

# 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 per essere fedeli a noi stessi.

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



### Identità Round Robin

Gli studenti rivedranno i concetti di coraggio e vulnerabilità e metteranno in pratica questi concetti rispondendo a domande sempre più difficili su se stessi con i loro coetanei. *(Vedere pagina 2 per i dettagli della lezione.)*

---

## Mini lezioni

**Per piccoli gruppi**  
15 minuti



### Rimanendo fedele a TE

Dividi la classe in piccoli gruppi di 4-6 persone. Utilizzando gli scenari forniti (vedi sotto), chiedi a ogni piccolo gruppo di creare un gioco di ruolo per dimostrare come usare sia la vulnerabilità che il coraggio per rimanere fedeli a se stessi.

**Per i partner**  
15 minuti



### Talenti nascosti

Con il tuo partner, condividi un talento nascosto che possiedi. Cerca di concentrarti su qualcosa che molte persone non sanno di te! Ci vuole coraggio per essere vulnerabili quando si discute di ciò che ti rende unico!

**Per gli individui**  
15 minuti



### Affrontare le paure

Fai una lista di 5 cose che ti spaventano. Cosa hanno tutti in comune (perdita di controllo, paura di grandi folle, essere giudicati, ecc.)? Scrivi un'affermazione positiva per aiutarti a combattere queste paure e usa il coraggio per andare avanti. Ecco una frase iniziale se necessario: lo farò\_\_\_\_\_ per aiutarmi\_\_\_\_\_.

**Incentrato sulla tecnologia**  
15 minuti



### Avatar personale

Crea il tuo avatar. Molti avatar che possiamo selezionare all'interno di giochi e programmi sono super limitati! Se potessi disegnare un avatar che catturi la tua particolarità unica, unica nel suo genere, come sarebbe? Condividi il tuo avatar con la classe e spiega le tue scelte.

# Identità Round Robin

Gli studenti rivedranno i concetti di coraggio e vulnerabilità e metteranno in pratica questi concetti rispondendo a domande sempre più difficili su se stessi con i loro coetanei.

**Orario della lezione**

30 minuti

**Materiali richiesti**

☐ Per questa lezione non è richiesto alcun materiale

**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 Courage, 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

5-7 minuti

Siamo arrivati alla nostra unità finale dell'anno: Coraggio! Ora che hai completato la scuola media, la tua esperienza quotidiana con il bisogno di coraggio è esponenziale! 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.

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.

(Concedi del tempo per la condivisione.)



## Ispirare

4-6 minuti

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.

Una componente con cui molte persone lottano sotto il titolo di coraggio è il concetto di vulnerabilità. Sebbene l'obiettivo degli anni delle scuole medie sia spesso quello di capire come "adattarsi", ci vuole coraggio per essere disposti a "sporgere", rendendosi 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 sei rimasto fedele a te; forse era una scelta di moda, uno sport o un'attività che nessun altro stava facendo, o una decisione che non era in linea con ciò che stavano facendo gli altri. Come ci si sente ad essere così vulnerabili? Gli altri hanno reagito negativamente? Se è così, come hai usato il coraggio per rimanere fedele a te?



## Potenziare

15 minuti

Spiega che la classe ora giocherà a un gioco chiamato "Identity Round Robin" per mettere in pratica sia il coraggio che la vulnerabilità mentre ogni persona condivide informazioni personali con il resto della classe. Le domande iniziano facilmente e aumentano in vulnerabilità man mano che i round continuano.

Indicazioni:

- Dividi la classe in due gruppi pari. Se c'è uno studente in più, l'insegnante può partecipare.
- Chiedi a un gruppo di formare un cerchio rivolto verso l'esterno. Chiedi all'altro gruppo di formare un cerchio attorno a loro e di stare di fronte al cerchio interno. Ogni persona dovrebbe avere qualcuno di fronte a loro dall'altro gruppo.
- Spiega che l'insegnante leggerà ogni domanda ad alta voce. Ogni persona avrà 10-20 secondi per condividere il proprio risposta con l'altra persona di fronte a loro. Anche l'altra persona condividerà la sua risposta. Ricorda, questa è la tua opportunità per esercitarti a usare il coraggio e l'onestà essendo vulnerabile. All'inizio sembrerà facile rispondere alle domande, ma aumenteranno in vulnerabilità man mano che andiamo avanti.
- Dopo che tutti hanno avuto la possibilità di rispondere alla domanda con il proprio partner, il cerchio esterno si sposterà di una persona a destra.
- Ripeti l'attività con la domanda successiva.

Domande:

- Dai un nome al tuo cibo preferito e perché.
- Dai un nome alla tua squadra sportiva preferita e perché.
- Dai un nome alla tua band preferita e perché.
- Descrivi un momento in cui ti sei sentito orgoglioso di far parte di un gruppo culturale.
- Descrivi un'usanza o una tradizione che è importante per te.
- Descrivi un momento in cui sei stato discriminato.
- Descrivi come questa parte della tua identità ha influenzato una decisione o scelta recente.
- Quali sono alcune responsabilità che hai verso la tua famiglia o i tuoi amici?
- Descrivi come la tua famiglia ha influenzato la tua identità o chi sei.
- Qual è qualcosa di gentile che qualcuno ha detto su di te?
- Descrivi un'altra persona o persone che hanno influenzato la tua identità.
- Puoi anche scrivere domande specifiche per la classe, se lo desideri!



## Riflettere

5-7 minuti

Dopo aver terminato l'attività, poni le seguenti domande:

- Hai imparato qualcosa di nuovo su qualcuno che prima non conoscevi?
- Qualcosa che hai detto a qualcun altro ti ha sorpreso?
- È stato difficile rispondere a qualcuna delle domande? Perché o perché no?
- Come hai usato il coraggio per rispondere a domande più difficili di altre?
- Quali sono alcuni modi in cui possiamo rispettare le identità delle altre persone?
- In che modo conoscere altre persone ci aiuta a sentirci più a nostro agio nell'essere noi stessi vulnerabili?

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.