

Ich glaube an Super-ICH!

In dieser Lektion lernen die Schüler die Mut-Einheit kennen, indem sie ihnen Zeit gibt, darüber nachzudenken, wie sie zunächst sich selbst Mut zeigen können. Die Lektion endet damit, dass die Schüler Ideen sammeln, wie sie im Sommer mutig zu sich selbst sein können, und dann eine Superheldenversion von sich selbst zeichnen, damit sie sich daran erinnern können, dass Mut und alle Einheitsthemen, die sie dieses Jahr studiert haben, wirklich Superkräfte sind!

Freundlichkeitskonzept(e)

Mut, Freundlichkeit

Zeitraumen der Unterrichtsstunde

45 Minuten

Benötigtes Material

- ☐ Handout „Ich glaube an Super Me“.
- ☐ Bleistifte, Buntstifte, Marker

Standards-Karte

Diese Lektion richtet sich nach den CASEL-Kompetenzen, den National Health Education Standards und den Common Core State Standards. Bitte wende dich an die Standards-Karte für mehr Informationen.



**VON CASEL BEZEICHNET
ALS EMPFOHLENES PROGRAMM
FÜR SOZIALE UND EMOTIONALE LERNEN.**
Einzelheiten finden Sie auf der letzten Seite.

Unterrichtsziel

Die Schüler werden:

- Besprechen Sie Möglichkeiten, Mut zu sich selbst zu zeigen.
- Identifizieren Sie Dinge, in denen sie gut sind oder die sie über sich selbst glauben.
- Identifizieren Sie Dinge, die sie tun können, um Mut zu zeigen.
- Identifizieren Sie Dinge, in denen sie besser werden möchten.
- Erschaffe einen personifizierten Superhelden, um sie an ihren Mut zu erinnern.

Lehrerverbindung/Selbstfürsorge

Viele Menschen verbinden den Begriff „Mut“ mit Stärke, dem Widerstand gegen Unterdrückung und dem Kampf für das Richtige. Während sich alle diese Definitionen tatsächlich auf verschiedene Arten von Mut beziehen, gibt es noch einen weiteren Schwerpunkt, der ebenso wertvoll ist: den Mut, mit Freundlichkeit zu reagieren. Diese Einheit konzentriert sich auf Freundlichkeit als eine Form mutigen Handelns. Ihre Fähigkeit, Freundlichkeit in Ihr tägliches Leben zu integrieren, ist das Mutigste, was Sie für sich tun können. Wenn sich Ihre Gedanken ändern, ändern sich auch Ihre Verhaltensweisen, was letztendlich auch zu einer positiven Veränderung bei Ihren Mitmenschen führt. Diese Freundlichkeitskettenreaktion beginnt bei Ihnen! Schreiben Sie diese Woche einen besonders freundlichen Gedanken über sich selbst auf und hängen Sie ihn an Ihren Badezimmerspiegel. Wiederholen Sie es jedes Mal laut, wenn Sie es lesen. Das mag sich zunächst unangenehm und unnötig anfühlen. Je öfter Sie jedoch freundliche Worte laut hören, desto wahrscheinlicher ist es, dass Sie sie verinnerlichen. Wie kannst du heute freundlich zu dir selbst sein?

Tipps für vielfältige Lernende

- Die Brainstorming-Listen könnten kleine Zeichnungen oder einfache Wörter für angehende Autoren sein.

RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®

- Fortgeschrittene oder Computer-Kenner können mit wenigen Klicks einen Superhelden erschaffen, der in der DC Comics: Super Hero Me!-Reihe heruntergeladen und ausgedruckt werden kann.
Webseite: <https://www.heroized.com/>



Aktie

5-7 Minuten

Bisher haben wir in diesem Jahr viel über Freundlichkeit und all die tollen, besonderen Dinge gesprochen, die wir tun, um anderen zu helfen und ihnen das Gefühl zu geben, etwas Besonderes zu sein. Das sind unsere Superkräfte der Freundlichkeit! Kann sich jemand an die Namen dieser Supermächte erinnern, über die wir dieses Jahr bisher gesprochen haben?

Respekt, Fürsorge, Inklusivität, Fairness, Ausdauer und Verantwortung

In welchen davon sind Sie Ihrer Meinung nach bisher ziemlich gut?

Bitten Sie die Schüler um Antworten.

Was möchten Sie auch im Sommer noch mehr üben, damit Sie im nächsten Jahr in der dritten Klasse bereit sind, diese Superkräfte in die Tat umzusetzen?

Bitten Sie die Schüler um Antworten



Inspirieren

7-10 Minuten

Was ist Mut?

In unserer letzten Einheit werden wir über eine Superkraft sprechen, die ALLE anderen Superkräfte nutzt: MUT. Was bedeutet Mut Ihrer Meinung nach?

Bitten Sie die Schüler um Antworten.

Ja. Mut bedeutet, dass Sie mutig sind, wenn Sie sich neuen oder schwierigen Umständen stellen. Manchmal bedeutet Mut, in der Pause freundlich zu jemandem zu sein und ihn einzubeziehen. Manchmal bedeutet es, die Verantwortung für etwas zu übernehmen, das man falsch gemacht hat. Manchmal bedeutet es, hart zu arbeiten, um etwas zu Ende zu bringen, das einem wirklich schwerfällt, und von dem man weiß, dass es einfacher wäre, einfach damit aufzuhören. Alles, was wir in diesem Jahr gelernt haben, zu tun, um freundlich, fürsorglich, inklusiv, fair, entschlossen und verantwortungsbewusst zu sein, erfordert Mut!

Diese Einheit konzentriert sich auf Mut, da er mit Freundlichkeit verbunden ist. Um freundlich zu sein, müssen wir mutig und bereit sein, etwas Neues oder Anderes mit uns selbst, anderen und sogar unseren Räumen (wie unserer Schule) auszuprobieren. Wenn wir den Mut haben, freundlich zu sein, fühlen wir uns besser und helfen auch anderen, sich besser zu fühlen!

Erklären Sie, dass es drei Möglichkeiten gibt, durch Freundlichkeit Mut zu zeigen:

Freundlichkeit zu sich selbst: Es mag albern klingen, aber es erfordert Mut, freundlich zu sich selbst zu sein. Die meisten von uns denken nicht darüber nach, wie wir mit uns selbst umgehen, aber Freundlichkeit beginnt tatsächlich bei den Dingen, die Sie zuerst zu sich selbst sagen und tun! Wenn Sie nicht freundlich zu sich selbst sein können, wie können Sie dann erwarten, freundlich zu anderen zu sein?

Freundlichkeit gegenüber anderen: Manchmal kann es sehr schwierig sein, andere freundlich zu behandeln. Sie können mutig sein und den Mut aufbringen, Ihre Worte und Taten in jeder Situation auf Freundlichkeit auszurichten. Auch wenn andere gemein sind, können Sie Mut durch Freundlichkeit zeigen. Sie werden überrascht sein, wie schnell sich andere verändern, wenn Sie sie mit Freundlichkeit überschütten!

Freundlichkeit gegenüber der Umwelt (Schule): Unsere Schule ist jeden Tag ein großartiger Ort zum Lernen. Warum? Weil jeder von uns seinen Teil dazu

RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®

beiträgt, dass es jeden Tag sicher, glücklich und einladend ist. Ihre mutige Entscheidung, Freundlichkeit in der Art und Weise zu zeigen, wie Sie sich um die Schule kümmern, indem Sie freundlich mit unseren Materialien umgehen, unseren Platz respektieren und auf dem Spielplatz sicher sind, sind alles Möglichkeiten, die dazu beitragen, unsere Schule zu der wunderbaren Lernumgebung zu machen, die wir heute haben!



Ermächtigen

15-20 Minuten

Wir beginnen mit der Idee, dass wir den Mut haben müssen, freundlich zu sein und an uns selbst zu glauben.

Was sind einige mutige oder mutige Dinge, die Sie für sich selbst getan haben? Hatten Sie jemals Angst, etwas zu tun oder auszuprobieren, aber Sie haben durchgehalten und es trotzdem getan oder versucht?

Bitten Sie die Schüler um Antworten.

Es erfordert viel Übung und harte Arbeit, mutige Dinge für uns selbst zu tun, an uns selbst zu glauben und uns dazu zu drängen, besser zu werden, etwas zu lernen oder das Richtige zu tun! Manchmal ist es einfach, einfach bequem und gleich zu bleiben. Aber wir sind besser als das! Die Welt braucht uns, damit wir unser Bestes geben und jeden Tag zu diesem Selbst heranwachsen. Manchmal müssen wir uns jedoch daran erinnern, deshalb entwerfen wir ein Poster, das Sie diesen Sommer in Ihrem Zimmer aufhängen können, um sich selbst daran zu erinnern, wie SUPER Sie sind!

Handzettel Ich glaube an Super-ICH!Blätter.

Auf Ihrem I Believe in Super ME! Ich möchte, dass Sie in dem weißen Raum um Ihren „Super-Ich“-Kreis herum ein Brainstorming zu diesen Themen durchführen. Die dort abgedruckten Themen können Sie einsehen:

Ich bin super, weil:

Ich möchte besser werden in:

Ich glaube, ich bin/kann:

Diesen Sommer werde ich Mut zeigen, indem ich:

Sobald Sie in jedem Abschnitt drei von vier Ideen aufgeschrieben haben, können Sie Ihr Super Me zeichnen, gestalten und ausmalen! Das solltest du als SUPERHELD sein, also zeichne, was auch immer deiner Meinung nach aussieht.

Es wäre gut, den Schülern ein Beispiel zu zeigen, das Sie hierfür gemacht haben.



Reflektieren

5 Minuten

Der Sommer kann lange dauern. Vielleicht machst du viele Dinge alleine oder bist in Vereinen oder beim Sport und siehst den ganzen Sommer über viele Leute. Denken Sie auf jeden Fall daran, an sich selbst zu glauben, sich selbst gegenüber freundlich zu sein und daran zu arbeiten, Ihr SUPERSTES Selbst zu werden! Dies erfordert Mut, Freundlichkeit, Beharrlichkeit, Verantwortung und Fürsorge. Üben Sie dies jeden Tag und wenn Sie eine Erinnerung daran brauchen, was an Ihnen bereits großartig ist, schauen Sie sich Ihr Poster an. Wenn Sie daran erinnert werden möchten, woran Sie arbeiten können, um vor

RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®

der dritten Klasse Mut und Freundlichkeit zu entwickeln, schauen Sie sich Ihr Poster an. Wenn Sie vergessen haben, diesen Sommer Mut zu zeigen, schauen Sie sich Ihr Poster an! Ihr seid alle super! Glaube es!



Erweiterungsideen

- Die Schüler können die Poster zu Hause an den Kühlschrank hängen, damit die Eltern ihnen helfen können, sie daran zu erinnern, wenn sie es vergessen oder Ermutigung brauchen.
- Nutzen Sie die Rückseite oder den zusätzlichen Platz auf der Vorderseite, um alle neuen Dinge aufzulisten, die Sie im Sommer ausprobieren oder lernen können, um Mut zu machen. Erstellen Sie eine Aufklebertabelle, die die Schüler jedes Mal ausfüllen können, wenn sie Mut zu sich selbst oder anderen zeigen.



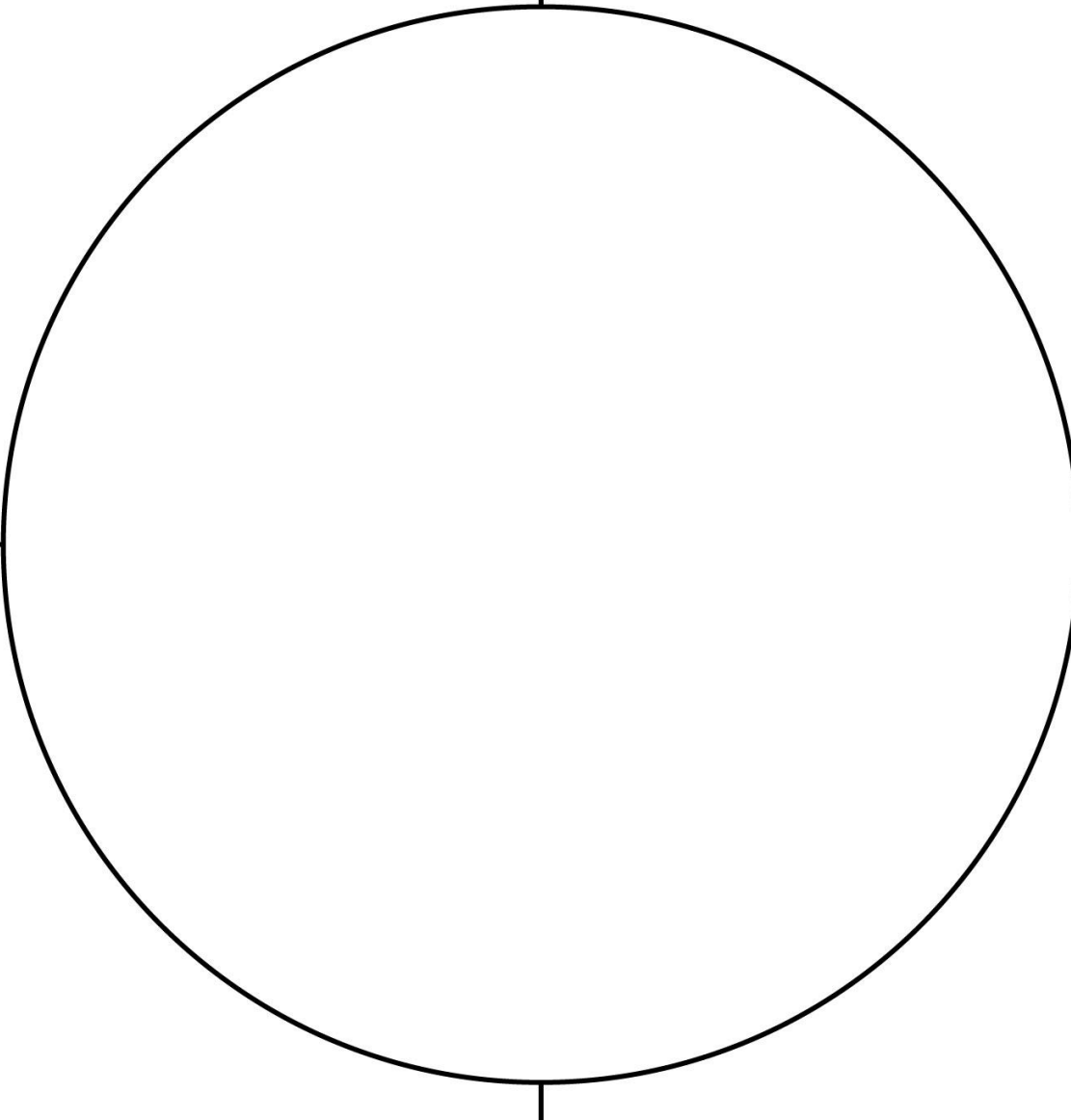
VON CASEL BEZEICHNET
ALS EMPFOHLENES
PROGRAMM FÜR SOZIALE
UND EMOTIONALE
LERNEN.

Die Zusammenarbeit für akademisches, soziales und emotionales Lernen (CASEL) überprüft seit 2003 evidenzbasierte SEL-Programme. Kindness in the Classroom® entspricht dem SElect-Programm von CASEL und ist im enthalten CASEL-Leitfaden für effektive soziale und emotionale Lernprogramme.

Kindness in the Classroom® erfüllte oder übertraf alle CASEL-Kriterien für hochwertige SEL-Programme. Kindness in the Classroom® erhielt die höchste Auszeichnung von CASEL für hochwertige SEL-Programme.

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

I BELIEVE IN SUPER ME!

| | |
|---|---------------------------------|
| I am super because: | I want to get better at: |
|  | |
| I believe I am / can: | I will show courage by: |

RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®

RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®