

Mod

Detta är den första veckan av vår Courage-enhet. Eleverna kommer att fokusera på mod och hur det ansluter till delbegreppet sårbarhet när vi tar risker.

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



Har någonsin gjort det?

Eleverna kommer att introduceras till begreppen mod och sårbarhet och praktisera dessa begrepp genom att dela egenskaper som gör dem speciella och unika. (Se sidan 2 för lektionsdetaljer.)

Mini lektioner

För små grupper
15 minuter



Beskriv mod

Dela in klassen i små grupper om 4-6. Låt varje grupp använda ord för att skapa en tankebubbla som illustrerar hur mod ser ut. Uppmuntra dem att ta med exempel på sårbarhet också! Exempel är att stå upp för dig själv, använda vänliga ord inför hat, etc. Se nedanför en tanke bubbelmall om så önskas.

För partners
15 minuter



Återhämtar sig

Diskutera med en partner följande fråga och brainstorma 2-3 svar att dela med klassen: "Hur kan du "återhämta dig" när du är sårbar och reaktionen från andra är negativ eller sårande?"

För privatpersoner
15 minuter



Personlig identitetscirklar

Använd cirklar för att representera olika aspekter av det som gör dig unik, skapa en affisch för att illustrera olika delar av dig själv. Börja med att rita en stor cirkel i mitten av ditt papper med ditt namn i. Runt den här cirkeln lägger du till andra cirklar av olika storlekar som representerar aspekter av din identitet. Om en komponent är merviktigt, öka storleken på din cirkel. På samma sätt, om konceptet är mindre viktigt i ditt sinne, gör den cirkeln mindre.

Teknikfokuserad
15 minuter



Mod Emoji

Skaparde en emoji som representerar mod för dig. Det här behöver INTE vara ett ansikte. Använd din kreativitet och sårbarhet för att designa en verkligt personlig emoji som illustrerar vad mod betyder för dig. Förklara din emoji och resonemanget bakom den med resten av klassen om tiden tillåter.

Har någonsin gjort det?

Eleverna kommer att introduceras till begreppen mod och sårbarhet och praktisera dessa begrepp genom att dela egenskaper som gör dem speciella och unika.

Lektionens tidsram

30 minuter

Nödvändigt material

- ☐ Indexkort
- ☐ Pennor

Standardkarta

Den här lektionen överensstämmer med CASEL-kompetenser, nationella hälsoutbildningsstandarder, 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:

- Utforska sambandet mellan mod och sårbarhet
- Undersök hur mod ser ut i sina egna liv och hur man kan införliva en mängd olika modiga ögonblick framåt

Läraranslutning/Självvård

Välkommen till Courage Unit, årets sista enhet! Bra jobbat att arbeta igenom den här läroplanen med dina elever! Tänk på allt de har lärt sig och alla sätt du har sett dem visa respekt, omtanke, delaktighet, integritet och ansvar under hela året. Nu får du visa dem hur mod och vänlighet ser ut. Vilken kraftfull kombination! Vi kanske inte naturligt tänker på mod och vänlighet tillsammans, men i verkligheten är vänlighet den ultimata formen av mod. Det är modet att vara snäll mot oss själva och andra (särskilt om vi inte känner för det). Behöver du ett skott mod vid den här tiden på året? Blir det svårare att vara snäll och tålmodig?

Har du lagt till press för att få allt klart vid årets slut? Skulle det vara lättare att helt enkelt segla genom maj och in i juni? Kanske. Men var stark och ha mod; du kommer att klara det och det kommer dina elever också. Gå modigt in i de sista veckorna; håll ut ett extra mått av vänlighet till dina elever, särskilt de som verkligen har hängt med hela året. De behöver din styrka nu mer än någonsin. Var extra snäll mot dig själv också. Du gjorde det. Du gör det. Ännu ett år är nästan inne i böckerna och du är så mycket bättre för det. Tänk på allt du har gjort, lärt dig och upplevt. Lägg märke till hur det har förändrat dina undervisningsmetoder och tänkesätt. Hur är du en bättre lärare idag än du var i början av året? Det finns ingen som är mer modig i ditt klassrum än du. Omfamna det och gå modigt, vänligt vidare!

**Dela med sig**

3-5 minuter

Tänk tillbaka på en tid då du kunde använda mod i en av de nämnda situationerna. Dela ditt exempel med en granne. (Bjud in elevernas svar.) Alla dessa scenarier kräver ett stort mått av mod. Dessa mellanår är fulla av möjligheter att utöva mod när vi fortsätter att öka vår tid borta från våra familjer och utöka våra sociala kretsar till en större mängd människor som delar andra övertygelser och perspektiv än vi själva.



Inspirera

4-6 minuter

Vi har kommit fram till årets sista enhet: Mod! Nu när du har navigerat mellan skolan i nästan två hela år, har din dagliga erfarenhet av behovet av mod definitivt utökats! Många av er har funnit att ni använder mod när ni står upp för det ni tror på, hjälper andra som blir mobbade eller utestängda och till och med funnit styrkan att motstå frestelsen att delta i val som strider mot er egen övertygelse eller moraliska kod.

En komponent som många kämpar med under rubriken mod är begreppet sårbarhet. Även om fokus under mellanstadiet ofta är att ta reda på hur man "passar in", krävs det mod att vara villig att "sticka ut", eller att göra dig själv sårbar för vad andra kan tänka och säga. Sårbarhet är att visa världen dina sanna färger, vad som gör dig speciell och unik, även när det kanske inte matchar direkt med andra runt dig. Detta inkluderar både interna och externa komponenter hos dig själv. Din övertygelse, din moral, dina personliga beslut i en mängd olika situationer och till och med viljan att prova något när andra är motvilliga är alla olika aspekter av sårbarhet. Du är villig att ta risken att andra kan reagera negativt baserat på dina beslut, men du är modig nog att förbli sann mot dig, oavsett vad andra tycker eller säger!

Tänk på en tid då du stod upp för det du tror på, även om det inte var den populära åsikten. Hur kände det dig? Du tillät dig själv att vara sårbar. De flesta modiga handlingar kräver en viss grad av sårbarhet!



Bemyndiga

15 minuter

Förklara att klassen nu ska spela en gissningslek som heter Vem är jag? Att öva på både mod och sårbarhet när varje person lyfter fram tre positiva saker om sig själv.

Vägbeskrivning:

- Förklara att varje elev (och läraren!) kommer att få ett registerkort.
- På den raderade sidan av registerkortet kommer varje person att skriva 3 positiva saker om sig själv.
- Obs: Försök att beskriva dig själv med funktioner och egenskaper som är unika för dig MEN som inte heller är för uppenbara för resten av klassen! Nu har du chansen att utöva sårbarhet när du bestämmer vad du ska dela!
- Lämna ditt kort anonymt.
- När varje person har fyllt i sitt kort kommer de att förvandla det till läraren.
- Läraren kommer att läsa upp varje kort och låta klassen gissa vilken person de beskriver.
- Upprepa tills alla kort har lästs.



Reflektera

5-7 minuter

Styr en diskussion om hur det kändes att dela personliga saker med resten av klassen.

- Vilken aspekt av denna aktivitet var svårast?
- Hur visar det mod att vara sårbar?

Betona vikten av sårbarhet som ett underbegrepp eller "partner" med mod. Oavsett om du är den första att prova något, en frivillig för något okänt, eller personen som står upp för orättvisa, tillåter du dig själv att vara sårbar.

Den här veckan utmanar dig själv att ta dig ur din komfortzon på ett område av ditt liv. Ta en risk och använd mod för att göra dig själv lite sårbar när du står upp för något, provar något nytt eller arbetar som volontär inom ett nytt område. Varje handling av mod ger dig möjlighet att gå framåt och fortsätta att övervinna rädslor och utmana orättvisor.



klättrat på ett berg?



Brutit upp ett slagsmål?



Provat en exotisk eller okänd mat?



Talade inför en stor grupp människor (25+)?



Provat på en ny sport?



Tävlats i en akademisk tävling som vetenskapsmässan eller 4-H?



Ställt upp mot en mobbare?



Presenterat dig för en ny elev i skolan?