

Inkludering

Den här veckan tittar vi på inkludering från linsen att ta hand om varandra och stå upp mot de som mobbar eller avsiktligt utesluter andra. Dessa lektioner bör inte ersätta någon mobbningsfokuserad läroplan du håller på med eller som skolan implementerar som en del av sina antimobbningspolicyer eller strategier; istället kompletterar dessa lektioner förhoppningsvis det arbete du redan gör för att minska och eliminera skolmobbing. Det primära fokus ligger på hur man kan vara mer inkluderande av andra genom uppträdande beteende. Eleverna kommer att få möjlighet att öva sig i att vara en upstander genom rollspel, diskussion, personlig reflektion och kreativa uttryck.

Börja enheten med hela lektionen och sikta sedan på att slutföra minst två av minilektionerna med dina elever under veckan. Varje minilektion är utformad för att presentera delar av huvudlektionen på nya och engagerande sätt.

Huvudläxa

Helklasslektion

30 minuter

START
HERE

VaraAn Upstander

Den här lektionen förklarar vad det innebär att vara en upstander och riskerna med att vara en upstander. Lektionen använder ett exempel från Trollkarlen från Oz för att visa hur uppståndares beteende ser ut, vilket ger eleverna en möjlighet att diskutera uppståndarnas beteende och de möjliga resultaten av att stå upp för andra. (Se sidan 2 för lektionsdetaljer.)

Mini lektioner

För små grupper

15 minuter



Uppstående rollspel

Dela in eleverna i grupper. Ge varje grupp ett rollspelsscenario (se nedan) och ge eleverna tid att utveckla ett rollspel att utföra för resten av klassen. Efter varje rollspel, ställ följande frågor:

- Hur tror du att uppståndarnas svar i rollspelet kan påverka utgången av situationen?
- Tror du att mobbaren kommer att ändra sitt beteende baserat på uppståndarens handlingar? Varför eller varför inte?

För partners

15 minuter



Upstander Acrostic

Vi kan reagera på många olika sätt när vi ser eller upplever mobbing. Genom att svara på ett självsäkert sätt, är vi en upstander. Men det innebär också att ta en risk: mobbaren kan vända sig mot oss, mobbaren kan ignorera oss och fortsätta mobba, och våra vänner kanske inte står upp för oss. Det är svårare att ta en risk och försöka stoppa mobbningen än att vara en passiv åskådare. Så vi behöver konkreta strategier för hur vi med självförtroende kan vara en upstander när vi ser mobbing. Använd ordet UPPSTANDER och skapa en akrostik som använder ord eller fraser som ingår i varje bokstav i UPPSTANDER (även om degör det inte måste börja med dessa bokstäver). Till exempel, för "U", kan eleverna skriva: "Använd lugna ord för att tala till mobbaren." För "P" kunde eleverna skriva: "Håll min kroppsställning öppen och självsäker."

Exempel:

Ise lugna ord för att tala till mobbaren.
Ingen **P** min kroppshållning öppen och självsäker.
S
T
A
N
D
OCH
R

Uppmuntra eleverna att vara kreativa när de designar sin akrostik. Påminn eleverna om att deras ord och fraser ska uttrycka åtgärder som de kan göra när de befinner sig i en upprättstående position och känner sig osäkra på hur de ska hjälpa.

För privatpersoner
15 minuter



Upstander Påminnelse

Låt eleverna göra ett armband, fotled, klistermärke, nål, målad sten, bokmärke eller någon annan påminnelse som de kan ha med sig för att påminna dem om att vara en upstander när de ser mobbning. Säkra de lämpliga konsttillbehören för eleverna i förväg, men håll det enkelt så att fokus kan ligga på påminnelsen om uppåtstående. Armband, till exempel, kan vara så enkla som färgade pappersutklipp, eller, om du har elever som är skickliga på att göra vänskapsarmband, kan de lära andra i klassen hur man gör dem. Detta är ett bra sätt att uppmuntra elevernas engagemang som leder till en stor känsla av delaktighet.

När hantverket är färdigt, påminn eleverna om att förvara det någonstans där de kommer att vara ofta eller på en plats som ständigt påminner dem om deras förmåga att vara en upstander.

Teknikfokuserad
15 minuter



Störar mobbning oss verkligen?

Stor gruppdiskussion: Diskutera hur mobbning skildras i TV och film; är det "glorifierat"? När vi ser det mycket, tenderar vi att känna igen det mindre i verkligheten? Normaliserar TV/filmer mobbning? Överväg att visa ett tv- eller filmklipp som är lämpligt för din elevgrupp som visar hur mobbningsbeteende skildras och bemöts. Filmen Wonder kan vara ett bra ställe att hitta ett kort klipp.

Var en upstander

Den här lektionen förklarar vad det innebär att vara en upstander och riskerna med att vara en upstander. Lektionen använder ett exempel från Trollkarlen från Oz för att visa hur uppståndares beteende ser ut, vilket ger eleverna en möjlighet att diskutera uppståndarnas beteende och de möjliga resultaten av att stå upp för andra.

Lektionens tidsram

30 minuter

Nödvändigt material

- ❑ Whiteboard eller annan enhet för att spela upp filmklippet (kan betyda att du säkrar DVD:n och en DVD-spelare/TV-kombo)

Standardkarta

Den här lektionen överensstämmer med CASEL-kompetenser, nationella hälsoutbildningsstandards, International Society for Technology in Education Standards, när så är tillämpligt, och Common Core State Standards. Vänligen se [Standardkarta](#) för mer information.

Lektionens mål

Eleverna kommer att:

- Förstå rollen som en upstander.
- Öva uppstående beteenden.
- Diskutera mobbningsbeteende och hur man kan vara mer inkluderande i situationer där människor blir mobbad eller avsiktligt utestängda.

Läraranslutning/Självvård

Ibland kan det kännas riskabelt att vara inkluderande. Det kan innebära att lära känna nya människor. Det kan innebära att vi ändrar hur vi tänker eller agerar. Det kan betyda att vi säger till när vi känner oss undermåliga. Det kan innebära att stå upp för någon eller arbeta för att se till att policyer och miljöer är rättvisa och rättvisa för alla, både studenter och personal. Vilken risk skulle du vara villig att ta den här veckan för att göra något (eller dig själv!) mer inkluderande, rättvist eller rättvist? Vilka åtgärder krävs för att få din idé att hända?

**Dela med sig**

5-7 minuter

Den här veckan ska vi prata lite om vad vi ska göra när vi ser andra barn bli utestängda eller till och med mobbade. Att stå emot en mobbare eller någon som avsiktligt utesluter andra kan kännas riskabelt, men det finns styrka i siffrorna. De flesta människor är inte mobbare eller offer, utan är vad vi kallar åskådare. Det här är människorna som ser eller vet att något ovänligt eller orättvist händer, men som inte gör någonting. Denna stora grupp människor kan göra skillnad!

Skriv: "Att bli en upstander innebär att ta risker" på tavlan.

Att visa mod genom att stå upp mot en översittare kräver självsäkerhet. Kan någon definiera självsäkerhet för oss? Vad innebär det att vara påstridig? (Bjud in elevsvar. RAK-definitionen av självsäkerhet är att stå upp för dig själv och det du tror på samtidigt som du respekterar andra.)

Bra! Och det kan vara riskabelt! Faktum är att vår rädsla för att ta en risk kan hindra oss från att göra vad som helst när vi ser människor bli utestängda

eller, ännu värre, mobbade. Låt oss prata om risknivåerna i att stå upp för någon annan.

Skriv varje risknivå på tavlan och ge exempel på var och en när du förklarar risknivåerna.

- Ingen risk: Gå med i mobbaren genom att skratta eller hålla med.
- Låg risk: Se bort; gå inte med i mobbaren men lämna inte eller dra inte uppmärksamheten till ditt obehag eller apati.
- Medium risk: Byt ämne, gå därifrån och uppmuntra andra att också gå därifrån.
- Hög risk: Stå upp, tala ut och få hjälp om det behövs.

Om du befinner dig i en position där du ser mobbningsbeteende eller att barn avsiktligt utesluts, vilken risknivå tror du att du skulle (eller vanligtvis) ta? Du behöver inte säga det högt, utan ge dig själv ett ärligt svar. Vad är din risktolerans när du får en möjlighet att stå upp för någon?



Inspirera

15 minuter

Vi kommer att fortsätta fundera på hur vi ska reagera i situationer av mobbning eller utanförskap genom att se ett kort klipp från filmen Trollkarlen från Oz. Hur många av er har sett den? (Bjud in elevernas svar.)

Det är en film om en tjej som heter Dorothy som befinner sig långt hemifrån och får många vänner (och fiender!) på väg att komma tillbaka. Hon lär sig också mycket om sig själv och om sina relationer med andra människor. Det finns några fantastiska karaktärer i den här filmen, inklusive ett lejon. I klippet vi ska titta på vill jag att du ska observera vad som händer, hur Dorothy svarar och hur scenen slutar. Det är knappt 3 minuter, så vi tittar först och diskuterar sedan.

Visa klippet: <https://www.youtube.com/watch?v=z2itQkiQUOE> (du kan också spela upp klippet vid just denna punkt i filmen via DVD om det inte är möjligt att se klippet tillsammans på Internet).



Bemyndiga

15 minuter

Här är frågorna jag vill att vi ska diskutera. Låt oss ta dem en i taget:

- Vem var mobbaren i det här klippet? (lejon)
- Vilka var offren? (Skrämma och plåtman)
- Dorothy var åskådaren. Hur förvandlades hon till en upstander? (Bjud in elevernas svar.)
- Vilken risknivå tog Dorothy? (hög)
- Vad hände när Dorothy stod upp mot lejonet? (Bjud in elevernas svar.)
- Vad lärde vi oss om lejonet? (Han är faktiskt en feg. Han betar sig bara tufft.)

Den här sista frågan är förmodligen den viktigaste eftersom vi vet att de flesta mobbare eller människor som behandlar andra med respektlöshet eller som utesluter andra förmodligen inte är riktigt dåliga människor. De kämpar helt enkelt med något i sitt eget liv och väljer att ta ut det på någon annan. Om vi kan svara med vänlighet och inkludering, som Dorothy, Tin Man och Scarecrow gjorde, kan vi faktiskt förändra översittaren för gott.



Reflektera

5-7 minuter

För att komma ihåg hur vi kan ta risker för att hjälpa andra som blir mobbade ska vi träna 3 rörelser. Låt oss säga tillsammans, "stå upp, tala ut, få hjälp!" När vi säger "stå upp" vill jag att alla ska resa sig upp från sina stolar. När vi säger "säg ut", formar en mikrofon runt din mun och slutligen, när vi säger "få hjälp", räcker vi upp handen som om vi ställde en fråga till läraren. Okej, låt oss försöka alla tillsammans nu. Stå upp, tala ut, ta hjälp!

Jag vill också påminna alla om att om du behöver hjälp med någon som mobbar andra eller som utesluter andra kan du prata med mig eller någon annan lärare eller skolpersonal. Vi hjälper dig och vi tar hand om situationen tillsammans med dig. När du står upp för andra, kommer vi att stå upp med och för dig också.

Situationer för minilektionsrollspel

SCENARIO 1

Carlos är ett nytt barn i skolan och har inte många vänner. David, en åttondeklassare som ofta mobbar nya barn, har upprepade gånger skickat ovänliga sms till sina vänner om Carlos. Den han skickade idag är elak och osann.

Skapa ett rollspel som visar hur du och dina vänner kan vara en snäll motstående snarare än en åskådare för Carlos.

SCENARIO #2

Lakisha kommer med i fotbollslaget och kan inte vänta med att lägga upp den här nyheten på Facebook. När hon kommer hem upptäcker hon att några av tjejerna som inte kom med i laget publicerar elaka rykten om henne, som tyder på att hon flirtade med tränaren för att bli i laget och att hon ljugar om dem så att de inte skulle göra det. laget. Det är inte första gången de har skrivit sådana här kommentarer.

Skapa ett rollspel som visar hur du och dina vänner kan vara en snäll motstående snarare än en åskådare för Lakisha.

SCENARIO #3

Mr. Villagomez är känd som en riktigt utmanande matematiklärare. En dag chattar Marcus online och skriver följande: "Jag hatar Mr. V. I'm going to get even with him." Skapa ett rollspel som visar hur du och dina vänner kan reagera på Marcus för att hjälpa honom ta itu med sin frustration på ett positivt sätt när ni ser det här inlägget.

SCENARIO #4

Marissa tar en bild av sig själv iklädd jeans och en avslöjande topp. Hon lägger upp bilden på Facebook, men inser snabbt att hon gjort ett misstag. Hon tar bort inlägget, men inte innan en studiekamrat har laddat ner fotot och kopierat det. Nästa dag när Marissa kommer till skolan upptäcker hon att bilden har stoppats i elevernas skåp.

Skapa ett rollspel som visar vad du och dina vänner kan göra för att visa omtanke när ni ser bilden och vara en uppresande snarare än en åskådare för Marissa.

SCENARIO #5

José är en mycket begåvad jazzsaxofonist. Daniel spelar också saxofon och är avundsjuk på José. Han har skrivit elaka kommentarer om honom på nätet tidigare. Den här gången spelar han i hemlighet in José när han spelar, ändrar inspelningen så att stycket låter riktigt dåligt och lägger sedan upp det anonymt på YouTube.

Skapa ett rollspel som visar vad du och dina vänner gör när ni ser och hör inspelningen och hur ni kan vara en snäll uppstickare snarare än en åskådare för José.