

 <h2 style="text-align: center;">PLANUL LECȚIEI 22</h2> <h3 style="text-align: center;">ÎMBRĂȚIȘÂND BLÂNDEȚEA</h3>	
PARTEA A: METODOLOGIA LECȚIEI	
CALITATEA	Blândețea
DESCRIEREA GENERALĂ A CALITĂȚII	<p>Conform <a href="#">ViaCharacter</a>, Blândețea implică:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● A fi cu picioarele pe pământ (smerenie),</li> <li>● a avea un ego liniștit (umilință),</li> <li>● a uita lucrurile rele repede (iertare),</li> <li>● a avea un comportament calm și de sprijin (bunătate)</li> <li>● a fi orientat către celălalt (bunătatea),</li> <li>● a fi politicos și curtenitor.</li> </ul> <p>Potrivit RaftCares, o persoană blândă este cea care este amabilă, prietenoasă și fără de grosolănie. O persoană blândă nu face mișcări sau declarații bruște. Sunt curtenitori, politicoși și calmi. Pentru o persoană blândă, nu este nevoie să fii dur sau să acționezi cu violență(RAFT).</p>

Ce este atunci blândețea? Conform dicționarului Cambridge, blândețea este *este calitatea de a fi calm, bun și blând*.

### Blândețea

O persoană blândă emană o încredere liniștitoare. Aceasta este o încredere născută din a fi în regulă cu lumea și cu ceea ce îți vine în cale (echipa MoPYL: cu alte cuvinte, poate fi o **răbdare fermă**). Blândețea este derivată dintr-o minte **calmă, liniștită** (echipa MoPYL: cu alte cuvinte și **pacifistă**). Capacitatea de a gestiona aceste lucruri denotă o forță interioară (echipa MoPYL: cu alte cuvinte și **auto-motivare și autocontrol**) care este adesea trecută cu vederea. Această încredere blândă este, de asemenea, o dovadă că există o conștientizare fermă a ceea ce este corect și a ceea ce nu este (echipa MoPYL: cu alte cuvinte și **responsabilitate**) (RAFT).

Blândețea poate fi cea mai mare putere atunci când oamenii sunt conștienți de limitele lor și sunt dispuși să le impună. Când oamenii sunt capabili să rămână în aceste limite, ei sunt înzestrați cu un sentiment de siguranță și pace ca rezultat. Această aplicare a graniței poate fi blândă, în același timp fermă (RAFT).

Unde ar trebui create limitele? Granițele există în toate ariile vieții. Luați în considerare următoarele categorii generale:

- Fizic
- Mental
- Emotional
- Social
- Spiritual
- Professional

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Distractiv (<i>RAFT</i>).</li> </ul>
DESCRIEREA GENERALĂ A LECȚIEI	Lecția este formată din trei părți – partea introductivă (~ 10% din timp), partea principală (~ 75% din timp), partea finală (~ 15% din timp). Partea introductivă constă în: a) legături cu alte lecții; b) introducere. Partea principală constă în părți teoretice și practice (individual, pereche, grup). Partea finală constă într-un rezumat al lecției și concluzii, feedback, întrebări și răspunsuri.
SCOPUL LECȚIEI	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) să învețe trăsăturile pozitive ale blândeții;</li> <li>2) să învețe să aleagă blândețea în fiecare zi;</li> <li>3) să învețe elevii asupra importanței de a fi blând și exersați trăsăturile blândeții.</li> </ol>
METODE DE EDUCAȚIE NON-FORMALĂ	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) pregătire teoretică,</li> <li>2) discuții, dezbateri,, simulări, observare, feedback, întrebări și răspunsuri etc..</li> </ol>
GRUPĂ DE VÂRSTĂ	13-15 ani
REZULTATE AȘTEPTATE ALE LECȚIEI	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) elevii înțeleg că blândețea este unul dintre cele mai importante roade ale spiritului lor.</li> <li>2) elevii ajung să reflecteze asupra faptului că blândețea este cea mai bună cale de urmat atunci când există furie în jur.</li> <li>3) elevii sunt capabili să observe blândețea fiind confrunțați cu situații biblice și situații din viața de zi cu zi.</li> </ol>
<b>PARTEA B: DESCRIEREA LECȚIEI</b>	

SLOGAN	<p>„Fii vindecător prin cuvintele tale, fii tandru prin cuvintele tale, fii blând prin cuvintele tale și urmărește-ți cuvintele aducând vindecare în inimile celorlalți.”</p> <p style="text-align: right;"><i>Heather Wolf</i></p>
DILEMA	<p>Blândețea a fost selectată ca una dintre cele 13 valori. Pe parcursul derulării proiectului, 305 tineri cu vârsta cuprinsă între 14 – 15 ani au fost chestionați cu privire la cele treisprezece valori promovate de proiectul MoPYL, și au ajutat să se vadă atenția tinerilor și să dezvolte planuri de lecție ținând cont de nevoile și așteptările tinerilor.</p> <p>În cadrul Raportului de cercetare al proiectului MoPYL, blândețea raportată la valorile creștine și tinerețea a fost menționată în Focus grupul român de către participantul RO01: Bucuria este clasată pe locul 1, deoarece blândețea este pe 9 și aceasta reflectă o tendință de a se concentra mai degrabă pe propria plăcere decât pe bunăstarea comunității” (pagina 3 din Rezultatele focus-grupurilor). Acest lucru este un punct bun și se potrivește cu cercetările și preocupările anterioare despre generația tânără lipsită de această calitate. Prin urmare, echipa de proiect a considerat că ar trebui elaborate cel puțin două planuri de lecție care să promoveze valoarea „bândeței”, deoarece unele calități ar trebui predate mai degrabă decât promovate în cadrul celor care sunt interesante pentru tineri, dar fiind concentrate mai degrabă pe beneficiile proprii, decât pe societate.</p> <p>Rezultatele Raportului de cercetare MoPYL au ajutat consorțiul de proiect să decidă asupra cantității de valori ale blândeței care trebuie promovate prin planurile proiectului.</p> <p>Vedeți raportul de cercetare complet al proiectului MoPYL pe pagina de start a proiectului <a href="http://www.mopyl.eu">www.mopyl.eu</a>.</p>
MATERIALE NECESARE PENTRU LECȚIE	Proiector, ecran, computer, acces la Wi-Fi sau internet mobil



Agency for International  
Programs for Youth  
Republic of Latvia



Co-funded by the  
European Union

# MOPYL

Mobile Program for Youth Learners

DURATA LECȚIEI	1 oră de învățare, adică 45 de minute		
<u>PARTEA INTRODUCȚIVĂ</u>	Set anticipat	3 minute	<ul style="list-style-type: none"> <li>● salutul, binecuvântarea și implicarea cursanților</li> <li>● legătura cu lecțiile anterioare – reflecții, feedback, discuții</li> <li>● explicarea materialului lecției curente</li> <li>● explicarea sarcinilor pentru elevi</li> <li>● conexiunea cu lecția viitoare</li> </ul>
	Introducerea noului material	2 minute	<ul style="list-style-type: none"> <li>● instrucțiuni directe ale conținutului</li> <li>● modelarea noilor abilități – blândețea</li> <li>● verificarea gradului de înțelegere al elevilor</li> </ul>
<u>PARTEA PRINCIPALĂ</u>	Ghid practic	30 minute	TITLUL: Îmbrățișând blândețea
	<p>Blândețea înseamnă să fii foarte atent în ceea ce spui și faci. Înseamnă să abordezi lucrurile cu grijă și să vorbești cu o voce blândă. Blândețea înseamnă să fii sensibil și să ai grijă să nu rănești sentimentele altora. Biblia spune că toate cuvintele blânde îndepărtează mânia. Blândețea lui Abigail a alungat mânia lui David când a vrut să-l omoare pe soțul ei, Nabal.</p>		

	<p><b>Povestea:</b> Nabal era un om foarte bogat. Avea o mulțime de pământ și o mulțime de oi. Dar era nepolitic și rău cu slujitorii săi și cu soția sa, Abigail.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Când David fugea de regele Saul, el a rămas lângă țara lui Nabal. David și oamenii lui i-au ajutat pe păstorii lui Nabal. Ei au ținut hoții și animalele sălbatice departe de păstorii și de oile lor.</li> <li>• Într-o zi, David a trimis niște oameni să-i ceară ajutor lui Nabal. I-au spus lui Nabal cum i-au ajutat păstorii. Apoi au cerut mâncare și apă. Nabal a zis: „Cine este acest David? De ce să-i dau de mâncare?” Nabal nu i-a ajutat pe David și pe oamenii lui.</li> <li>• Acest lucru l-a făcut pe David foarte supărat. El a plănuit să-l omoare pe Nabal. Dar soția lui Nabal, Abigail, era bună și blândă. A auzit cum soțul ei a strigat la oamenii lui David. În secret, Abigail a încărcat mulți măgari cu mâncare și băutură pentru David și oamenii lui.</li> <li>• Abigail s-a închinat înaintea lui David. „Te rog”, a spus ea, „ia mâncarea asta. Uită de Nabal; el este prost. Dumnezeu te va face un mare rege într-o zi.” David a văzut că Abigail era înțeleaptă. A trimis-o acasă în pace. L-a lăudat pe Dumnezeu pentru sfatul ei. Cuvintele blânde ale lui Abigail au înlăturat furia lui David.</li> </ul> <p>Profesorul le citește elevilor povestea lui Abigail.</p>
PRACTICĂ DE GRUP	<p>10 minute</p> <p>Profesorul întreabă dacă există întrebări legate de povestea lui Abigail. Profesorul preia întrebările și răspunde. Apoi, pentru a facilita discuția în grup, profesorul pune următoarele întrebări:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. De ce Nabal nu a putut arăta blândețe față de David?</li> <li>2. Ce s-ar fi întâmplat dacă David ar fi căutat să se răzbune împotriva lui Nabal?</li> <li>3. De ce este Abigail o figură a blândeții?</li> </ol>

	4. Poți să numești situații în care ai experimentat blândețea? Cum te-ai simțit?
SITUAȚIA	<p>Profesorul împarte grupurile în 3 și apoi citește situația fiecăruia dintre grupuri.</p> <p><b>Situația:</b> Imaginează-ți că ai o ceartă de rezolvat cu un coleg de-al tău. Colegul este aproape sigur că i-ai furat portofelul. Cu toate acestea, știi că nu ai făcut asta, deoarece ești împotriva jafului. Colegul nu te crede, este foarte supărat și te lovește.</p> <p><b>Sarcină:</b> Pune-te în pielea persoanei care este pălmuită și gândește-te cum ai reacționa. Fii sincer, analizează-te și apoi discută în grupuri răspunsurile tale.</p> <p><b>Prezentarea:</b> După ce au discutat, profesorul le cere elevilor să vină în față cu grupurile lor și să-și prezinte reacțiile.</p> <p>Profesorul încheie lecția cu următoarele cuvinte: a alege blândețea nu este întotdeauna ușor. Dacă cineva te bate, te înjură, îți face nedreptate, te plesnește, îți spune cuvinte urâte, instinctul nu va fi întotdeauna să întorci celălalt obraz ca în pasajul biblic: „Nu te împotrivi unui om rău! Dacă cineva te plesnește peste obrazul drept, oferă și celălalt obraz. Dacă ești dat în judecată și ți se ia cămașa, dă-ți și haina. Dacă un soldat cere să-i purtați echipamentul o milă, duceți-l două mile.” (Matei 5:39–41)</p> <p>Cu toate acestea, aveți exemplul pe care Isus l-a dat tuturor și care este adevărata putere. A lovi înapoi nu dezvăluie adevărata putere. Adevărata putere este să rămâi mereu blând și amabil.</p>

MORALA	<i>Blândețea este întotdeauna o opțiune.</i>	
<u>Partea finală</u>	12 minute	Scurt rezumat a lecției, discuții despre lecțiile învățate, dezbateri. Feedback al cursanților pentru cele mai bune practici care urmează să fie aplicate în viitor.
REFERINȚE	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Versiunea standard în engleză a Bibliei. <i>Biblia</i>. Accesat: 25.07.2022. <a href="https://www.biblestudytools.com/esv/">https://www.biblestudytools.com/esv/</a>.</li> <li>2. Erasmus+ Project. 2022. <i>Program mobil pentru tineri care învață. Raport de cercetare MoPYL</i>. Disponibil la: <a href="http://www.mopyl.eu">www.mopyl.eu</a>.</li> <li>3. Niemiec, R. 2020. <i>Blândețea ca forță compusă</i>. VA Institute on Character. Accesat: 25.07.2022. <a href="https://www.viacharacter.org/topics/articles/gentleness-as-a-compound-strength">https://www.viacharacter.org/topics/articles/gentleness-as-a-compound-strength</a>.</li> <li>4. Reziliență pentru avocați prin formare fundamentală(RAFT). 2019. <i>Cum să fii puternic în timp ce fii blând</i>. RAFT Team. Accesat: 25.07.2022 <a href="https://www.raftcares.org/resources/community-blog/how-to-be-strong-while-still-being-gentle/">https://www.raftcares.org/resources/community-blog/how-to-be-strong-while-still-being-gentle/</a>.</li> </ol>	