

# Ακεραιότητα Μονάδα

Αυτός ο Χάρτης Προτύπων συνοψίζει καθένα από τα πρότυπα που πληρούνται από όλα τα μαθήματα αυτής της ενότητας. **Ολα Η ευγένεια στην τάξη®** Τα σχέδια μαθημάτων έχουν χαρτογραφηθεί στα πέντε CASEL Core Social Emotional Learning Competencies (SEL), των Κέντρων Ελέγχου και Πρόληψης Νοσημάτων Εθνικά Πρότυπα Αγωγής Υγείας (NHES), και το έθνος Κοινά βασικά κρατικά πρότυπα για την Αγγλική Γλώσσα Τέχνες & Γραμματισμό και Μαθηματικά. Αξιοποίηση και υιοθέτηση του Τα εθνικά πρότυπα και οι αρμοδιότητες διαφέρουν ανάλογα με το κράτος. Οι δάσκαλοι μπορούν να χρησιμοποιήσουν αυτόν τον πόρο για να ευθυγραμμίσουν τα δικά τους κρατικά πρότυπα με κάθε μάθημα.

## Μάθημα 1: Ακεραιότητα μέσω καλοσύνης

### ΚΑΣΕΛ

#### Αυτογνωσία

Ακριβής αυτοαντίληψη  
Αναγνώριση δυνατών σημείων  
Αυτοπεποίθηση

#### Αυτοδιαχείριση

Έλεγχος παρορμήσεων  
Αυτοπειθαρχία  
Αυτοκίνητρο

#### Κοινωνική ευαισθητοποίηση

λήψη προοπτικής  
Ενσυναίσθηση  
Εκτιμώντας τη διαφορετικότητα  
Σεβασμός στους άλλους

#### Δεξιότητες σχέσεων

Επικοινωνία  
Κοινωνική δέσμευση  
Οικοδόμηση σχέσεων  
ΟΜΑΔΙΚΗ ΔΟΥΛΕΙΑ

#### Υπεύθυνη λήψη

αποφάσεων  
Αναλύοντας καταστάσεις  
Αξιολογώντας  
Αντανακλαστικός  
Ηθική ευθύνη

### NHES

#### Πρότυπο 1. Κατανόηση εννοιών

1.5.2 - Προσδιορίστε παραδείγματα συναισθηματικής, πνευματικής, σωματικής και κοινωνικής υγείας.  
1.5.3 - Περιγράψτε τρόπους με τους οποίους ασφαλή και υγιή σχολικά και κοινοτικά περιβάλλοντα μπορούν να προάγουν την προσωπική υγεία.

#### Πρότυπο 2. Ανάλυση επιρροών

2.5.3 - Προσδιορίστε πώς οι συνομήλικοί μπορούν να επηρεάσουν υγιείς και ανθυγιεινές συμπεριφορές.

#### Πρότυπο 5. Λήψη αποφάσεων

5.5.1 - Προσδιορίστε καταστάσεις που σχετίζονται με την υγεία που μπορεί να απαιτούν μια προσεκτική απόφαση.

### Κοινό πυρήνα

#### Πρότυπα Τεχνών Αγγλικής Γλώσσας

##### Ανάγνωση: Ενημερωτικό Κείμενο

##### Βασικές ιδέες και λεπτομέρειες:

CCSS.ELA-LITERACY.RI.4.1

Ανατρέξτε σε λεπτομέρειες και παραδείγματα σε ένα κείμενο όταν εξηγείτε τι λέει ρητά το κείμενο και όταν εξάγετε συμπεράσματα από το κείμενο.

CCSS.ELA-LITERACY.RI.4.3

Εξηγήστε γεγονότα, διαδικασίες, ιδέες ή έννοιες σε ένα ιστορικό, επιστημονικό ή τεχνικό κείμενο, συμπεριλαμβανομένου του τι συνέβη και γιατί, με βάση συγκεκριμένες πληροφορίες στο κείμενο.

##### Ενσωμάτωση γνώσης και ιδεών:

CCSS.ELA-LITERACY.RI.4.7

Ερμηνεύστε πληροφορίες που παρουσιάζονται οπτικά, προφορικά ή ποσοτικά (π.χ. σε γραφήματα, γραφήματα, διαγράμματα, χρονικές γραμμές, κινούμενα σχέδια ή διαδραστικά στοιχεία σε ιστοσελίδες) και εξηγείτε πώς οι πληροφορίες συμβάλλουν στην κατανόηση του κειμένου στο οποίο εμφανίζονται.

##### Ανάγνωση: Θεμελιώδεις Δεξιότητες

##### Φωνική και Αναγνώριση Λέξεων:

CCSS.ELA-LITERACY.RF.4.3

Γνωρίστε και εφαρμόστε δεξιότητες φωνητικής και ανάλυσης λέξεων σε επίπεδο βαθμού στην αποκωδικοποίηση λέξεων.

##### Ευφράδεια:

CCSS.ELA-LITERACY.RF.4.4

Διαβάστε με αρκετή ακρίβεια και ευχέρεια για να υποστηρίξετε την κατανόηση.

CCSS.ELA-LITERACY.RF.4.4.C

Χρησιμοποιήστε τα συμφραζόμενα για να επιβεβαιώσετε ή να διορθώσετε μόνοι σας την αναγνώριση και την κατανόηση των λέξεων, επαναδιαβάζοντάς το εάν χρειάζεται.

#### Γραφή

##### Τύποι και σκοποί κειμένου:

CCSS.ELA-LITERACY.W.4.2

Γράψτε ενημερωτικά/επεξηγηματικά κείμενα για να εξετάσετε ένα θέμα και να μεταφέρετε ιδέες και πληροφορίες με σαφήνεια.

CCSS.ELA-LITERACY.W.4.2.B

Αναπτύξτε το θέμα με γεγονότα, ορισμούς, συγκεκριμένες λεπτομέρειες, αποσπάσματα ή άλλες πληροφορίες και παραδείγματα που σχετίζονται με το θέμα.

CCSS.ELA-LITERACY.W.4.2.D

Χρησιμοποιήστε ακριβή γλώσσα και λεξιλόγιο για συγκεκριμένο τομέα για να ενημερώσετε ή να εξηγήσετε το θέμα.

**Παραγωγή και διανομή συγγραφής:**

CCSS.ELA-LITERACY.W.4.4

Δημιουργήστε σαφή και συνεκτική γραφή στην οποία η ανάπτυξη και η οργάνωση είναι κατάλληλες για το έργο, το σκοπό και το κοινό.

**Έρευνα για την οικοδόμηση και παρουσίαση της γνώσης:**

CCSS.ELA-LITERACY.W.4.9

Σχεδιάστε στοιχεία από λογοτεχνικά ή πληροφοριακά κείμενα για να υποστηρίξετε την ανάλυση, τον προβληματισμό και την έρευνα.

CCSS.ELA-LITERACY.W.4.9.A

Ισχύουν *4η τάξη Πρότυπα ανάγνωσης* στη λογοτεχνία (π.χ. "Περιγράψτε σε βάθος έναν χαρακτήρα, ένα σκηνικό ή ένα γεγονός σε μια ιστορία ή ένα δράμα, βασιζόμενοι σε συγκεκριμένες λεπτομέρειες του κειμένου [π.χ. σκέψεις, λόγια ή πράξεις ενός χαρακτήρα]").

**Ομιλία & Ακρόαση**

**Κατανόηση και Συνεργασία:**

CCSS.ELA-LITERACY.SL.4.1

Συμμετέχετε αποτελεσματικά σε μια σειρά από ομαδικές συζητήσεις (ένας προς έναν, σε ομάδες και υπό την καθοδήγηση του δασκάλου) με διαφορετικούς συνεργάτες για θέματα και κείμενα της τάξης 4, βασιζόμενοι στις ιδέες των άλλων και εκφράζοντας τις δικές τους ξεκάθαρα.

CCSS.ELA-LITERACY.SL.4.1.B

Ακολουθήστε τους συμφωνημένους κανόνες για συζητήσεις και εκτελέστε τους ρόλους που σας έχουν ανατεθεί.

CCSS.ELA-LITERACY.SL.4.1.C

Θέστε και απαντήστε σε συγκεκριμένες ερωτήσεις για διευκρίνιση ή παρακολούθηση πληροφοριών και κάντε σχόλια που συμβάλλουν στη συζήτηση και συνδέονται με τις παρατηρήσεις άλλων.

CCSS.ELA-LITERACY.SL.4.1.D

Εξετάστε τις βασικές ιδέες που εκφράστηκαν και εξηγήστε τις δικές τους ιδέες και την κατανόηση υπό το φως της συζήτησης.

CCSS.ELA-LITERACY.SL.4.2

Παράφρασε τμήματα ενός κειμένου που διαβάζεται δυνατά ή πληροφορίες που παρουσιάζονται σε διάφορα μέσα και μορφές, συμπεριλαμβανομένων οπτικά, ποσοτικά και προφορικά.

**Παρουσίαση Γνώσεων και Ιδεών:**

CCSS.ELA-LITERACY.SL.4.4

Αναφέρετε ένα θέμα ή κείμενο, αφηγηθείτε μια ιστορία ή αφηγηθείτε μια εμπειρία με οργανωμένο τρόπο, χρησιμοποιώντας κατάλληλα γεγονότα και σχετικές, περιγραφικές λεπτομέρειες για να υποστηρίξετε κύριες ιδέες ή θέματα. μιλήστε καθαρά με κατανοητό ρυθμό.

**Γλώσσα**

**Συμβάσεις Τυπικής Αγγλικής:**

CCSS.ELA-LITERACY.L.4.1

Δείξτε γνώση των συμβάσεων της τυπικής αγγλικής γραμματικής και χρήσης κατά τη σύνταξη ή την ομιλία.

CCSS.ELA-LITERACY.L.4.1.F

Δημιουργήστε πλήρεις προτάσεις, αναγνωρίζοντας και διορθώνοντας ακατάλληλα θραύσματα και τρεξίματα.

CCSS.ELA-LITERACY.L.4.1.G

Χρησιμοποιήστε σωστά λέξεις που συχνά συγχέονται (π.χ., επίσης, δύο, εκεί, τους).

CCSS.ELA-LITERACY.L.4.2

Δείξτε γνώση των συμβάσεων της τυπικής αγγλικής κεφαλοποίησης, στίξης και ορθογραφίας όταν γράφετε.

CCSS.ELA-LITERACY.L.4.2.A

Χρησιμοποιήστε σωστή χρήση κεφαλαίων.

CCSS.ELA-LITERACY.L.4.2.C

Χρησιμοποιήστε κόμμα πριν από έναν συντονιστικό σύνδεσμο σε μια σύνθετη πρόταση.

CCSS.ELA-LITERACY.L.4.2.D

Να γράψετε σωστά τις λέξεις που ταιριάζουν με τον βαθμό, συμβουλευτείτε τις αναφορές όπως απαιτείται.

#### **Γνώση Γλώσσας:**

CCSS.ELA-LITERACY.L.4.3

Χρησιμοποιήστε τη γνώση της γλώσσας και των συμβάσεων της όταν γράφετε, μιλάτε, διαβάζετε ή ακούτε.

CCSS.ELA-LITERACY.L.4.3.A

Επιλέξτε λέξεις και φράσεις για να μεταφέρετε ιδέες με ακρίβεια.

CCSS.ELA-LITERACY.L.4.3.B

Επιλέξτε σημεία στίξης για εφέ.

CCSS.ELA-LITERACY.L.4.3.C

Διακρίνετε τα περιβάλλοντα που απαιτούν επίσημα αγγλικά (π.χ. παρουσίαση ιδεών) και τις καταστάσεις όπου ο άτυπος λόγος είναι κατάλληλος (π.χ. συζήτηση σε μικρές ομάδες).

#### **Απόκτηση και χρήση λεξιλογίου:**

CCSS.ELA-LITERACY.L.4.4.A

Χρησιμοποιήστε το πλαίσιο (π.χ. ορισμούς, παραδείγματα ή επαναδιατυπώσεις σε κείμενο) ως ένδειξη για τη σημασία μιας λέξης ή μιας φράσης.

## Μάθημα 2: Ακεραιότητα μέσω της ειλικρίνειας

### ΚΑΣΕΛ

### NHES

### Κοινό πυρήνα

#### **Αυτογνωσία**

Ακριβής αυτοαντίληψη  
Αναγνώριση δυνατών σημείων  
Αυτοπεποίθηση

#### **Αυτοδιαχείριση**

Έλεγχος παρορμήσεων  
Διαχείριση άγχους  
Αυτοπειθαρχία  
Αυτοκίνητρο

#### **Κοινωνική ευαισθητοποίηση**

λήψη προοπτικής  
Σεβασμός στους άλλους

#### **Δεξιότητες σχέσεων**

Επικοινωνία  
Κοινωνική δέσμευση  
Οικοδόμηση σχέσεων

#### **Υπεύθυνη λήψη αποφάσεων**

Εντοπισμός προβλημάτων  
Αναλύοντας καταστάσεις  
Λύνοντας προβλήματα  
Αξιολογώντας  
Αντανακλαστικός  
Ηθική ευθύνη

#### **Πρότυπο 1. Κατανόηση εννοιών**

1.5.2 - Προσδιορίστε παραδείγματα συναισθηματικής, πνευματικής, σωματικής και κοινωνικής υγείας.

1.5.3 - Περιγράψτε τρόπους με τους οποίους ασφαλή και υγιή σχολικά και κοινοτικά περιβάλλοντα μπορούν να προάγουν την προσωπική υγεία.

#### **Πρότυπο 2. Ανάλυση επιρροών**

2.5.1 - Περιγράψτε πώς η οικογένεια επηρεάζει τις πρακτικές και συμπεριφορές προσωπικής υγείας.

2.5.2 - Προσδιορισμός της επιρροής του πολιτισμού στις πρακτικές και συμπεριφορές υγείας.

2.5.3 - Προσδιορίστε πώς οι συνομήλικοι μπορούν να επηρεάσουν υγιείς και ανθυγιεινές συμπεριφορές.

#### **Πρότυπο 5. Λήψη αποφάσεων**

5.5.1 - Προσδιορίστε καταστάσεις που σχετίζονται με την υγεία που μπορεί να απαιτούν μια προσεκτική απόφαση.

5.5.4 - Προβλέψτε τα πιθανά αποτελέσματα κάθε επιλογής όταν λαμβάνετε μια απόφαση που σχετίζεται με την υγεία.

5.5.5 - Επιλέξτε μια υγιή επιλογή όταν παίρνετε μια απόφαση.

5.5.6 - Περιγράψτε τα αποτελέσματα μιας απόφασης που σχετίζεται με την υγεία.

#### **Πρότυπα Τεχνών Αγγλικής Γλώσσας**

##### **Ανάγνωση: Ενημερωτικό Κείμενο**

##### **Βασικές ιδέες και λεπτομέρειες:**

CCSS.ELA-LITERACY.RI.4.1

Ανατρέξτε σε λεπτομέρειες και παραδείγματα σε ένα κείμενο όταν εξηγήτε τι λέει ρητά το κείμενο και όταν εξάγετε συμπεράσματα από το κείμενο.

CCSS.ELA-LITERACY.RI.4.3

Εξηγήστε γεγονότα, διαδικασίες, ιδέες ή έννοιες σε ένα ιστορικό, επιστημονικό ή τεχνικό κείμενο, συμπεριλαμβανομένου του τι συνέβη και γιατί, με βάση συγκεκριμένες πληροφορίες στο κείμενο.

##### **Ενσωμάτωση γνώσης και ιδεών:**

CCSS.ELA-LITERACY.RI.4.7

Ερμηνεύστε πληροφορίες που παρουσιάζονται οπτικά, προφορικά ή ποσοτικά (π.χ. σε γραφήματα, γραφήματα, διαγράμματα, χρονικές γραμμές, κινούμενα σχέδια ή διαδραστικά στοιχεία σε ιστοσελίδες) και εξηγήστε πώς οι πληροφορίες συμβάλλουν στην κατανόηση του κειμένου στο οποίο εμφανίζονται.

##### **Ανάγνωση: Θεμελιώδεις Δεξιότητες**

##### **Φωνική και Αναγνώριση Λέξεων:**

CCSS.ELA-LITERACY.RF.4.3

Γνωρίστε και εφαρμόστε δεξιότητες φωνητικής και ανάλυσης λέξεων σε επίπεδο βαθμού στην αποκωδικοποίηση λέξεων.

##### **Ευφράδια:**

CCSS.ELA-LITERACY.RF.4.4

Διαβάστε με αρκετή ακρίβεια και ευχέρεια για να υποστηρίξετε την κατανόηση.

CCSS.ELA-LITERACY.RF.4.4.C

Χρησιμοποιήστε τα συμφραζόμενα για να επιβεβαιώσετε ή να διορθώσετε μόνοι σας την αναγνώριση και την κατανόηση των λέξεων, επαναδιαβάζοντάς το εάν χρειάζεται.

##### **Γραφή**

##### **Τύποι και σκοποί κειμένου:**

CCSS.ELA-LITERACY.W.4.1

Γράψτε απόψεις για θέματα ή κείμενα, υποστηρίζοντας μια άποψη με λόγους και πληροφορίες.

CCSS.ELA-LITERACY.W.4.1.A

Εισαγάγετε ένα θέμα ή κείμενο ξεκάθαρα, εκφράστε μια γνώμη και

## **Πρότυπο 7. Εξάσκηση υγιεινών συμπεριφορών**

7.5.1 - Προσδιορίστε υπεύθυνες συμπεριφορές προσωπικής υγείας.

7.5.2 - Επιδείξτε μια ποικιλία υγιεινών πρακτικών και συμπεριφορών για τη διατήρηση ή τη βελτίωση της προσωπικής υγείας.

7.5.3 - Επιδείξτε μια ποικιλία συμπεριφορών για να αποφύγετε ή να μειώσετε τους κινδύνους για την υγεία.

δημιουργήστε μια οργανωτική δομή στην οποία οι σχετικές ιδέες ομαδοποιούνται για να υποστηρίξουν το σκοπό του συγγραφέα.

### **Παραγωγή και διανομή συγγραφής:**

CCSS.ELA-ΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ.W.4.4

Δημιουργήστε σαφή και συνεκτική γραφή στην οποία η ανάπτυξη και η οργάνωση είναι κατάλληλες για το έργο, το σκοπό και το κοινό.

### **Έρευνα για την οικοδόμηση και παρουσίαση της γνώσης:**

CCSS.ELA-ΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ.W.4.9

Σχεδιάστε στοιχεία από λογοτεχνικά ή πληροφοριακά κείμενα για να υποστηρίξετε την ανάλυση, τον προβληματισμό και την έρευνα.

### **Ομιλία & Ακρόαση**

#### **Κατανόηση και Συνεργασία:**

CCSS.ELA-ΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ.SL.4.1

Συμμετέχετε αποτελεσματικά σε μια σειρά από ομαδικές συζητήσεις (ένας προς έναν, σε ομάδες και υπό την καθοδήγηση του δασκάλου) με διαφορετικούς συνεργάτες για θέματα και κείμενα της τάξης 4, βασιζόμενοι στις ιδέες των άλλων και εκφράζοντας τις δικές τους ξεκάθαρα.

CCSS.ELA-ΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ.SL.4.1.B

Ακολουθήστε τους συμφωνημένους κανόνες για συζητήσεις και εκτελέστε τους ρόλους που σας έχουν ανατεθεί.

CCSS.ELA-ΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ.SL.4.1.C

Θέστε και απαντήστε σε συγκεκριμένες ερωτήσεις για διευκρίνιση ή παρακολούθηση πληροφοριών και κάντε σχόλια που συμβάλλουν στη συζήτηση και συνδέονται με τις παρατηρήσεις άλλων.

CCSS.ELA-ΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ.SL.4.1.D

Εξετάστε τις βασικές ιδέες που εκφράστηκαν και εξηγήστε τις δικές τους ιδέες και την κατανόηση υπό το φως της συζήτησης.

CCSS.ELA-ΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ.SL.4.2

Παράφρασε τμήματα ενός κειμένου που διαβάζεται δυνατά ή πληροφορίες που παρουσιάζονται σε διάφορα μέσα και μορφές, συμπεριλαμβανομένων οπτικά, ποσοτικά και προφορικά.

#### **Παρουσίαση Γνώσεων και Ιδεών:**

CCSS.ELA-ΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ.SL.4.4

Αναφέρετε ένα θέμα ή κείμενο, αφηγηθείτε μια ιστορία ή αφηγηθείτε μια εμπειρία με οργανωμένο τρόπο, χρησιμοποιώντας κατάλληλα γεγονότα και σχετικές, περιγραφικές λεπτομέρειες για να υποστηρίξετε κύριες ιδέες ή θέματα. μιλήστε καθαρά με κατανοητό ρυθμό.

CCSS.ELA-ΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ.SL.4.5

Προσθέστε ηχογραφήσεις και οπτικές οθόνες στις παρουσιάσεις, όταν χρειάζεται, για να βελτιώσετε την ανάπτυξη των κύριων ιδεών ή θεμάτων.

### **Γλώσσα**

#### **Συμβάσεις Τυπικής Αγγλικής:**

CCSS.ELA-ΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ.L.4.1

Δείξτε γνώση των συμβάσεων της τυπικής αγγλικής γραμματικής και χρήσης κατά τη σύνταξη ή την ομιλία.

CCSS.ELA-ΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ.N.4.1.Γ

Χρησιμοποιήστε σωστά λέξεις που συχνά συγχέονται (π.χ., επίσης, δύο, εκεί, τους).

CCSS.ELA-ΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ.L.4.2

Δείξτε γνώση των συμβάσεων της τυπικής αγγλικής κεφαλοποίησης, στίξης και ορθογραφίας όταν γράφετε.

CCSS.ELA-ΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ.N.4.2.A

Χρησιμοποιήστε σωστή χρήση κεφαλαίων.

CCSS.ELA-ΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ.N.4.2.Δ

Να γράψετε σωστά τις λέξεις που ταιριάζουν με τον βαθμό, συμβουλευτείτε τις αναφορές όπως απαιτείται.

#### **Γνώση Γλώσσας:**

CCSS.ELA-ΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ.L.4.3

Χρησιμοποιήστε τη γνώση της γλώσσας και των συμβάσεων της όταν γράφετε, μιλάτε, διαβάζετε ή ακούτε.

CCSS.ELA-ΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ.N.4.3.A

Επιλέξτε λέξεις και φράσεις για να μεταφέρετε ιδέες με ακρίβεια.  
CCSS.ΕΛΑ-ΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ.N.4.3.Γ

Διακρίνετε τα περιβάλλοντα που απαιτούν επίσημα αγγλικά (π.χ. παρουσίαση ιδεών) και τις καταστάσεις όπου ο άτυπος λόγος είναι κατάλληλος (π.χ. συζήτηση σε μικρές ομάδες).

**Απόκτηση και χρήση λεξιλογίου:**

CCSS.ΕΛΑ-ΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ.N.4.4.A

Χρησιμοποιήστε το πλαίσιο (π.χ. ορισμούς, παραδείγματα ή επαναδιατυπώσεις σε κείμενο) ως ένδειξη για τη σημασία μιας λέξης ή μιας φράσης.

## Μάθημα 3: Ακεραιότητα μέσω επιμονής

### ΚΑΣΕΛ

### NHES

### Κοινό πυρήνα

#### Αυτογνωσία

Αναγνώριση συναισθημάτων  
Ακριβής αυτοαντίληψη  
Αναγνώριση δυνατών σημείων  
Αυτοπεποίθηση  
Αυτοαποτελεσματικότητα

#### Αυτοδιαχείριση

Έλεγχος παρορμήσεων  
Διαχείριση άγχους  
Αυτοπειθαρχία  
Αυτοκίνητρο  
Ο καθορισμός του στόχου

#### Κοινωνική ευαισθητοποίηση

λήψη προοπτικής  
Ενσυναίσθηση  
Εκτιμώντας τη διαφορετικότητα  
Σεβασμός στους άλλους

#### Δεξιότητες σχέσεων

Επικοινωνία  
Κοινωνική δέσμευση  
Οικοδόμηση σχέσεων  
ΟΜΑΔΙΚΗ ΔΟΥΛΕΙΑ

#### Υπεύθυνη λήψη αποφάσεων

Εντοπισμός προβλημάτων  
Αναλύοντας καταστάσεις  
Λύνοντας προβλήματα  
Αξιολογώντας  
Αντανακλαστικός  
Ηθική ευθύνη

#### Πρότυπο 1. Κατανόηση εννοιών

1.5.2 - Προσδιορίστε παραδείγματα συναισθηματικής, πνευματικής, σωματικής και κοινωνικής υγείας.

#### Πρότυπο 2. Ανάλυση επιρροών

2.5.2 - Προσδιορισμός της επιρροής του πολιτισμού στις πρακτικές και συμπεριφορές υγείας.

#### Πρότυπο 5. Λήψη αποφάσεων

5.5.1 - Προσδιορίστε καταστάσεις που σχετίζονται με την υγεία που μπορεί να απαιτούν μια προσεκτική απόφαση.  
5.5.3 - Καταγράψτε υγιεινές επιλογές για θέματα ή προβλήματα που σχετίζονται με την υγεία.  
5.5.5 - Επιλέξτε μια υγιή επιλογή όταν παίρνετε μια απόφαση.

#### Πρότυπο 6. Καθορισμός στόχων

6.5.2 - Προσδιορίστε πόρους που θα βοηθήσουν στην επίτευξη ενός προσωπικού στόχου υγείας.

#### Πρότυπο 7. Εξάσκηση υγιεινών συμπεριφορών

7.5.1 - Προσδιορίστε υπεύθυνες συμπεριφορές προσωπικής υγείας.  
7.5.2 - Επιδείξτε μια ποικιλία υγιεινών πρακτικών και συμπεριφορών για τη διατήρηση ή τη βελτίωση της προσωπικής υγείας.  
7.5.3 - Επιδείξτε μια ποικιλία συμπεριφορών για να αποφύγετε ή να μειώσετε τους κινδύνους για την υγεία.

#### Πρότυπα Τεχνών Αγγλικής Γλώσσας

##### Γραφή

##### Τύποι και σκοποί κειμένου:

CCSS.ELA-GRAMMATISΜΟΣ.W.4.2

Γράψτε ενημερωτικά/επεξηγηματικά κείμενα για να εξετάσετε ένα θέμα και να μεταφέρετε ιδέες και πληροφορίες με σαφήνεια.

CCSS.ELA-GRAMMATISΜΟΣ.W.4.2.B

Αναπτύξτε το θέμα με γεγονότα, ορισμούς, συγκεκριμένες λεπτομέρειες, αποσπάσματα ή άλλες πληροφορίες και παραδείγματα που σχετίζονται με το θέμα.

CCSS.ELA-GRAMMATISΜΟΣ.W.4.2.D

Χρησιμοποιήστε ακριβή γλώσσα και λεξιλόγιο για συγκεκριμένο τομέα για να ενημερώσετε ή να εξηγήσετε το θέμα.

##### Παραγωγή και διανομή συγγραφής:

CCSS.ELA-GRAMMATISΜΟΣ.W.4.4

Δημιουργήστε σαφή και συνεκτική γραφή στην οποία η ανάπτυξη και η οργάνωση είναι κατάλληλες για το έργο, το σκοπό και το κοινό.

##### Έρευνα για την οικοδόμηση και παρουσίαση της γνώσης:

CCSS.ELA-GRAMMATISΜΟΣ.W.4.9

Σχεδιάστε στοιχεία από λογοτεχνικά ή πληροφοριακά κείμενα για να υποστηρίξετε την ανάλυση, τον προβληματισμό και την έρευνα.

#### Ομιλία & Ακρόαση

##### Κατανόηση και Συνεργασία:

CCSS.ELA-GRAMMATISΜΟΣ.SL.4.1

Συμμετέχετε αποτελεσματικά σε μια σειρά από ομαδικές συζητήσεις (ένας προς έναν, σε ομάδες και υπό την καθοδήγηση του δασκάλου) με διαφορετικούς συνεργάτες για θέματα και κείμενα της τάξης 4, βασιζόμενοι στις ιδέες των άλλων και εκφράζοντας τις δικές τους ξεκάθαρα.

CCSS.ELA-GRAMMATISΜΟΣ.SL.4.1.B

Ακολουθήστε τους συμφωνημένους κανόνες για συζητήσεις και εκτελέστε τους ρόλους που σας έχουν ανατεθεί.

CCSS.ELA-GRAMMATISΜΟΣ.SL.4.1.C

Θέστε και απαντήστε σε συγκεκριμένες ερωτήσεις για διευκρίνιση ή παρακολούθηση πληροφοριών και κάντε σχόλια που συμβάλλουν στη συζήτηση και συνδέονται με τις παρατηρήσεις άλλων.

CCSS.ELA-GRAMMATISΜΟΣ.SL.4.1.D

Εξετάστε τις βασικές ιδέες που εκφράστηκαν και εξηγήστε τις δικές τους ιδέες και την κατανόηση υπό το φως της συζήτησης.

CCSS.ELA-GRAMMATISΜΟΣ.SL.4.2

Παράφρασε τμήματα ενός κειμένου που διαβάζεται δυνατά ή πληροφορίες που παρουσιάζονται σε διάφορα μέσα και μορφές, συμπεριλαμβανομένων οπτικά, ποσοτικά και προφορικά.

##### Παρουσίαση Γνώσεων και Ιδεών:

CCSS.ELA-GRAMMATISΜΟΣ.SL.4.4

Αναφέρετε ένα θέμα ή κείμενο, αφηγηθείτε μια ιστορία ή αφηγηθείτε μια εμπειρία με οργανωμένο τρόπο, χρησιμοποιώντας κατάλληλα γεγονότα και σχετικές, περιγραφικές λεπτομέρειες για να υποστηρίξετε κύριες ιδέες ή θέματα. μιλήστε καθαρά με κατανοητό ρυθμό.

#### Γλώσσα

##### Συμβάσεις Τυπικής Αγγλικής:

CCSS.ELA-GRAMMATISΜΟΣ.L.4.1

Δείξτε γνώση των συμβάσεων της τυπικής αγγλικής γραμματικής και χρήσης κατά τη σύνταξη ή την ομιλία.

CCSS.ELA-GRAMMATISΜΟΣ.N.4.1.Γ

Χρησιμοποιήστε βοηθητικά τροπικά (π.χ. μπορεί, μπορεί, πρέπει) να μεταφέρει διάφορες συνθήκες.

CCSS.ELA-GRAMMATISΜΟΣ.N.4.1.Γ

Χρησιμοποιήστε σωστά λέξεις που συχνά συγχέονται (π.χ., επίσης, δύο, εκεί, τους).

CCSS.ΕΛΑ-ΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ.L.4.2

Δείξτε γνώση των συμβάσεων της τυπικής αγγλικής κεφαλαιοποίησης, στίξης και ορθογραφίας όταν γράφετε.

CCSS.ΕΛΑ-ΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ.N.4.2.A

Χρησιμοποιήστε σωστή χρήση κεφαλαίων.

CCSS.ΕΛΑ-ΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ.N.4.2.Δ

Να γράψετε σωστά τις λέξεις που ταιριάζουν με τον βαθμό, συμβουλευτείτε τις αναφορές όπως απαιτείται.

#### **Γνώση Γλώσσας:**

CCSS.ΕΛΑ-ΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ.L.4.3

Χρησιμοποιήστε τη γνώση της γλώσσας και των συμβάσεων της όταν γράφετε, μιλάτε, διαβάζετε ή ακούτε.

CCSS.ΕΛΑ-ΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ.N.4.3.A

Επιλέξτε λέξεις και φράσεις για να μεταφέρετε ιδέες με ακρίβεια.

CCSS.ΕΛΑ-ΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ.N.4.3.Γ

Διακρίνετε τα περιβάλλοντα που απαιτούν επίσημα αγγλικά (π.χ. παρουσίαση ιδεών) και τις καταστάσεις όπου ο άτυπος λόγος είναι κατάλληλος (π.χ. συζήτηση σε μικρές ομάδες).

#### **Απόκτηση και χρήση λεξιλογίου:**

CCSS.ΕΛΑ-ΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ.N.4.4.A

Χρησιμοποιήστε το πλαίσιο (π.χ. ορισμούς, παραδείγματα ή επαναδιατυπώσεις σε κείμενο) ως ένδειξη για τη σημασία μιας λέξης ή μιας φράσης.



## Μάθημα 4: Ακεραιότητα μέσα από στόχους

### ΚΑΣΕΛ

### NHES

### Κοινό πυρήνα

#### Αυτογνωσία

Αναγνώριση συναισθημάτων  
Ακριβής αυτοαντίληψη  
Αναγνώριση δυνατών σημείων  
Αυτοπεποίθηση  
Αυτοαποτελεσματικότητα

#### Αυτοδιαχείριση

Έλεγχος παρορμήσεων  
Διαχείριση άγχους  
Αυτοπειθαρχία  
Αυτοκίνητρο  
Ο καθορισμός του στόχου

#### Κοινωνική ευαισθητοποίηση

λήψη προοπτικής  
Σεβασμός στους άλλους

#### Δεξιότητες σχέσεων

Επικοινωνία  
Κοινωνική δέσμευση  
Οικοδόμηση σχέσεων  
ΟΜΑΔΙΚΗ ΔΟΥΛΕΙΑ

#### Υπεύθυνη λήψη αποφάσεων

Εντοπισμός προβλημάτων  
Αναλύοντας καταστάσεις  
Λύνοντας προβλήματα  
Αξιολογώντας  
Αντανακλαστικός

#### Πρότυπο 1. Κατανόηση εννοιών

1.5.2 - Προσδιορίστε παραδείγματα συναισθηματικής, πνευματικής, σωματικής και κοινωνικής υγείας.

#### Πρότυπο 5. Λήψη αποφάσεων

5.5.1 - Προσδιορίστε καταστάσεις που σχετίζονται με την υγεία που μπορεί να απαιτούν μια προσεκτική απόφαση.  
5.5.3 - Καταγράψτε υγιεινές επιλογές για θέματα ή προβλήματα που σχετίζονται με την υγεία.

5.5.5 - Επιλέξτε μια υγιή επιλογή όταν παίρνετε μια απόφαση.

#### Πρότυπο 6. Καθορισμός στόχων

6.5.1 - Θέστε έναν προσωπικό στόχο υγείας και παρακολουθήστε την πρόοδο προς την επίτευξή του.  
6.5.2 - Προσδιορίστε πόρους που θα βοηθήσουν στην επίτευξη ενός προσωπικού στόχου υγείας.

#### Πρότυπο 7. Εξάσκηση υγιεινών συμπεριφορών

7.5.1 - Προσδιορίστε υπεύθυνες συμπεριφορές προσωπικής υγείας.  
7.5.2 - Επιδείξτε μια ποικιλία υγιεινών πρακτικών και συμπεριφορών για τη διατήρηση ή τη βελτίωση της προσωπικής υγείας.  
7.5.3 - Επιδείξτε μια ποικιλία συμπεριφορών για να αποφύγετε ή να μειώσετε τους κινδύνους για την υγεία.

#### Πρότυπα Τεχνών Αγγλικής Γλώσσας Γραφή

##### Τύποι και σκοποί κειμένου:

CCSS.ELA-GRAMMATISMOS.W.4.2

Γράψτε ενημερωτικά/επεξηγηματικά κείμενα για να εξετάσετε ένα θέμα και να μεταφέρετε ιδέες και πληροφορίες με σαφήνεια.

CCSS.ELA-GRAMMATISMOS.W.4.2.B

Αναπτύξτε το θέμα με γεγονότα, ορισμούς, συγκεκριμένες λεπτομέρειες, αποσπάσματα ή άλλες πληροφορίες και παραδείγματα που σχετίζονται με το θέμα.

CCSS.ELA-GRAMMATISMOS.W.4.2.D

Χρησιμοποιήστε ακριβή γλώσσα και λεξιλόγιο για συγκεκριμένο τομέα για να ενημερώσετε ή να εξηγήσετε το θέμα.

##### Παραγωγή και διανομή συγγραφής:

CCSS.ELA-GRAMMATISMOS.W.4.4

Δημιουργήστε σαφή και συνεκτική γραφή στην οποία η ανάπτυξη και η οργάνωση είναι κατάλληλες για το έργο, το σκοπό και το κοινό.

CCSS.ELA-GRAMMATISMOS.W.4.5

Με την καθοδήγηση και την υποστήριξη από συνομηλίκους και ενήλικες, αναπτύξτε και ενισχύστε τη γραφή όπως απαιτείται με τον προγραμματισμό, την αναθεώρηση και την επεξεργασία.

#### Ομιλία & Ακρόαση

##### Κατανόηση και Συνεργασία:

CCSS.ELA-GRAMMATISMOS.SL.4.1

Συμμετέχετε αποτελεσματικά σε μια σειρά από ομαδικές συζητήσεις (ένας προς έναν, σε ομάδες και υπό την καθοδήγηση του δασκάλου) με διαφορετικούς συνεργάτες για θέματα και κείμενα της τάξης 4, βασιζόμενοι στις ιδέες των άλλων και εκφράζοντας τις δικές τους ξεκάθαρα.

CCSS.ELA-GRAMMATISMOS.SL.4.1.B

Ακολουθήστε τους συμφωνημένους κανόνες για συζητήσεις και εκτελέστε τους ρόλους που σας έχουν ανατεθεί.

CCSS.ELA-GRAMMATISMOS.SL.4.1.C

Θέστε και απαντήστε σε συγκεκριμένες ερωτήσεις για διευκρίνιση ή παρακολούθηση πληροφοριών και κάντε σχόλια που συμβάλλουν στη συζήτηση και συνδέονται με τις παρατηρήσεις άλλων.

CCSS.ELA-GRAMMATISMOS.SL.4.1.D

Εξετάστε τις βασικές ιδέες που εκφράστηκαν και εξηγήστε τις δικές τους ιδέες και την κατανόηση υπό το φως της συζήτησης.

CCSS.ELA-GRAMMATISMOS.SL.4.2

Παράφρασε τμήματα ενός κειμένου που διαβάζεται δυνατά ή πληροφορίες που παρουσιάζονται σε διάφορα μέσα και μορφές, συμπεριλαμβανομένων οπτικά, ποσοτικά και προφορικά.

##### Παρουσίαση Γνώσεων και Ιδεών:

CCSS.ELA-GRAMMATISMOS.SL.4.4

Αναφέρετε ένα θέμα ή κείμενο, αφηγηθείτε μια ιστορία ή αφηγηθείτε μια εμπειρία με οργανωμένο τρόπο, χρησιμοποιώντας κατάλληλα γεγονότα και σχετικές, περιγραφικές λεπτομέρειες για να υποστηρίξετε κύριες ιδέες ή θέματα. μιλήστε καθαρά με κατανοητό ρυθμό.

#### Γλώσσα

##### Συμβάσεις Τυπικής Αγγλικής:

CCSS.ELA-GRAMMATISMOS.L.4.1

Δείξτε γνώση των συμβάσεων της τυπικής αγγλικής γραμματικής και χρήσης κατά τη σύνταξη ή την ομιλία.

CCSS.ELA-GRAMMATISMOS.N.4.1.A

Χρησιμοποιήστε αναφορικές αντωνυμίες (ποιος, ποιος, ποιος, ποιος, αυτός) και σχετικά επιρρήματα (πού, πότε, γιατί).



CCSS.ΕΛΑ-ΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ.N.4.1.B

Σχηματίστε και χρησιμοποιήστε το προοδευτικό (π.χ.Περπατούσα; Περπατώ; Θα περπατήσω) χρονι ρηματων.

CCSS.ΕΛΑ-ΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ.N.4.1.Γ

Χρησιμοποιήστε βοηθητικά τροπικά (π.χ.μπορεί, μπορεί, πρέπει) να μεταφέρει διάφορες συνθήκες.

CCSS.ΕΛΑ-ΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ.L.4.1.F

Δημιουργήστε πλήρεις προτάσεις, αναγνωρίζοντας και διορθώνοντας ακατάλληλα θραύσματα και τρεξίματα.

CCSS.ΕΛΑ-ΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ.N.4.1.Γ

Χρησιμοποιήστε σωστά λέξεις που συχνά συγχέονται (π.χ., επίσης, δύο, εκεί, τους).

CCSS.ΕΛΑ-ΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ.L.4.2

Δείξτε γνώση των συμβάσεων της τυπικής αγγλικής κεφαλαιοποίησης, στίξης και ορθογραφίας όταν γράφετε.

CCSS.ΕΛΑ-ΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ.N.4.2.A

Χρησιμοποιήστε σωστή χρήση κεφαλαίων.

CCSS.ΕΛΑ-ΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ.N.4.2.B

Χρησιμοποιήστε κόμματα και εισαγωγικά για να επισημάνετε ευθεία ομιλία και εισαγωγικά από ένα κείμενο.

CCSS.ΕΛΑ-ΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ.N.4.2.Γ

Χρησιμοποιήστε κόμμα πριν από έναν συντονιστικό σύνδεσμο σε μια σύνθετη πρόταση.

CCSS.ΕΛΑ-ΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ.N.4.2.Δ

Να γράψετε σωστά τις λέξεις που ταιριάζουν με τον βαθμό, συμβουλευτείτε τις αναφορές όπως απαιτείται.

#### **Γνώση Γλώσσας:**

CCSS.ΕΛΑ-ΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ.L.4.3

Χρησιμοποιήστε τη γνώση της γλώσσας και των συμβάσεων της όταν γράφετε, μιλάτε, διαβάζετε ή ακούτε.

CCSS.ΕΛΑ-ΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ.N.4.3.A

Επιλέξτε λέξεις και φράσεις για να μεταφέρετε ιδέες με ακρίβεια.

CCSS.ΕΛΑ-ΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ.N.4.3.Γ

Διακρίνετε τα περιβάλλοντα που απαιτούν επίσημα αγγλικά (π.χ. παρουσίαση ιδεών) και τις καταστάσεις όπου ο άτυπος λόγος είναι κατάλληλος (π.χ. συζήτηση σε μικρές ομάδες).

#### **Απόκτηση και χρήση λεξιλογίου:**

CCSS.ΕΛΑ-ΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ.N.4.4.A

Χρησιμοποιήστε το πλαίσιο (π.χ. ορισμούς, παραδείγματα ή επαναδιατυπώσεις σε κείμενο) ως ένδειξη για τη σημασία μιας λέξης ή μιας φράσης.



ΟΡΙΣΜΕΝΟ ΑΠΟ CASL  
ΩΣ ΣΥΝΙΣΤΩΜΕΝΟ  
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ  
ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΚΑΙ  
ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗΣ  
ΜΑΘΗΣΗΣ.

Η Συνεργασία για την Ακαδημαϊκή, Κοινωνική και Συναισθηματική Μάθηση (**ΚΑΣΕΛ**) εξετάζει προγράμματα SEL που βασίζονται σε στοιχεία από το 2003. Το Kindness in the Classroom® συναντά το Πρόγραμμα SElect της CASL και περιλαμβάνεται στο **Οδηγό CASL για Αποτελεσματικά Προγράμματα Κοινωνικής και Συναισθηματικής Μάθησης.**

Το Kindness in the Classroom® πληρούσε ή ξεπέρασε όλα τα κριτήρια της CASL για υψηλής ποιότητας προγραμματισμό SEL. Το Kindness in the Classroom® έλαβε τον υψηλότερο χαρακτηρισμό της CASL για υψηλής ποιότητας προγραμματισμό SEL.

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

**RANDOM ACTS OF KINDNESS**  
FOUNDATION®