

# Coraggio

Questa è la terza settimana della nostra unità Courage. Gli studenti si concentreranno sul coraggio e su come usarlo per mostrare umiltà in situazioni che spesso ispirano orgoglio e arroganza.

Inizia l'unità con l'intera lezione di classe e poi mira a completare almeno due delle mini lezioni con i tuoi studenti durante la settimana. Ogni mini lezione è progettata per presentare elementi della lezione principale in modi nuovi e coinvolgenti.

## Lezione principale

**Lezione di tutta la classe**  
30 minuti



### Umiltà di classe

Gli studenti lavoreranno insieme per esaminare 15 umili affermazioni e sceglierne 3 su cui concentrarsi come classe. *(Vedere pagina 2 per i dettagli della lezione.)*

## Mini lezioni

**Per piccoli gruppi**  
15 minuti



### Atti umili

Dividi la classe in gruppi di 6-8 persone e fornisci a ciascuno uno scenario diverso (vedi sotto per la dispensa). Gli studenti devono creare un gioco di ruolo che illustri una risposta umile a una situazione difficile. Chiedi a ciascun gruppo di presentare alla classe il proprio gioco di ruolo, tempo permettendo.

**Per i partner**  
15 minuti



### Tombola dell'umiltà

Dividi la classe in coppie. Dai a ogni coppia un pezzo di carta bianca e chiedi loro di creare una cartella del bingo a 9 blocchi. Ogni quadrato deve contenere un esempio gentile di umiltà. Il quadrato centrale è un posto libero! Chiedi a ogni coppia di condividere la propria carta ad alta voce. Quante somiglianze ci sono tra le altre coppie?

**Per gli individui**  
15 minuti



### Osservazioni umili

Scrivi un paragrafo che illustri almeno un esempio di umiltà che hai osservato nella tua comunità nell'ultimo mese. Gli esempi includono edificare gli altri, il lavoro di servizio e la gentilezza di fronte alla rabbia. Assicurati di spiegare non solo ciò che hai osservato, ma anche le reazioni di coloro che li circondano.

**Incentrato sulla tecnologia**  
15 minuti



### Sfida umile

Crea un finto "post" condividendo un tuo risultato con i tuoi amici/familiari. Come puoi rimanere umile nel tuo post mentre condividi le tue buone notizie?

# Umiltà di classe

Gli studenti lavoreranno insieme per esaminare 15 umili affermazioni e sceglierne 3 su cui concentrarsi come classe.

**Orario della lezione**

30 minuti

**Materiali richiesti**

- ☐ Pannello dei poster
- ☐ Pennarelli

**Mappa degli standard**

Questa lezione è in linea con le competenze CASEL, gli standard di educazione sanitaria nazionale, gli standard dell'International Society for Technology in Education, se applicabili, e gli standard comuni di base dello stato. Si prega di fare riferimento al [Mappa degli standard](#) per maggiori informazioni.

**Obiettivo della lezione**

Gli studenti:

- Ottieni una comprensione più profonda della gentilezza e del coraggio richiesti per abbracciare l'umiltà in una varietà di situazioni.
- Esercitati a usare il coraggio e l'umiltà a scuola ea casa.

**Connessione insegnante / cura di sé**

A volte c'è un'idea sbagliata che gli insegnanti debbano essere esperti in tutte le cose. Senti la pressione di non commettere mai errori, di avere sempre le risposte, di avere sempre il "controllo"? Se è così, dimentica tutto questo. Proprio adesso. Basta lanciarlo. Non devi essere tutto per tutte le persone; non puoi esserlo. In realtà ci vuole più coraggio per ammettere quando non sappiamo tutto, quando non abbiamo il controllo totale e quando abbiamo bisogno di aiuto. Ricorda che sei umano e che il tuo compito di insegnante è in realtà quello di guidare, ispirare, facilitare, accendere e servire. Oggi, pensa a come guidi e fai guidare questo intero anno attraverso il servizio: servizio ai tuoi studenti, alla scuola, ai tuoi colleghi ea te stesso. Ci sono poche cose più coraggiose di così.

**Condividere**

3-4 minuti

Finora abbiamo esplorato il concetto di coraggio e come si connette con la vulnerabilità. Questa settimana introdurremo il concetto di umiltà e come ci vuole coraggio per essere umili nella nostra vita.

Cosa significa per te la parola umile? (Invita gli studenti a rispondere).

A cosa ti fa pensare il termine umiltà? (Invita gli studenti a rispondere).

**Ispirare**

4-6 minuti

Le persone spesso attribuiscono il concetto di umiltà in una luce negativa, collegandolo alla parola umiliazione. Un esempio potrebbe essere: "Sono stato umiliato quando i miei genitori mi hanno costretto a indossare quel brutto vestito in pubblico!" Tuttavia, l'umiltà in relazione all'atto di essere umili è in realtà un tratto caratteriale estremamente positivo e gentile che richiede molto coraggio per essere abbracciato.

L'umiltà è quando siamo modesti riguardo alle nostre capacità e siamo disposti a mettere il bene degli altri prima dei nostri desideri.

Cosa sembra questo? Pensa a un momento in cui hai ottenuto un punteggio molto alto in un test o hai vinto un premio o una partita importante: come hai reagito? Se reagisci con umiltà, ti concentri sull'azione e sul lavoro necessario per raggiungere il tuo obiettivo, piuttosto che su come hai fatto rispetto agli altri. Può essere molto allettante diventare orgogliosi dei propri risultati: guardami, guarda quanto sono bravo! Tuttavia, ci vuole coraggio per permettere che i riflettori siano puntati sulla tua squadra nel suo insieme o per ricordare agli altri che hai raggiunto il tuo obiettivo attraverso il duro lavoro e la perseveranza.



## Potenziare

15 minuti

Spiega che ora la classe esaminerà le affermazioni usate di frequente relative all'umiltà e creerà un elenco specifico per la classe di 3 argomenti su cui ci concentreremo durante tutto l'anno per aumentare la nostra umiltà. L'obiettivo di questa attività è esaminare alcuni concetti difficili e sottolineare il coraggio necessario per abbracciare l'umiltà, anche quando non lo è. Una scelta facile.

Passaggio 1: leggi ad alta voce le seguenti 10 affermazioni. Se possibile, distribuisci una copia di questa lista di controllo o proiettala sulla lavagna affinché tutti possano seguirla. Prenditi del tempo per spiegare ognuno di essi ed esplorarli come classe.

1. Parla il meno possibile di te stesso.
2. Tieniti occupato con i tuoi affari e non con quelli degli altri.
3. Evidenzia i risultati piuttosto che gli attributi personali.
4. Non interferire negli affari degli altri.
5. Accetta le piccole irritazioni con buon umore.
6. Non soffermarti sui difetti degli altri.
7. Sii cortese e delicato anche se provocato da qualcuno.
8. Non cercare di essere eccessivamente ammirato e amato.
9. Cedi a volte nelle discussioni anche quando hai ragione.
10. Scegli sempre il compito più difficile.

Passaggio 2: dopo aver letto e discusso ogni punto, vota su quali tre vorresti concentrarti come classe per il resto dell'anno.

Passaggio 3: Usando un cartellone, scrivi le 3 affermazioni e affiggle sulla porta affinché ogni studente possa leggerle mentre entrano in classe!



## Riflettere

5-7 minuti

Guida la classe in una discussione sull'umiltà.

- Cosa rende questo concetto così difficile?
- Come ci vuole coraggio per reindirizzare i riflettori su di te e sugli altri?
- Come ci vuole coraggio per permettere agli altri di brillare quando sei tentato di intervenire e prendere il sopravvento?

Se questo concetto sembra estremamente difficile, hai ragione! Molti, moltissimi adulti lottano con questo concetto e potresti persino incontrare altri nella tua vita che attribuiscono poco o nessun valore positivo a questo tratto. Tuttavia,

essere umili e gentili piuttosto che orgogliosi e arroganti può aiutare coloro che ti circondano a sentirsi meglio con se stessi e aumentare l'umore generale del tuo gruppo, della scuola e persino della comunità! Questa settimana, usa il coraggio per praticare l'umiltà in almeno una situazione. Potrebbe essere difficile all'inizio, ma la pratica rende perfetti.

# Scenari della lezione Atti umili

La tua squadra ha vinto il campionato statale. Hai segnato il gol della vittoria. Tutti si congratulano con te.

Come puoi rispondere con umiltà?

Hai ottenuto il 100% nel test di matematica di fine anno. La maggior parte della classe non ha superato il test. Le persone iniziano a chiamarti un genio e vogliono il tuo aiuto con i compiti di matematica.

Come puoi rispondere con umiltà?

Sei stato selezionato per recitare il ruolo principale nella recita scolastica di quest'anno. Molti dei tuoi amici non hanno avuto alcun ruolo.

Come puoi rispondere con umiltà?

Litighi con il tuo amico davanti all'intera mensa. Noti che le persone stanno iniziando a incoraggiarti a discutere di più.

Come puoi rispondere con umiltà?