

包容性

本周，学生将从个人角度探讨包容性。虽然多年来他们被教导如何包容他人，但他们可能没有被教导如何包容自己，即使他们觉得事情对他们不公平或排他性。学生将确定他们在各种假设情况下的选择，将感觉排他性的事物转变为让他们感到强大、包容和包容的事物。

从整个课堂课程开始本单元，然后目标是在一周内与学生一起完成至少两门迷你课程。每节迷你课程都旨在以新颖且引人入胜的方式呈现主课的要素。

主要课程

全班课
30分钟



寻找你的声音

在本主要课程中，学生们讨论如何在包容性方面找到自己的声音。当他们感到被排斥时，他们如何为自己创造包容和幸福的机会？（参见页面3 了解课程详情。）

迷你课程

适合小团体
15分钟



你跟随谁的声音？

您关注哪些声音？他们是教练、老师、父母、名人、运动员和/或兄弟姐妹吗？当你面临抉择时，你会听到谁的声音？您觉得我们的社会能听到孩子们的声音吗？考虑参考那些往往有强烈声音的学生群体；学生会（如果适用于您的学校）可能是一个很好的例子。

这些声音如何鼓励你提高自己的声音？他们如何鼓励您让自己参与重要活动或让他人参与？

对于合作伙伴
15分钟



对我来说重要的是什么

与合作伙伴讨论您热衷的话题。您过去是如何针对这个问题发声的？如果你没有发出声音，你现在或将来怎么能发出声音？是什么（如果有的话）阻止您将自己纳入您关心的事情中？

对于个人
15分钟



包容性清单

当您感到被排斥时，您为自己创造新机会的可能性有多大？回想一下主要课程以及您对所呈现情况给出的一些答案。为自己设定 3-5 个目标，以发现并提高自己的声音，以便参与周围的生活，并给自己和他人包容的机会。确保你的目标是明智的：具体的、可衡量的（意思是，你将能够知道何时达到目标）、可实现的（你实际上可以做的事情）、与你现在的生活相关、有时间限制（有时间限制）。您希望实现目标的日期！。

以技术为中心
15分钟



利用技术提高您的声音

您使用哪些社交媒体平台或数字通信工具？你如何使用这些工具来表达自己的？您是否与他人分享您的想法、图片、成功和失败？你向世界发出什么样的声音？是一种包容、公平、仁慈吗？选择一个社交媒体平台（例如 SnapChat、Facebook、Instagram、文本或游戏设备），然后绘制或书写您通过该平台投射

的图像。反思一下这个形象是积极的、消极的还是中性的, 以及它是否真正代表了现实生活中的你。

寻找你的声音

在本主要课程中，学生们讨论如何在包容性方面找到自己的声音。当他们感到被排斥时，他们如何为自己创造包容和幸福的机会？

课程时间
30分钟

所需材料

- ❑ 如果您正在尝试后台频道聊天，查看课程中提供的链接，并确保至少有一小群将在后台讨论的学生有足够的计算机或设备；理想情况下，该小组将分为两个偶数组（实时讨论者和后台讨论者）。
- ❑ 如果您不尝试反向渠道，则不需要额外的材料。

标准地图

本课程符合 CASEL 能力、国家健康教育标准、国际教育技术协会标准（如果适用）以及共同核心州标准。请参阅[标准地图](#)了解更多信息。

课程目标

学生将：

- 从个人角度探讨包容性
- 找出创造自我包容机会的方法，同时也能包容他人

教师联系/自我照顾

教师面临着很大的压力：让学生通过州考试的压力，缩小成绩差距的压力，确保每个人都达到或高于年级水平的压力，以及成为最好的压力。有时我们感受到的压力是积极的，它推动我们进步，它挑战我们在工艺上成长，它激励我们尝试新事物。有时我们感受到的压力是负面的，它会让我们变得自我批评，引发自我怀疑，或者导致我们做出糟糕的选择。

当您感到压力时，请确定以下几点：

1. 您感受到的压力是积极的还是消极的？
2. 压力会让你成长或进步吗？
3. 压力会以一种让你感觉良好还是糟糕的方式挑战你吗？
4. 您感受到的压力是否会导致更大的包容性？

确定压力给您带来的感受或压力会将您引向何方，是了解如何应对的第一步。有时我们需要彻底拒绝压力，有时我们需要接受它的挑战。有时你可以重新定义消极的同伴压力，让它以积极的方式为你服务。无论如何，您可以控制自己的反应方式！



分享

5-7分钟

这是我们包容性单元的最后一周，您可能已经注意到，我们没有太多谈论走出去并让人们参与我们正在做的事情的具体策略。这是因为，到了七年级，你应该包括其他人，并且你知道我们可以做到这一点的典型方法：邀请某人和你一起吃午餐，但他并不总是有人坐在一起，或者与某人结对当你必须做合作伙伴的工作时，这是课堂上的新事物。您可以邀请所有人参加您的聚会，而不仅仅是少数人。我们已经知道如何将人员纳入其中。但是，如果我们对自己没有安全感，或者我们认为事情不公平，或者我们没有意识到并非每个人都拥有与我们相同的机会（或者也许我们假设除了我们之外每个人都有很好的机会），那么我们就不会能够很好地包容他人。

我们可能不觉得自己被包容，那么为什么要包容别人呢？



启发

15分钟

我们将通过研究如何对我们是谁以及我们要说的话更有信心来结束本单元。我们将努力寻找我们的声音。

开始吧与一个简短讨论被排除在外的感觉。（邀请学生回答。）

当你被排除在外时，你经常做什么？（邀请学生回答；有些人可能建议做自己的事情，举办自己的聚会等）



赋能

15分钟

今天，作为一个团队，让我们集思广益，讨论当我们感到被排斥时我们可以做的一些事情，这些事情可以帮助我们找到自己的声音，感受到或被更多地包容，并更具包容性。我将提供不同的情况，我们将首先讨论典型的响应，然后讨论更具包容性的响应。

（您可以通过几种不同的方式完成此活动。）

- 大型小组活动，在黑板上做笔记或进行口头讨论
- 先个人活动，再返回全组分享
- 小组讨论
- [乙确认频道聊天](#)（如果您可以使用计算机）。您可以使用核心讨论组来解决前几个问题，而秘密渠道组则聆听他们的想法并将其发布到课堂讨论论坛。如果您有 Google Classroom 或其他可容纳在线讨论的在线 LMS 平台，这种方法就很有效。还有[免费在线工具](#) 专为教育性反向渠道聊天而设计。利用反向渠道聊天可以让安静的学生参与进来，否则他们可能不会参与，也可以让学生倾听/观察并实时回应现场讨论。一两个问题后，让小组交换。

情况#1:

你没有进入你所尝试的球队。

典型响应:

包容性回应:

情况#2:

你没有被邀请参加很多孩子都会参加的生日聚会。

典型响应：
包容性回应：

情况#3：
你是新来的学校，还没有真正认识好朋友。

典型响应：
包容性回应：

情况#4：
你不擅长数学，但似乎其他人都擅长。周五有一场大考试让你感到焦虑。

典型响应：
包容性回应：

情况#5：
你觉得其他孩子比你拥有更好的衣服、鞋子、手机以及更好的东西。

典型响应：
包容性回应：



反映

5-7分钟

当我们感到被排斥时，我们都会有典型的反应，这通常会让我们感到悲伤，甚至比以前更加被排斥！但是，正如我们今天了解到的，我们有选择。我们可以选择首先更加包容自己，这样我们才能比别人更加包容。我们讨论了[插入针对您进行的课堂讨论的评论]。本周，当你处理不同的情况时，请考虑这些事情。首先，评估是否公平公正，然后记住您可以选择如何回应。如何才能包容他人并找到自己的声音？