

Moed

Dit is de eerste week van onze Courage-eenheid. Studenten zullen zich concentreren op moed en hoe dit verband houdt met het subconcept van kwetsbaarheid wanneer we risico's nemen.

Begin de module met de les voor de hele klas en streef er vervolgens naar om gedurende de week ten minste twee van de minilessen met uw leerlingen te volgen. Elke miniles is ontworpen om elementen van de hoofdles op nieuwe en boeiende manieren te presenteren.

Belangrijkste les

Hele klas les
30 minuten



Heb je ooit?

Studenten maken kennis met de concepten moed en kwetsbaarheid en onderzoeken hoe hun daden van moed in het verleden ook een zekere mate van kwetsbaarheid omvatten. (Zie pagina 2 voor lesdetails.)

Mini lessen

Voor kleine groepen
15 minuten



Moed voor mij

Verdeel de klas in groepjes van 4-6. Laat elke leerling iets inbrengen dat voor hen persoonlijk moed vertegenwoordigt. Elke student zal vertellen wat ze hebben meegebracht en uitleggen waarom ze hiervoor hebben gekozen.

Voor Partners
15 minuten



Vier Moedige Momenten

Verdeel in paren. Wat is het meest moedige dat je ooit hebt gedaan? Deel een moedig moment met je partner! Waarom was het zo moeilijk? Hoe heb je doorgedrukt?

Voor individuen
15 minuten



Angsten overwinnen

Kies iets waar je bang voor bent... wat is de eerste stap om het te overwinnen? Schrijf je onbevreesde doel op de ene kant van een indexkaart en de eerste stap om het te overwinnen op de achterkant. Lees het deze week dagelijks hardop!

Technologiegericht
15 minuten



Rode vlaggen voor cyberpesten

Leg het concept van cyberpesten uit aan de klas en hoe er moed voor nodig is om het op te nemen tegen pestkoppen, zelfs in een online setting. Verdeel de klas in paren en laat ze 5-10 rode vlaggen identificeren die aangeven dat er mogelijk sprake is van cyberpesten. Deel de lijsten met de groep als de tijd het toelaat. Brainstorm over manieren om cyberpesten te bestrijden wanneer dit wordt vermoed. (Stoppen, blokkeren, melden aan een volwassene, etc.)

Heb je ooit?

Studenten maken kennis met de concepten moed en kwetsbaarheid en onderzoeken hoe hun daden van moed in het verleden ook een zekere mate van kwetsbaarheid omvatten.

Tijdschema van de les
30 minuten

Benodigde materialen

- ❑ Projector of Smart Board om plaatjes aan de klas te laten zien (kan ze ook printen als het gebruik van technologie niet mogelijk is)

Normen kaart

Deze les sluit aan bij CASEL-competenties, National Health Education Standards, International Society for Technology in Education Standards, indien van toepassing, en Common Core State Standards. Raadpleeg de [Normen kaart](#) voor meer informatie.

Lesdoel

Studenten zullen:

- Ontdek het verband tussen moed en kwetsbaarheid.
- Onderzoek hoe moed eruitziet in hun eigen leven en hoe ze verschillende moedige momenten kunnen integreren om vooruit te komen.

Leraarverbinding / zelfzorg

Welkom bij de Courage Unit, de laatste unit van het jaar! Goed gedaan om dit curriculum met je studenten door te nemen! Denk na over alles wat ze hebben geleerd en alle manieren waarop je ze het hele jaar door respect, zorgzaamheid, inclusiviteit, integriteit en verantwoordelijkheid hebt zien tonen. Nu mag je ze laten zien hoe moed en vriendelijkheid eruit zien. Wat een krachtige combinatie! We denken van nature misschien niet samen aan moed en vriendelijkheid, maar in werkelijkheid is vriendelijkheid de ultieme vorm van moed. Het is de moed om aardig te zijn voor onszelf en voor anderen (vooral als we er geen zin in hebben). Heb je op dit moment in het jaar een dosis moed nodig? Wordt het steeds moeilijker om vriendelijk en geduldig te zijn?

Heb je extra druk om alles voor het einde van het jaar af te krijgen? Zou het gemakkelijker zijn om gewoon door mei en juni te varen? Misschien. Maar wees sterk en heb moed; jij gaat het halen en je leerlingen ook. Loop dapper de laatste weken in; schenk een extra mate van vriendelijkheid aan je studenten, vooral degenen die er het hele jaar echt hebben rondgehangen. Ze hebben je kracht nu meer dan ooit nodig. Wees ook extra lief voor jezelf. Je hebt het gehaald. Je doet het. Een nieuw jaar staat bijna in de boeken en je bent er zoveel beter voor. Denk na over alles wat je hebt gedaan, geleerd en ervaren. Let op hoe het uw manier van lesgeven en uw manier van denken heeft veranderd. Hoe ben je vandaag een betere leraar dan aan het begin van het jaar? Er is niemand moediger in je klas dan jij. Omarm het en ga moedig, vriendelijk verder!



Deel

3-4 minuten

We zijn aangekomen bij onze laatste unit van het jaar, Courage! Waar denk je aan als je aan dit woord denkt? (Nodig reacties van cursisten uit.)



Inspireren

4-6 minuten

We denken vaak aan moed in termen van kracht, dapperheid en onbevreesdheid. Dapper zijn en opkomen voor waar je in gelooft, getuigt zeker van moed. Maar er zijn andere manieren waarop we moedig kunnen zijn. Moed is bereid zijn om nieuwe dingen te proberen, voor jezelf en voor anderen op te komen en het goede te doen, zelfs als anderen je onder druk zetten om het verkeerde te doen. Soms betekent dit ook dat we de "vreemde eend in de bijt" moeten zijn, waardoor we kwetsbaar kunnen zijn door anders te zijn.

Kwetsbaarheid is de wereld laten zien wie je bent en iets proberen, zelfs als de uitkomst onzeker is. Dit betekent dat u bereid bent het risico te nemen dat anderen negatief reageren op uw beslissingen, maar dat u moedig genoeg bent om hoe dan ook bij uw keuze te blijven.

Denk aan een keer dat je iets nieuws probeerde of de eerste persoon in de groep was die zich vrijwillig aanmeldde voordat je alle details kende. Hoe voelde je je daarbij? Je hebt jezelf toegestaan kwetsbaar te zijn. De meeste moedige daden vereisen een zekere mate van kwetsbaarheid.



Machtigen

15 minuten

"Heb je ooit?" is de naam van een spel dat we gaan spelen in een poging om de verschillende manieren te onderzoeken waarop moed en kwetsbaarheid zijn ervaren door elke persoon in de klas.

Routebeschrijving:

- Leg uit dat je een reeks foto's gaat delen met verschillende voorbeelden van moed en kwetsbaarheid. Als de student het afgebeelde scenario heeft ervaren, zal hij opstaan. Als ze dat niet hebben, gaan ze zitten.
- Laat de leerlingen tussen elke foto weer gaan zitten.
- Herhaal dit tot je alle foto's hebt doorlopen.
- Leid een discussie over de verschillende soorten moed en niveaus van kwetsbaarheid die nodig zijn om elke afgebeelde activiteit te voltooien. Voorbeeld: Het beklimmen van een berg kan heel eng zijn omdat je kwetsbaar bent voor de gevaren die aanwezig zijn in het rotsachtige terrein. Spreken voor een grote groep mensen kan ook heel eng zijn omdat je kwetsbaar bent voor mogelijke negatieve reacties uit het publiek. Beide situaties vereisen moed en kwetsbaarheid, maar op heel verschillende manieren!



Reflecteer

5-7 minuten

Bekijk klassikaal de verschillende manieren waarop we in ons dagelijks leven moed kunnen tonen. Benadruk het belang van kwetsbaarheid als subconcept of 'partner' met moed. Of je nu de eerste bent die iets probeert, een vrijwilliger bent voor iets onbekends, of de persoon bent die opkomt voor onrecht, je staat jezelf toekwetsbaar zijn. Vier dit! Zonder kwetsbaarheid zou ware moed onmogelijk zijn!

Daag jezelf deze week uit om op een bepaald gebied van je leven uit je comfortzone te stappen. Neem een risico en gebruik moed om jezelf een beetje kwetsbaar op te stellen wanneer je ergens voor opkomt, iets nieuws probeert of vrijwilligerswerk doet op een nieuw gebied. Elke daad van moed stelt je in staat om vooruit te gaan en door te gaan met het overwinnen van angsten en het uitdagen van onrecht.



Een berg beklommen?



Een gevecht verbroken?



Exotisch of onbekend voedsel geprobeerd?



Voor een grote groep mensen (25+) gesproken?



Een nieuwe sport uitgeprobeerd?



Heb je meegedaan aan een academische competitie zoals de wetenschapsbeurs of 4-H?



Opgekomen tegen een pestkop?



Heb je jezelf voorgesteld aan een nieuwe leerling op school?