

برگه‌ی آماده‌سازی مهرماه

ابزار برنامه‌ریزی معلم برای اولین هفته‌ی یک کلاس آرام

نام معلم: _____ کلاس/مقطع: _____
تاریخ تکمیل: _____ تعداد دانش‌آموز: _____

این برگه بر پایه‌ی همان مدلی طراحی شده که در وبینار دیدید: وقتی دانش‌آموز حس تهدید می‌کند، «طبقه‌ی فکر» مغزش موقتاً بسته می‌شود. هدف این برگه این است که پیش از شروع سال، پاسخ‌های خودتان را از قبل آماده کنید - نه اینکه وسط بحران، بداهه تصمیم بگیرید.

۱. جمله‌های شخصی من برای سه کلید

برای لحظه‌ای که کلاس از کنترل خارج می‌شود

کلید ۱ - توقف و نام‌گذاری

قبل از واکنش، حالت کلاس را بدون قضاوت نام می‌برم:

مثال: «می‌بینم امروز خیلی‌هاتون پرانرژی‌اید...»

کلید ۲ - ریست مشترک

برای آرام کردن مشترک خودم و کلاس، این کار را می‌کنم:

مثال: «بیایید به نفس عمیق با هم بکشیم...»

کلید ۳ - انتخاب کوچک

برای برگرداندن حس کنترل به دانش‌آموز، این انتخاب را پیشنهاد می‌کنم:

مثال: «می‌خواهی نشسته ادامه بدیم یا دو دقیقه بایستی؟»

۲. برنامه ریزی هفته ی اول مهر

فرهنگ کلاس از روز اول ساخته می شود، نه در هفته ی سوم

۳ قانون اصلی کلاس که از روز اول اعلام می کنم:

۱.

۲.

۳.

یک فعالیت برای ساختن حس تعلق و آشنایی در روز اول:

۳. نقشه ی دانش آموزان قابل پیش بینی

بر اساس تجربه ی سال قبل – تا سه نفر

کلید پیشنهادی	الگوی رفتاری	نام / مشخصه

۴. مراقبت از خودم، پیش از ورود به کلاس

دانش‌آموزان حالت هیجانی معلم را آینه می‌کنند

وقتی خودم عصبی یا خسته‌ام، پیش از آنکه سراغ دانش‌آموز بروم، این کار را برای آرام کردن خودم انجام می‌دهم:

تعهد من به خودم

من متعهد می‌شوم این سه کلید را در هفته‌ی اول مهر، حداقل یک‌بار در کلاس واقعی امتحان کنم و این برگه را کنار میز من نگه دارم تا هر وقت لازم شد، دوباره به آن نگاه کنم.

امضا: _____ تاریخ: _____

موفق باشید – مهرماه امسال، آرام‌تر شروع می‌شود.