

Coragem

Esta é a primeira semana da nossa unidade Courage. Os alunos se concentrarão na coragem e em como ela se conecta ao subconceito de vulnerabilidade quando assumimos riscos.

Comece a unidade com toda a aula e tente concluir pelo menos duas das miniaulas com seus alunos durante a semana. Cada mini lição é projetada para apresentar elementos da lição principal de maneiras novas e envolventes.

Lição principal

Lição da classe inteira
30 minutos



já fez isso?

Os alunos serão apresentados aos conceitos de coragem e vulnerabilidade e praticarão esses conceitos, compartilhando características que os tornam especiais e únicos. (Veja a página 2 para detalhes da lição.)

Miniaulas

Para Grupos Pequenos
15 minutos



Descrever Coragem

Divida a classe em pequenos grupos de 4-6. Peça a cada grupo que use palavras para criar um balão de pensamento que ilustre como é a coragem. Incentive-os a incluir exemplos de vulnerabilidade também! Os exemplos incluem defender-se, usar palavras gentis diante do ódio, etc. Veja abaixo por um pensamento modelo de bolha, se desejar.

Para Parceiros
15 minutos



recuperando

Com um colega, discuta a seguinte pergunta e faça um brainstorming de 2 a 3 respostas para compartilhar com a classe: “Como você pode se “recuperar” quando está vulnerável e a reação dos outros é negativa ou prejudicial?”

Para indivíduos
15 minutos



PessoalCírculos de Identidade

Usando círculos para representar diferentes aspectos do que o torna único, crie um pôster para ilustrar diferentes componentes de si mesmo. Comece desenhando um grande círculo no meio do papel com o seu nome. Ao redor deste círculo, adicione outros círculos de tamanhos diferentes que representem aspectos de sua identidade. Se um componente for mais importante, aumentar o tamanho do seu círculo. Da mesma forma, se o conceito for menos importante em sua mente, diminua esse círculo.

Focado em tecnologia
15 minutos



Coragem Emoji

criam um emoji para representar coragem para você. Isso NÃO precisa ser um rosto. Use sua criatividade e vulnerabilidade para criar um emoji verdadeiramente pessoal que ilustre o que coragem significa para você. Explique seu emoji e o raciocínio por trás dele com o restante da turma, se o tempo permitir.

já fez isso?

Os alunos serão apresentados aos conceitos de coragem e vulnerabilidade e praticarão esses conceitos compartilhando características que os tornam especiais e únicos.

Horário da Aula

30 minutos

Materiais requeridos

- ☐ Fichas
- ☐ Lápis

Mapa de Padrões

Esta lição está de acordo com as Competências CASEL, Padrões Nacionais de Educação em Saúde, Padrões da Sociedade Internacional de Tecnologia em Educação, quando aplicável, e Padrões Estaduais Comuns. Por favor, consulte o [Mapa de Padrões](#) Para maiores informações.

Objetivo da lição

Os alunos irão:

- Explore a conexão entre coragem e vulnerabilidade
- Examine como é a coragem em suas próprias vidas e como incorporar uma variedade de momentos de coragem no futuro

Conexão com o professor/autocuidado

Bem-vindo à Unidade Coragem, a última unidade do ano! Ótimo trabalho trabalhando com este currículo com seus alunos! Pense em tudo que eles aprenderam e em todas as maneiras pelas quais você os viu demonstrar respeito, carinho, inclusão, integridade e responsabilidade ao longo do ano. Agora você pode mostrar a eles como são a coragem e a bondade. Que combinação poderosa! Podemos não pensar naturalmente em coragem e bondade juntas, mas, na realidade, a bondade é a forma definitiva de coragem. É a coragem de sermos gentis conosco e com os outros (principalmente se não nos apetecer). Você precisa de uma dose de coragem neste momento do ano? Está ficando mais difícil ser gentil e paciente?

Você aumentou a pressão para terminar tudo até o final do ano? Seria mais fácil simplesmente passar por maio e junho? Talvez. Mas, seja forte e tenha coragem; você vai conseguir e seus alunos também. Caminhe bravamente nas últimas semanas; Despeje uma medida extra de bondade para com seus alunos, especialmente aqueles que realmente se dedicaram o ano todo. Eles precisam de sua força agora mais do que nunca. Seja extremamente gentil consigo mesmo também. Você conseguiu. Você está fazendo isso. Outro ano está quase nos livros e você é muito melhor por isso. Pense em tudo o que você fez, aprendeu e experimentou. Tome nota de como isso mudou suas abordagens de ensino e mentalidade. Como você é um professor melhor hoje do que era no início do ano? Não há ninguém mais corajoso em sua sala de aula do que você. Abrace-o e siga em frente com coragem e gentileza!



Compartilhar

3-5 minutos

Pense em uma ocasião em que você foi capaz de usar coragem em uma das situações mencionadas. Compartilhe seu exemplo com um vizinho. (Peça respostas dos alunos.) Todas essas situações exigem muita coragem. Esses anos intermediários estão cheios de oportunidades para exercitar a coragem enquanto continuamos a aumentar nosso tempo longe de nossas famílias e expandir nossos círculos sociais para uma variedade maior de pessoas que compartilham crenças e perspectivas diferentes de nós.



Inspirar

4-6 minutos

Chegamos à nossa última unidade do ano: Coragem! Agora que você navegou no ensino médio por quase dois anos completos, sua experiência diária com a necessidade de coragem definitivamente se expandiu! Muitos de vocês se viram usando coragem ao defender aquilo em que acreditam, ajudar outras pessoas que estão sendo intimidadas ou excluídas e até encontrar forças para resistir à tentação de participar de escolhas que vão contra suas próprias crenças ou código moral.

Um componente com o qual muitas pessoas lutam sob o título de coragem é o conceito de vulnerabilidade. Embora o foco dos anos do ensino médio seja frequentemente descobrir como “se encaixar”, é preciso coragem para estar disposto a “se destacar” ou se tornar vulnerável ao que os outros possam pensar e dizer. Vulnerabilidade é mostrar ao mundo suas verdadeiras cores, o que o torna especial e único, mesmo quando não combina diretamente com os outros ao seu redor. Isso inclui componentes internos e externos de si mesmo. Suas crenças, sua moral, suas decisões pessoais em uma variedade de situações e até mesmo a vontade de tentar algo quando os outros estão relutantes são diferentes aspectos da vulnerabilidade. Você está disposto a correr o risco de que os outros possam reagir negativamente com base em suas decisões, mas é corajoso o suficiente para permanecer fiel a você, independentemente do que os outros pensem ou digam!

Pense em uma ocasião em que você defendeu aquilo em que acredita, mesmo que não fosse a opinião popular. Como aquilo fez você se sentir? Você se permitiu ser vulnerável. A maioria dos atos corajosos requer um certo nível de vulnerabilidade!



Empoderamento

15 minutos

Explique que a classe agora jogará um jogo de adivinhação chamado Quem sou eu? Praticar a coragem e a vulnerabilidade à medida que cada pessoa destaca três coisas positivas sobre si mesma.

Instruções:

- Explique que cada aluno (e o professor!) receberá uma ficha.
- No lado marcado da ficha, cada pessoa escreverá 3 coisas positivas sobre si mesma.
- Observação: tente se descrever usando recursos e características que são exclusivos para você, MAS também não muito óbvios para o resto da classe! Agora é sua chance de praticar a vulnerabilidade enquanto decide o que compartilhar!
- Deixe seu cartão anônimo.
- Depois que cada pessoa tiver preenchido seu cartão, eles o entregarão ao professor.
- O professor lerá cada cartão em voz alta e fará com que a classe adivinhe qual pessoa eles estão descrevendo.
- Repita até que todos os cartões tenham sido lidos.



refletir

5-7 minutos

Oriente uma discussão sobre como se sentiu ao compartilhar coisas pessoais com o resto da classe.

- Qual aspecto desta atividade foi o mais difícil?
- Como mostra coragem ser vulnerável?

Enfatize a importância da vulnerabilidade como um subconceito ou “parceiro” com coragem. Seja você o primeiro a tentar algo, um voluntário para algo desconhecido ou a pessoa que defende a injustiça, você se permite ser vulnerável.

Esta semana desafie-se a sair da sua zona de conforto em uma área da sua vida. Arrisque-se e use a coragem para se tornar um pouco vulnerável quando defender algo, tentar algo novo ou ser voluntário em uma nova área. Cada ato de coragem o capacita a seguir em frente e continuar superando medos e desafiando a injustiça.



Subiu uma montanha?



Terminou uma briga?



Provou uma comida exótica ou desconhecida?



Falou na frente de um grande grupo de pessoas (25+)?



Tentou um novo esporte?



Competiu em uma competição acadêmica como a feira de ciências ou 4-H?



Enfrentou um valentão?



Apresentou-se a um novo aluno na escola?