

# Coraggio

Questa è la prima settimana della nostra unità Courage. Gli studenti si concentreranno sul coraggio e su come si collega al sottoconcetto di vulnerabilità quando corriamo dei rischi.

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



### L'ho mai fatto?

Gli studenti verranno introdotti ai concetti di coraggio e vulnerabilità e metteranno in pratica questi concetti condividendo i tratti che li rendono speciali e unici. *(Vedere pagina 2 per i dettagli della lezione.)*

## Mini lezioni

**Per piccoli gruppi**  
15 minuti



### Descrivi Coraggio

Dividi la classe in piccoli gruppi di 4-6 persone. Chiedi a ogni gruppo di usare le parole per creare un fumetto che illustri l'aspetto del coraggio. Incoraggiali a includere anche esempi di vulnerabilità! Gli esempi includono difendersi, usare parole gentili di fronte all'odio, ecc. Vedi sottoper un pensiero modello di bolla se lo si desidera.

**Per i partner**  
15 minuti



### Recupero

Con un partner, discuti la seguente domanda e fai un brainstorming di 2-3 risposte da condividere con la classe: "Come puoi "guarire" quando sei vulnerabile e la reazione degli altri è negativa o offensiva?"

**Per gli individui**  
15 minuti



### Personale Circoli di identità

Usando i cerchi per rappresentare i diversi aspetti di ciò che ti rende unico, crea un poster per illustrare le diverse componenti di te stesso. Inizia disegnando un grande cerchio al centro del foglio con il tuo nome. Attorno a questo cerchio, aggiungi altri cerchi di dimensioni diverse che rappresentano aspetti della tua identità. Se un componente è di più importante, aumentare la dimensione del tuo cerchio. Allo stesso modo, se il concetto è meno importante nella tua mente, rimpicciolisci quel cerchio.

**Incentrato sulla tecnologia**  
15 minuti



### Coraggio Emoticon

CreaL un'emoji per rappresentare il coraggio per te. Questo NON deve essere un volto. Usa la tua creatività e vulnerabilità per progettare un'emoji davvero personale che illustri cosa significa per te il coraggio. Spiega la tua emoji e il ragionamento alla base con il resto della classe, se il tempo lo consente.

# L'ho mai fatto?

Gli studenti verranno introdotti ai concetti di coraggio e vulnerabilità e metteranno in pratica questi concetti condividendo i tratti che li rendono speciali e unici.

**Orario della lezione**

30 minuti

**Materiali richiesti**

- ☐ Schede
- ☐ Matite

**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:

- Esplora la connessione tra coraggio e vulnerabilità
- Esamina che aspetto ha il coraggio nelle loro vite e come incorporare una varietà di momenti coraggiosi andando avanti

**Connessione insegnante / cura di sé**

Benvenuti all'Unità del Coraggio, l'ultima unità dell'anno! Ottimo lavoro lavorando attraverso questo curriculum con i tuoi studenti! Pensa a tutto ciò che hanno imparato e a tutti i modi in cui li hai visti dimostrare rispetto, cura, inclusività, integrità e responsabilità durante tutto l'anno. Ora puoi mostrare loro che aspetto hanno il coraggio e la gentilezza. Che combinazione potente! Potremmo non pensare naturalmente al coraggio e alla gentilezza insieme, ma in realtà la gentilezza è l'ultima forma di coraggio. È il coraggio di essere gentili con noi stessi e con gli altri (soprattutto se non ne abbiamo voglia). Hai bisogno di una botta di coraggio a questo punto dell'anno? Sta diventando più difficile essere gentili e pazienti?

Hai aggiunto pressione per finire tutto entro la fine dell'anno? Sarebbe più semplice passare semplicemente da maggio a giugno? Forse. Ma sii forte e abbi coraggio; ce la farai e anche i tuoi studenti. Cammina coraggiosamente nelle ultime settimane; riversa una misura extra di gentilezza nei confronti dei tuoi studenti, specialmente quelli che hanno davvero resistito tutto l'anno. Hanno bisogno della tua forza ora più che mai. Sii molto gentile anche con te stesso. L'hai fatta. Lo stai facendo. Un altro anno è quasi nei libri e tu stai molto meglio per questo. Pensa a tutto ciò che hai fatto, imparato e sperimentato. Prendi nota di come ha cambiato i tuoi approcci e la tua mentalità di insegnamento. In che modo sei un insegnante migliore oggi rispetto a quando lo eri all'inizio dell'anno? Non c'è nessuno più coraggioso nella tua classe di te. Abbraccialo e muoviti coraggiosamente, gentilmente in avanti!

**Condividere**

3-5 minuti

Ripensa a un momento in cui sei stato in grado di usare il coraggio in una delle situazioni menzionate. Condividi il tuo esempio con un vicino. (Invita gli studenti a rispondere). Tutti questi scenari richiedono molto coraggio. Questi anni intermedi sono pieni di opportunità per esercitare il coraggio mentre continuiamo ad aumentare il nostro tempo lontano dalle nostre famiglie ed espandere le nostre cerchie sociali a una più ampia varietà di persone che condividono credenze e prospettive diverse da noi.



## Ispirare

4-6 minuti

Siamo arrivati alla nostra unità finale dell'anno: Coraggio! Ora che hai navigato nella scuola media per quasi due anni interi, la tua esperienza quotidiana con il bisogno di coraggio si è decisamente ampliata! Molti di voi si sono trovati a usare il coraggio mentre difendevano ciò in cui credevano, aiutavano gli altri vittime di bullismo o esclusi e trovavano persino la forza per resistere alla tentazione di partecipare a scelte che vanno contro le proprie convinzioni o codice morale.

Una componente con cui molte persone lottano sotto il titolo di coraggio è il concetto di vulnerabilità. Sebbene l'obiettivo degli anni della scuola media sia spesso quello di capire come "adattarsi", ci vuole coraggio per essere disposti a "sporgere", o rendersi vulnerabili a ciò che gli altri potrebbero pensare e dire. La vulnerabilità sta mostrando al mondo i tuoi veri colori, ciò che ti rende speciale e unico, anche quando potrebbe non corrispondere direttamente con gli altri intorno a te. Ciò include componenti sia interni che esterni di te stesso. Le tue convinzioni, la tua morale, le tue decisioni personali in una varietà di situazioni e persino la volontà di provare qualcosa quando gli altri sono riluttanti sono tutti diversi aspetti della vulnerabilità. Sei disposto a correre il rischio che gli altri possano reagire negativamente in base alle tue decisioni, ma sei abbastanza coraggioso da rimanere fedele a te, indipendentemente da ciò che pensano o dicono gli altri!

Pensa a un momento in cui hai difeso ciò in cui credi, anche se non era l'opinione popolare. Come ti ha fatto sentire? Ti sei permesso di essere vulnerabile. La maggior parte degli atti coraggiosi richiede un certo livello di vulnerabilità!



## Potenziare

15 minuti

Spiega che ora la classe giocherà a un gioco di indovinelli chiamato Chi sono io? Praticare sia il coraggio che la vulnerabilità mentre ogni persona mette in evidenza tre cose positive su se stessa.

Indicazioni:

- Spiega che ogni studente (e l'insegnante!) riceverà una scheda indice.
- Sul lato a righe della scheda ogni persona scriverà 3 cose positive su se stessa.
- Nota: prova a descriverti usando caratteristiche e caratteristiche che sono uniche per te MA anche non troppo ovvie per il resto della classe! Ora hai la possibilità di praticare la vulnerabilità mentre decidi cosa condividere!
- Lascia la tua carta anonima.
- Dopo che ogni persona ha completato la propria scheda, la trasformerà nell'insegnante.
- L'insegnante leggerà ogni carta ad alta voce e chiederà alla classe di indovinare quale persona sta descrivendo.
- Ripeti fino a quando tutte le carte sono state lette.



## Riflettere

5-7 minuti

Guida una discussione su come ci si sente a condividere cose personali con il resto della classe.

- Quale aspetto di questa attività è stato il più difficile?
- In che modo mostra il coraggio di essere vulnerabile?

Sottolineare l'importanza della vulnerabilità come sottoconcetto o "partner" con coraggio. Che tu sia il primo a provare qualcosa, un volontario per qualcosa di sconosciuto o la persona che difende l'ingiustizia, ti permetti di essere vulnerabile.

Questa settimana mettili alla prova per uscire dalla tua zona di comfort in un'area della tua vita. Corri un rischio e usa il coraggio per renderti un po' vulnerabile quando difendi qualcosa, provi qualcosa di nuovo o fai volontariato in una nuova area. Ogni atto di coraggio ti dà la forza di andare avanti e continuare a superare le paure e sfidare l'ingiustizia.



Hai scalato una montagna?



Rotto una rissa?



Hai provato un cibo esotico o sconosciuto?





Hai parlato di fronte a un folto gruppo di persone (25+)?



Provato per un nuovo sport?





Hai partecipato a una competizione accademica come la fiera della scienza o 4-H?



Hai resistito a un bullo?



Ti sei presentato a un nuovo studente a scuola?