

Интегритет кроз истрајност

Ова лекција упознаје ученике са јединицом Интегритет кроз коришћење видео записа „Пренеси даље“ који показују људе који истрају у тешким ситуацијама. Ученици ће анализирати интегритет кроз сочиво истрајности док посматрају и процењују тешке околности које ове особе у стварном животу превазилазе да би оствариле своје снове и живеле пуним животом.

Подконцепт(и) интегритета
Истрајност, љубазност

Временски оквир лекције
35-40 минута

Потребни материјали
☐ Рачунар или паметна табла
за приказивање видео записа

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:

- Анализирајте интегритет кроз сочиво истрајности.

Веза са наставником/негу самога себе

Следеће обећање се фокусира на то како да наставите са темом интегритета током дана, сваког дана. Обећање број 3 је: „Обећавам да ћу подучавати од звона до звона. Иако 5 минута ту и тамо за оцењивање, план лекције или ажурирање билтена не изгледа као много, то се додаје. Ове ученике имате само ограничено време сваког дана и сваки дан није загарантован. Живот се дешава; болест, одмори, транзиције и животне борбе одузимају вам време које проводите са тим учеником. Пет додатних минута дневно током вођеног читања могло би бити сасвим довољно да се тај читалац који се бори преко препреке! Пет минута сваког дана у току недеље даје још једну лекцију математике коју сте могли да укључите, импровизовани излет напоље за шетњу природом фокусирану на азбуку, или чак неко толико потребно време за читање наглас. Свако дете се рачуна; сваки минут се рачуна. Искористите своје време мудро да створите јаче везе са њима.

Савети за различите ученике

- Ако имате ученике са физичким ограничењима, ово би могла бити прилика за њих да поделе део свог искуства са својим друговима из разреда, ако им је удобно и вољни; ова лекција није о разлици у способностима, међутим, тако да није неопходно помињати било кога ко има разлику у способностима. То је једноставно прилика ако је таква прилика потребна или добродошла.



Објави

5-7 минута

У нашој јединици за интегритет, погледали смо шта значи имати интегритет кроз љубазност и поштење. Данас ћемо погледати шта значи имати интегритет кроз истрајност. Хајде да прво разговарамо о истрајности. Шта значи истрајност?

Позовите ученике да одговоре.

Добро! Хајде да поделимо неке примере времена када смо били суочени са изазовом или задатком који смо морали да завршимо, и морали смо да истрајемо кроз то. ја ћу почети.

Поделите пример нечега у чему сте истрајали; пример може бити кратак и не мора бити превише личан. Моделирајте тип одговора који тражите од ученика.



Инспире

10-15 минута

У складу са нашом досадашњом темом ове јединице, гледаћемо два инспиративна видео снимка двоје људи који су истрајали у изазовним околностима да постигну неке невероватне ствари.

Јеннифер Брицкер (1:30)

<https://passiton.com/инспирационал-сториес-тв-спотс/158-јен-брицкер>

Малори Вегеман (1:00)

<https://passiton.com/инспирационал-сториес-тв-спотс/159-маллори-вегеман>

Можете да направите паузу након сваког видео снимка да бисте причали о изазовима и подвизима истрајности или то можете учинити након што ученици виде оба видео записа. Транскрипти видео записа су доступни ако не можете да их покажете ученицима.

Питања за дискусију:

- Који су били физички изазови са којима су се Јен и Маллори суочиле?
- Који су били ментални и емоционални изазови са којима су се суочили?
- Како је Џен истрајала у својим изазовима?
- Она помиње „оснажени начин размишљања“; шта то значи?
- Мислите ли да је срећа избор?
- Како свака од ових жена показује интегритет?



Оснажити

15-20 минута

Објашњење начина размишљања раста

Неизбежно ћемо искусити изазове у нашим животима. И не морају да буду велики изазови. Можда су заиста мале, као да се боримо са проблемом из математике или се свађамо са пријатељем или не добијемо соло на часу музике иако смо то заиста желели. Оно што радимо са тим изазовима, било да одустанемо или истрајемо у њима, је оно што ће утицати на нашу способност да живимо са интегритетом. Започињање ствари које завршавамо је такође облик истрајности. Колико вас је нешто започело, а никада није завршило јер је постало претешко или превише досадно или није било добро планирано и понестало је времена? Знам да јесам!

Поделите пример ако можете и имате времена.

Пуметност истрајности је планирање унапред и придржавање нечега.

Човек по имену Томас Едисон изумео је сијалицу. Ево шта је рекао о том искуству: "Никад нисам погрешио када сам измислио сијалицу. То је једноставно био процес од 2.000 корака."

Шта мислите да овај цитат значи?

Позовите ученике да одговоре.

Ево у чему је ствар. Морамо да верујемо у моћ ЈОШ! Само зато што је сада нешто тешко или сада не постигнемо циљ, то не значи да се то неће догодити. То значи да се још увек није догодило. Баш као Едисон, ми не пропадамо; једноставно треба да наставимо. Неуспех и борба су заправо велики учитељи.

Морамо да развијемо оно што Јен Брицкер назива оснаженим начином размишљања или оно што други људи називају анапредно размишљање. Ово је место на шта се још увек редовно подсећамо. Да можемо нешто да урадимо или нешто научимо, а ако нам се то данас не дешава, то једноставно значи да се још није догодило. Морамо да наставимо. Ако одлучимо да не можемо да наставимо даље, да никада нећемо постићи своје циљеве или бити добри у нечему, заглавили смо. Наш ум је у ономе што људи називају фиксним начином размишљања. Још нисмо вољни или спремни да растемо. Ово може бити проблем јер још не можемо да стигнемо ако одбијемо да растемо.

Активност размишљања о расту

Да бисмо имали начин размишљања о оснажењу или расту, морамо да имамо речи које говоримо себи и које нам помажу да наставимо када ствари постану тешке.

Које ствари можемо да кажемо себи када се заглавимо или поправимо и верујемо да не можемо да успемо у нечему?

Позовите ученике да одговоре и напишите их на табли. Нацртајте Т-графикон са „Фиксним начином размишљања“ на једној страни и „Растним начином размишљања“ на другој. У оквиру Фиксни начин размишљања напишите шта ученици кажу, као што су: „Не могу то да урадим“, „Одустајем“, „Никада нећу бити добар у овоме“, „Нико ме не воли“ и „Ово је глупо.“

Наставак на следећој страници...

Сада, које су неке ствари које нам помажу да се осећамо оснаженим или способним да растемо и идемо даље?

Позовите ученике да одговоре и напишите их под Мишљење о расту. Идеје укључују: „Ја то могу“, „Ово је тешко, али ја сам вредан радник“, „Наставићу да се трудим“, „Могу да тражим помоћ“ и „Још нисам завршио“.

Видите ли разлику у овим фразама? Које фразе најчешће изговарате себи? Фиксне фразе или фразе раста? Које фразе чине да се осећате боље?

Да завршим ову лекцију, желим да напишете или нацртате својчасописи (или на парчету папира) о нечему овде у школи што ти је тешко. Ово може бити предмет, задатак или веза; то може бити било шта што вам је тешко. Затим желим да запишете што више фраза о начину размишљања о расту, најмање три, које изговорите или помислите када сте у тој ситуацији. Онда, када се заиста поново нађете у тој ситуацији, желим да се сетите шта сте написали и да поновите те фразе у себи или чак да их изговорите наглас.



Одразити

5 минута

Позовите неколико студената волонтера да поделе оно што су написали.

Ове недеље ћу слушати ваше фразе о начину размишљања о расту. Кад год се борите са нечим и желите да одустанете или осећате да кривите себе или верујете да не можете да успете, желим да видим да промените тај став. То не значи да ће задатак аутоматски бити лакши; то само значи да је већа вероватноћа да ћете успети. Коришћење позитивног самоговора је веома моћно; не поправљајте свој начин размишљања ове недеље. Увек га подсећајте да расте!



Идеје за проширење

- Ученици би могли да креирају постере о менталном развоју како би ове фразе биле видљивије у целој соби или код куће у својим спаваћим собама или породичној соби.
- Позовите ученике да почну да вежбају свој језик размишљања о расту и/или „још“ када су код куће са породицом. Нека извештавају о свом искуству на јутарњем састанку.
- Прочитајте или нека ученици прочитају Вилма Унлимитед (Дигитална прича овде: https://www.иоутубе.цом/ватцх?v=Уху_vуИсмцА) и разговарајте о Вилмином начину размишљања о расту. Ово би

RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®

такође могло бити повезано са истраживачким задатком; студенти могу да истражују Вилму Рудолф, дечију парализу, живот Афроамериканаца током 1940-их, Џима Кроуа и сегрегацију, или летње олимпијске игре 1956. и 1960. у којима је Вилма учествовала и на крају освојила злато у трци на 100 метара и освојила медаље у другим дисциплинама. Постоји много могућности за међупредметне студије, посебно у друштвеним студијама, са овим кратким делом публицистике.



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/kindness-in-the-classroom/)