

Ми Боди Хабитат

Ова основна лекција у Јединици за одговорност фокусира се на самодисциплину и како одговорно деловање утиче пре свега на нас саме. У целој овој јединици ће бити актуелна тема која се фокусира на одговорно доношење одлука и самодисциплину на начин који показује одговорност према себи, другима и околини. Биће обрађени стандарди науке о животу и музике кроз студију станишта и утицај буке на животну средину. Свака лекција ће повући паралеле са одговорношћу, самодисциплином и, на крају, љубазношћу. Фокус ове прве лекције је доношење одговорних одлука о брзи о нашим физичким телима, умовима и срцима: нашим стаништима тела.

Концепт(и) љубазности

Одговорност, самодисциплина,
Станиште, љубазност

Временски оквир лекције

30-40 минута

Потребни материјали

- ☐ Лични материјал о станишту
- ☐ Пример материјала за наставника

Мапа стандарда

Ова лекција је у складу са ЦАСЕЛ компетенцијама, националним стандардима здравственог образовања и заједничким основним државним стандардима. Молимо погледајте на Мапа стандарда за више информација.



**ДЕСИГНЕД БИ ЦАСЕЛ
КАО ПРЕПОРУЧЕНИ ПРОГРАМ
ЗА СОЦИЈАЛНО И ЕМОЦИОНАЛНО УЧЕЊЕ.**
Погледајте последњу страницу за детаље.

Циљ лекције

Ученици ће:

- Истражите одговорне и неодговорне одлуке у вези са бригом о нашим телима и умовима.
- Идентификујте делове станишта тела (физичко тело, ум, срце) и процените начине да их очувате безбедним и здравим.
- Истражите како можемо да доносимо одговорне одлуке у вези са својим телима и умовима.

Веза са наставником/негу самога себе

Као наставник, одговорни сте за безбедност и образовање десетине деце. Како се припремате за школу сваки дан? Од сваког наставника се захтева да обезбеди неку врсту плана часова као доказ планирања. Ефикасно планирање иде много даље од овога. Одређивање јединице на основу броја часова наставе заједно са додељеним временским ограничењима може у потпуности променити оригиналну лекцију. Често наше планирање постаје све краће што дуже подучавамо. Међутим, сваке године добијамо потпуно нови скуп ученика. Ове недеље одвојите мало додатног времена да процените свој тренутни час. Које посебне потребе имају (и предности и слабости) које захтевају другачији приступ од претходних година? Ако је ово ваша прва година предавања, покушајте да своје ученике категоризујете по стилу учења, а не по академском нивоу. Можда ћете почети да цените сваког ученика мало више, што на крају доводи до тога да наставник одговара љубазношћу, а не фрустрацијом.

Савети за различите ученике

- Подесите *Персонал Хабитатион* материјал који одражава ученике са физичким ограничењима. Размислите о проналажењу

бесплатне штампане слике на мрежи особе у инвалидским колицима или било чега што најбоље представља ограничење. Можда ћете желети да прво разговарате са учеником да видите који *Персонал Хабитатион* материјал који би он/она волео да не може да хода не значи да нема ноге о којима треба да брине, итд.



Објави

3-5 минута

Данас ћемо покренути нашу Јединицу за одговорност. Током читаве лекције разговараћемо о томе да будемо одговорни према себи, према другима и према животној средини кроз дискусију о стаништима. Да ли неко зна шта је станиште?

Прилагодите ово питање у зависности од тога да ли сте већ разговарали о стаништима ове године или не. Позовите ученике да одговоре.

Тако је! Станиште је животни простор за људе, животиње и сваки живи организам, ма колико мали. Сви ми имамо станишта - нека имамо за себе, као што су можда наше спаваће собе - а нека делимо са другима, попут наше учионице.



Инспире

7-10 минута

идемо на разговор а мало о томе шта значи одговорност. Може ли нам неко дати добру дефиницију одговорности?

Позовите неколико ученика да добијете разне идеје.

Добро! Одговорност значи бити поуздан у обављању ствари које се од вас траже или очекују. То би могло значити да се ујутро спремимо за школу. Можда то значи бригу о кућном љубимцу. Можда то значи обављање послова по кући. Можда је то брига о нашим стварима, као што је старање о томе да радимо домаћи ноћу, да су наши капуты правилно окачени у нашем ормарићу и да су наши столови организовани. Свако има нешто за шта је одговоран. Сви зависимо од себе и од других да урадимо праву ствар, да урадимо оно што се тражи и очекује и да уради оно што је од помоћи. То је оно што чува наша станишта глатко! Најважнија ствар за коју сте одговорни сте ви!

Одвојите мало времена да размислите, упарите, поделите. Окрените се свом ближњем и разговарајте о стварима које сте одговорни да радите за себе – не за друге или за своју породицу – већ за себе, како бисте остали здрави и срећни у свом лично станиште вашег тела, ума и срца. Неки примери могу укључивати прање зуба како би зуби остали јаки; купање или туширање како би ваше тело остало чисто; радиш свој домаћи задатак да не заостајеш у школи, читаш књиге да развијеш свој ум, волонтираш да помогнеш како би твоје срце било бољејачи, или одлазак код лекара на редовне прегледе! Поделите неке од начина на које сте одговорни и водите рачуна о себи.

Позовите ученике да одговоре.

RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®

На много начина, наша тела, наша срца и наши умови су наши лична станишта. Ово су места на којима можете бити само ви. И знамо да наш лични успех зависи од здравља наших личних станишта, наших тела, ума и срца. Нико други не може да се брине о вашем телу, срцу и уму на исти начин као ви, тако да је важно да озбиљно схватимо одговорност бриге о себи!



Оснажити

15-20 минута

Сада ћемо завршити дијаграм тела који описује како се бринемо о свом личном станишту. Предајте Моје лично станиште радни листови.

Желим да размислите о ономе о чему смо до сада разговарали у нашим другим јединицама: поштовање, брига, инклузивност и интегритет. Размислите о кључним идејама које смо научили. Затим, у свом дијаграму тела, нацртајте или напишите о свим начинима на које доносите одговорне одлуке чувај своје лично станиште (ваше тело, ум и срце) здраво, безбедно и срећно.

Овде је моје лично станиште.

Важно је имати пример ове лекције како би ученицима било јасно шта да раде. Направите пример користећи доњи материјал да покажете својим ученицима ваше лично станиште.

Можете видети како... Објасните дијаграм и укажите на одговорне одлуке које доносите и на који део тела (или ума или срца) утичу.



Одразити

5 минута

Ако време дозвољава, нека ученици поделе своје цртеже са одељењем, било да користе ученике волонтере или да размисле, упаре, поделе.

Много је ствари за које смо одговорни свакодневно, а које нам помажу да останемо здрави, срећни, јаки и поуздани. Ако доносимо одлуке које нису одговорне или су немарне, ризикујемо своја лична станишта. Нека станишта се могу обновити ако се разбију, зар не? Ако је птичје гнездо уништено у олуји, она може да направи ново. Ако дабров дом однесе поплава, дабар га може реструктурирати. Понекад наша лична станишта буду повређена; сломимо уд, посечемо се, разболимо се. Срећом, имамо начина да нам помогну да поправимо и станиште нашег тела. Али, ако непажљиво доносимо одлуке, онда ризикујемо да нашкодимо нашим стаништима. На пример, можда не носимо кациге када возимо бицикл; можда не спавамо довољно или заборавимо да узмемо лекове као што би требало.) Велики је посао бити одговоран, али ми смо најбољи људи који брину о нашим личним стаништима. Радимо сваки дан да бисмо донели добре, здраве и одговорне изборе за наша тела, умове и срца.



Идеје за проширење

- Пошаљите дијаграме кући са ученицима и замолиите их да објасне својим родитељима/старатељима како су ученици одговорни за

RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®

станишта у свом телу. Затим, нека родитељи/старатељи укључе идеје о томе како могу помоћи свом ученику да брине о свом личном станишту. Примери могу укључити помагање са лековима, кување здраве хране, одвођење ученика на прегледе код лекара, обезбеђивање довољног вежбања, итд. Када заврше, ученици могу да донесу дијаграме назад у разред да их поделе са другима или поднесу за додатни кредит/признање.

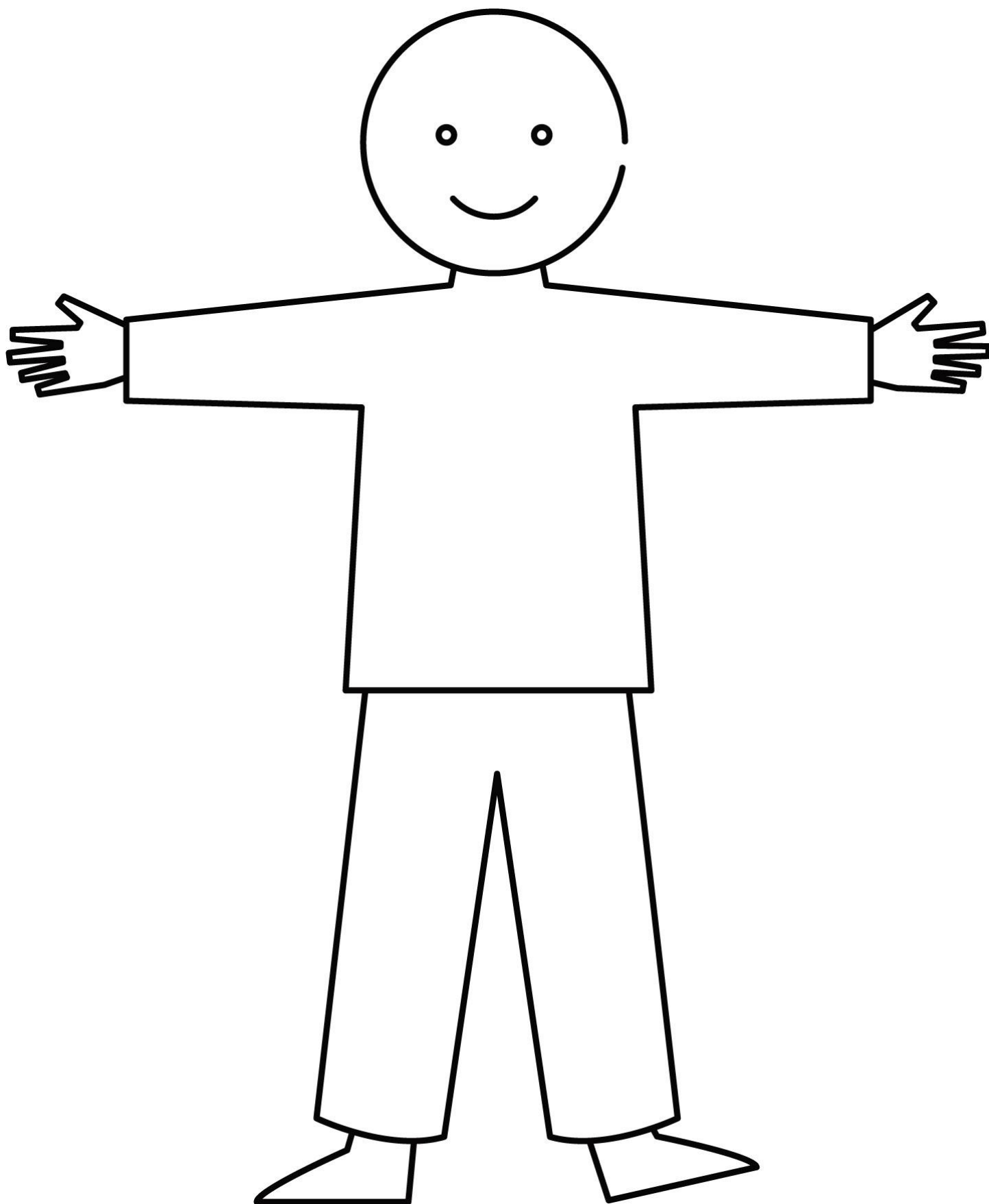


ДЕСИГНЕД БИ ЦАСЕЛ
КАО ПРЕПОРУЧЕНИ
ПРОГРАМ ЗА
СОЦИЈАЛНО И
ЕМОЦИОНАЛНО УЧЕЊЕ.

Сарадња за академско, социјално и емоционално учење (ЦАСЕЛ) прегледа СЕЛ програме засноване на доказима од 2003. Кинднесс ин тхе Цлассруом® испуњава ЦАСЕЛ-ов СЕЛЕкт програм и укључен је у ЦАСЕЛ Водич за ефикасне програме социјалног и емоционалног учења.

Љубазност у учионици® је испунила или премашила све критеријуме ЦАСЕЛ-а за висококвалитетно СЕЛ програмирање. Кинднесс ин тхе Цлассруом® је добио највишу ознаку ЦАСЕЛ-а за висококвалитетно СЕЛ програмирање.

[хттпс://цасел.орг/гуиде/кинднесс-ин-тхе-цлассруом/](https://casel.org/guide/kinness-in-the-classroom/)



RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®