att skriva individuella SMART-mål inklusive åtgärdssteg. Lärare kommer att behöva göra en del förutseende och uppföljande arbete för att maximera effekten av denna lektion.

Integritetsunderkoncept

Uthållighet, vänlighet

Lektionens tidsram

35-40 minuter

Nödvändigt material

☐ SMART Målplanerare (se nedan)

Standardkarta

Den här lektionen överensstämmer med CASEL-kompetenser, nationella hälsoutbildningsstandards och gemensamma centrala statliga standarder. Vänligen se [Standardkarta](#) för mer information.



DESIGNERAD AV CASEL
SOM ETT REKOMMENDERAT PROGRAM
FÖR SOCIALT OCH EMOTIONELLT LÄRANDE.
Se sista sidan för detaljer.

Lektionens mål

Eleverna kommer att:

- Analysera integritet och uthållighet genom att sätta mål.

Läraranslutning/Självvård

Det sista löftet i ditt klassrum relaterar tillbaka till vårt första koncept i år: Respekt. Löfte nr 4 är: "Jag lovar att alltid visa respekt för mina elever." Detta kan tyckas självklart. Självklart respekterar vi våra elever! Om vi ska vara riktigt ärliga mot oss själva kan vi inse att det alltid kommer att finnas några elever som är en kamp för oss på ett eller annat sätt. Vi kan ha motsatta personligheter, de kan kämpa för att vara i en grupp miljö, det kan finnas beteendeutmaningar etc. Oavsett orsaken bakom det måste du arbeta för att säkerställa samma nivå av respekt för dem som för resten av klassen. Ta dig tid med veckans löfte. Undersök exakt HUR du visar respekt för varje elev. Förmedlar dina ord och handlingar både i och utanför klassrummet respekt för varje elev? När du diskuterar svåra frågor relaterade till en elev, kan du göra det på ett ärligt, men ändå respektfullt och medkännande sätt? Fortsätter du att förespråka för dina elever även när nivån av respekt du ger inte återgäldas av studenten och/eller familjen? Integritet börjar med dig. Säg vad du menar och mena vad du säger. Dina vänliga ord och handlingar gör hela skillnaden!

Tips för olika elever

- Sannolikt kommer alla elever att kämpa med att sätta upp mål som är helt SMARTA. Justera denna akronym så att den passar dina och dina elevers behov och förmågor.



Dela med sig

5-7 minuter

I vår senaste lektion pratade vi om uthållighet. Vad betyder uthållighet?

Har någon haft en upplevelse sedan vår förra lektion där du var tvungen att stå ut genom en utmaning? Och kom ihåg, "utmaning" betyder inte nödvändigtvis att du har råkat ut för något dåligt med dig. En utmaning kan vara ett test, en svår idrottstävling, ett jobb eller en uppgift som du var tvungen att utföra, etc.

Bjud in elevernas svar.



Inspirera

10-15 minuter

I den här enheten har vi tittat på många videor från webbplatsen Pass It On. Denna organisation skapar också skyltar med inspirerande meddelanden på. De har alltid ett tema, som hårt arbete eller engagemang eller uthållighet. Affischtavlan visar någon, ibland känd eller välkänd och ibland ganska vanlig, och förklarar hur de visade just det värdet.

De har ett nummer som innehåller uthållighet eller element av uthållighet, som hårt arbete, engagemang och att sätta upp mål. Låt oss titta på några och prata om dem.

Visa skyltarna (länkade nedan) och fråga vad eleverna tror att de representerar. Diskutera hur var och en förhåller sig till uthållighet och integritet.

Uthållighet: <https://www.passiton.com/inspirational-sayings-billboards/36-perseverance>

Hårt arbete: <https://www.passiton.com/inspirational-sayings-billboards/20-hard-work>

Kör: <https://www.passiton.com/inspirational-sayings-billboards/55-drive>

Lev livet: <https://www.passiton.com/inspirational-sayings-billboards/28-live-life>

Uthållighet: <https://www.passiton.com/inspirational-sayings-billboards/83-misty-copeland>



Bemyndiga

15-20 minuter

En del av att ha integritet genom uthållighet är att avsluta det du påbörjar. Ibland är detta dock svårt. Om vi inte har en specifik plan för hur vi ska få något gjort kanske vi inte ens försöker.

Den specifika planen jag pratar om kallas ett mål. Hur många av er har hört talas om mål?

Idag ska vi skriva några mål. Vi ska skriva ett mål för oss som klass och sedan du kommer få en chans att skriva ett mål för er själva.

Den typ av mål vi ska skriva kallas för SMARTA mål. Detta är vad SMART står för:

1. *Specifik (vilket betyder att målet är smalt och inte är för stort; till exempel "Jag ska läsa tre böcker den här månaden," är specifikt; "Jag ska läsa mycket den här månaden," är för stort.)*
2. *Mätbar (vilket betyder att du kan veta när du når ditt mål. Så när du läser tre böcker vet du att du har nått ditt mål. "Mycket läsning" är vagt; hur många böcker är det? Att ha den siffran i målet gör det mätbart.)*
3. *Uppnåeligt (vilket innebär att du har en god chans att faktiskt nå ditt mål; är det realistiskt att läsa tre böcker eller tror du att du bara kommer att läsa två?)*
4. *Relevant (vilket betyder att det är relaterat till något i ditt liv och är vettigt för dig att gå efter det; är läsning viktigt i ditt liv eller borde det vara det? Ja! Det här skulle vara ett bra mål!)*
5. *Tidsbestämd (vilket betyder att du ställer in en viss tid då du kommer att uppnå målet; mål kan inte bara fortsätta för evigt. I läsexemplet skulle den sista dagen i månaden vara ditt måldatum; du kan mäta när det datumet kommer och går.)*

Klassmål:

Det här avsnittet kräver förplanering från lärarens sida. Bestäm ett mål som du vill att din klass ska arbeta mot tillsammans; Det borde vara ett bra mål i allmänhet men saknar några av SMART-elementen. Låt eleverna arbeta tillsammans för att begränsa målet så att det blir smartare.

Okej, jag har funderat på ett mål som jag vill att vår klass ska nå. Här är det:

Planera i förväg ett mål för klassen och skriv sedan målet på tavlan eller projicera det på smartboarden. Det bör ha inslag av ett SMART mål men faller något kort. Se till att de saknade SMART-elementen enkelt kan läggas till.

Vad tror du? Är detta ett SMART mål?

Låt eleverna analysera det tillsammans och rekommendera förbättringar. Gör detta tills ett SMART mål dyker upp. Skriv ner det slutliga målet och se till att det tar en framträdande plats i klassrummet.

(fortsättning på nästa sida)

Elevers mål:

OCH du ska nu skriva ett SMART mål för dig själv. Gör ditt bästa för att göra det så smart som möjligt! Skriv sedan ner några åtgärder du planerar att vidta för att hjälpa dig nå det målet.

Använd SMART målutdelning eller helt enkelt låt eleverna skriva dessa på ett papper eller i sin klassrumsdagbok.

Om tiden tillåter kan eleverna utbyta mål och göra en peer review för att se om de faktiskt är SMARTA mål. Eller så kan läraren samla in journalerna och ge feedback.



Reflektera

5 minuter

Låt oss se över vad ett SMART-mål är. Vad står SMART för?

Vill någon dela med sig av sitt SMART-mål?

Bjud in studentvolontärer eller dela istället ditt personliga SMART-mål.

Jag kommer att kolla in dig under de kommande veckorna för att se hur du når dina mål. Glöm inte bort dem! Ha dina åtgärder i åtanke så att du har specifika saker du kan göra för att nå dina mål!



Förlängningsidéer

- Uthållighetsskylten med Shaquille O'Neal representerar hur han gick tillbaka till college för att avsluta kandidatexamen som han började på LSU men lämnade för att fortsätta sin karriär i NBA. Han sa att när han lämnade lovade han sin familj och sin college tränare att han en dag skulle bli klar. Han har sedan dess tagit sin kandidatexamen, en MBA och en doktorexamen, allt samtidigt som han spelade professionell basket. Elever kan vara intresserade av den här berättelsen eller av att undersöka andra berättelser om välkända personer som envisades för att avsluta det de påbörjade. Du kan läsa mer om Shaqs pedagogiska sysselsättningar här: <http://abcnews.go.com/Sports/story?id=100078&page=1> och här <https://www.cnn.com/2012/05/05/sport/dr-shaq/index.html>
- Be eleverna skapa ett SMART mål som de kan arbeta med hemma. Du kan låta föräldrar veta att deras elev arbetar med ett mål och att vara på jakt efter det och uppmuntra eleverna att nå det.



DESIGNERAD AV CASEL
SOM ETT
REKOMMENDERAT
PROGRAM FÖR SOCIALT
OCH EMOTIONELLT
LÄRANDE.


Samarbetet för akademiskt, socialt och emotionellt lärande (CASEL) har granskat evidensbaserade SEL-program sedan 2003. Kindness in the Classroom® uppfyller CASELs SELECT-program och ingår i [CASEL Guide till effektiva sociala och känslomässiga lärandeprogram](#).

Kindness in the Classroom® uppfyllde eller överträffade alla CASELs kriterier för högkvalitativ SEL-programmering. Kindness in the Classroom® fick CASELs högsta beteckning för högkvalitativ SEL-programmering.

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

RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®

SMART. MÅLPLANERARE

SPECIFIK	Vad exakt vill jag att hända?	
MLÄTTBAR	Jag vet att jag har nått mitt mål när...	
AHÅLLBAR	Med uthållighet, är det möjligt att nå detta mål inom deadline?	
REALISTISK OCH RELEVANT	Mitt mål är tillräckligt viktigt för att jag ska kunna genomföra en plan. Jag kommer att följa denna specifika plan för att nå mitt mål:	
TIME-BUNDEN	Jag kommer att nå mitt mål genom att:	