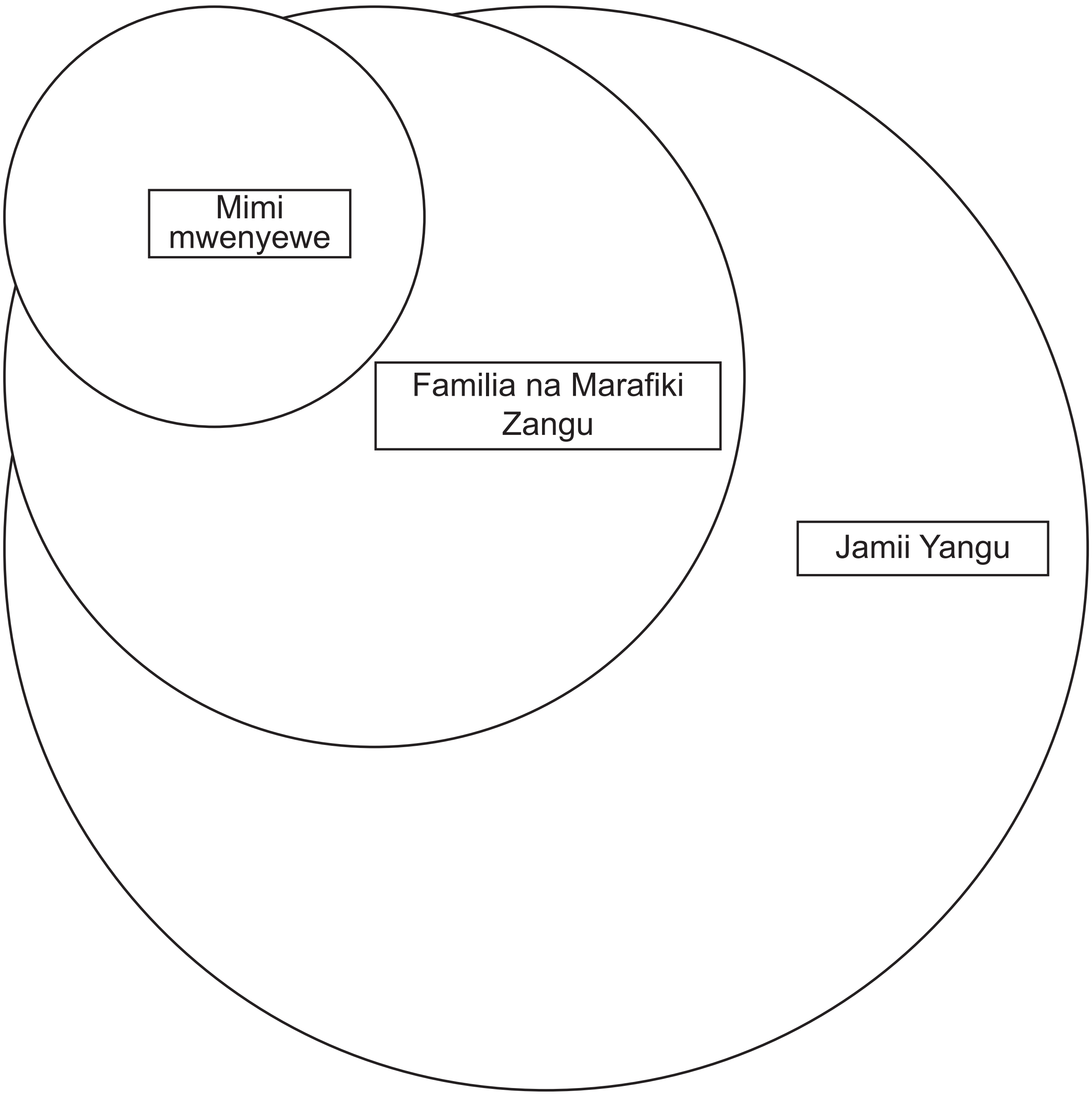
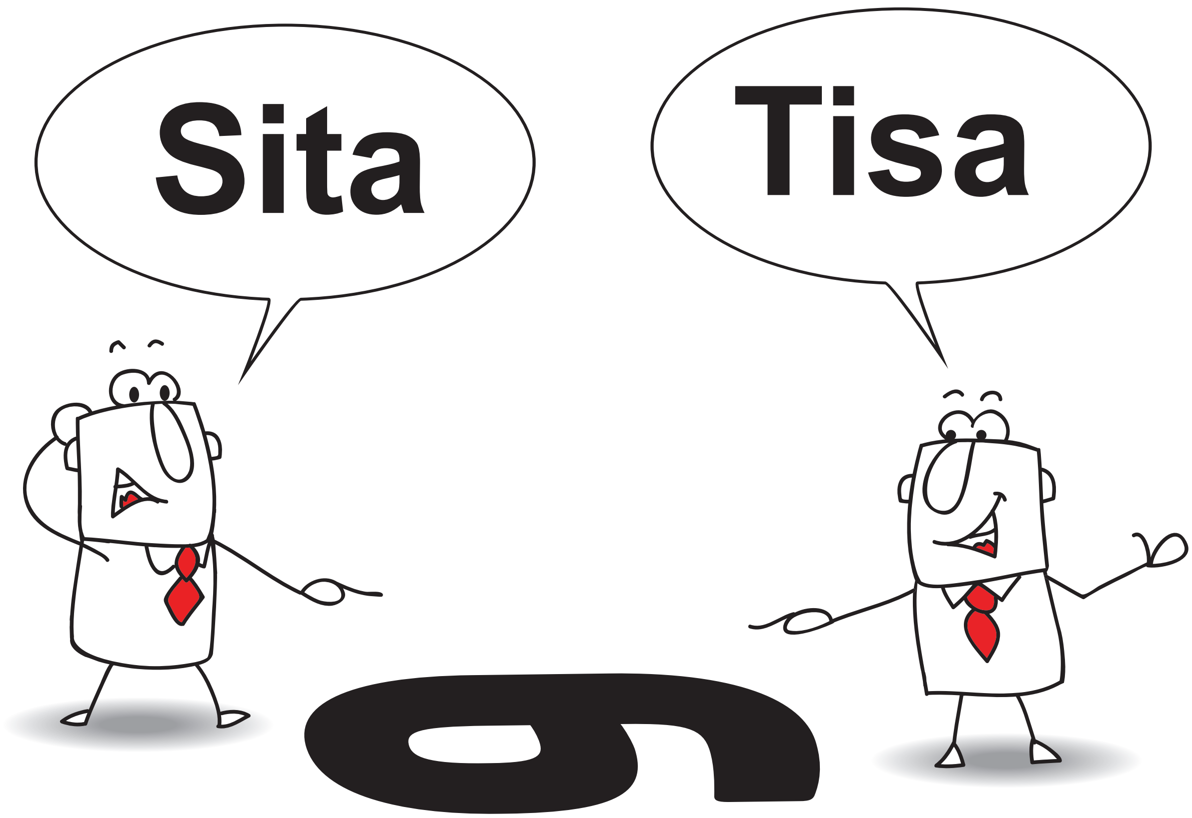
Mizunguko ya Wajibu



© 2018 Overcoming Obstacles

6 au 9?



© 2018 Overcoming Obstacles

Hatua 5 za huruma

HATUA YA 1: SIKILIZA!

- Rafiki yako anasema nini?
- Utaelezaje ishara yake ya mwili?

HATUA YA 2: JIHUSISHE!

- Fanya muungano wa binafsi wa jinsi rafiki yako anavyohisi.
- Ni wakati gani uliwahi kuhisi hivyo?

HATUA YA 3: TAFAKARI!

- Unadhani rafiki yako anahisi vipi sasa hivi?
- Ungehisi vipi hili lingekutendekea?

HATUA YA 4: ULIZA!

- Mwuliza rafiki yako jinsi anavyohisi.

HATUA YA 5: TENDA!

- Msikilize rafiki yako kwa makini anapozungumza kuhusu hisia zake. Mwangalie machoni.
- Onyesha rafiki yako kuwa unajali kwa maneno na vitendo.

© 2018 Overcoming Obstacles

Kadi za Matukio ya Huruma

Rafiki yako wa dhati, Sara, ana wivu kuhusu rafiki yako mpya uliyempata, anayeitwa Leila. Siku moja wakati wa carpool line, Sara anaanza kucheka kichinichini na kutoa maoni mabaya kuhusu gari ambalo mama wa Leila anaendesha. Leila anamsikia na kuaibika; unajua mama wa Leila alipoteza kazi hivi majuzi. Unapaswa kufanya nini?

Rafiki yako wa dhati, Mateo, ameanza kumtania Jayden kwa kuwa msomaji wa polepole. Kwanza ulidhani lilikuwa jambo la kufurahisha, lakini maoni ya Mateo kwa Jayden yamekuwa ya kudhalilisha. Kwanza, Jayden anaaibika sasa kusoma kwa sauti darasani na anainamisha kichwa chake kila anapoombwa kujibu swali. Wanafunzi wengine darasani bado wanadhani maoni na vicheko vya dharau vya Mateo ni vya kufurahisha Jayden anapohitajika kusoma. Unapaswa kufanya nini?

Mdhalimu shuleni na marafiki zake kadhaa wanamzingira mwanafunzi wakati wa mapumziko. Wanamcheka kwa sababu ya raba zake chafu. Unapaswa kufanya nini?

Watoto wanachagua timu za mchezo wa besiboli wakati wa P.E. Wanafunzi wawili wanaachwa, lakini manahodha hawataki kuwachagua. Unapaswa kufanya nini?

Shania ana sherehe ya siku ya kuzaliwa. Darasa zima limealikwa isipokuwa mwanafunzi mmoja. Unapaswa kufanya nini?

Mwanafunzi mpya anaingia darasani mwenu akiwa na chunusi mbaya na miwani mikubwa. Watoto wengine darasani wanaanza kucheka. Wakati wa chamcha, anakaa peke yake. Unapaswa kufanya nini?

Umo mtandaoni na unapokea ujumbe unaomdhalilisha mwenzako darasani ambao umetumwa kwa wanafunzi wengine darasani mwako. Mwenzako darasani ambaye anadhalilishwa hajui ujumbe wa kikundi cha siri. Unapaswa kufanya nini?

Kayla alinyolewa mtindo mpya na msusi kwa bahati mbaya akanyoa nywele zake zaidi alivyotaka. Marafiki zako wote wanasema anafanana na mvulana. Kayla anakasirishwa sana. Unapaswa kufanya nini?

© 2018 Overcoming Obstacles

Uchanganuzi wa Matukio ya Huruma

Jina: ____

1. Unadhani mtu aliye katika darasa lenu anahisi vipi?

2. Hali hii itakufanya uhisi vipi?

3. Ukikumbana na hali hii katika maisha halisi, utafanya nini ili kuonyesha huruma?

© 2018 Overcoming Obstacles

Kuwa na Heshima

<table>
<tr><th colspan="2">Ninaweza kuonyesha heshima vipi?</th></tr>
<tr><td>Shuleni

</td><td></td></tr>
<tr><td>Nyumbani
 </td><td></td></tr>
<tr><td>Katika Jamii
 </td><td></td></tr>
</table>

© 2018 Overcoming Obstacles

Kadi za Matukio ya Heshima

Kadi ya 1 Mwalimu wa Johnny anaomba wanafunzi kutoa madaftari ya hisabati na penseli. Johnny anakasirika kwa sababu alisahau kufanya zoezi lake la nyumbani na hatoi daftari wala penseli yake. Mwalimu wake anamkumbusha kuhusu maagizo yake, bado hayafuati. Je, Johnny ana heshima? Johnny anapaswa kufanya nini kuonyesha heshima kwa mwalimu wake?	Kadi ya 2 Sarah yuko bustani; anatupa mkoba wa viazi chini anapokamilisha na kukimbia kucheza kwenye bembea. Je, Saraha ana heshima? Sarah anapaswa kufanya nini ili kuonyesha heshima katika jamii yake?
Kadi ya 3 Ben anakimbia kwenye njia ya ukumbi anapoenda bafuni. Mwalimu asiyemjua anamwomba kutembea. Ben anampuuza mwalimu na kuendelea kukimbia. Je, Ben ana heshima? Ben anapaswa kufanya nini kuonyesha heshima shuleni?	Kadi ya 4 Mwalimu wa Anna anawaambia wanafunzi waweke kompyuta kibao zao mbali na wakae chini. Anna anataka sana kukamilisha mchezo anaocheza, hivyo anapuuza agizo na kuendelea kucheza kwenye kompyuta kibao. Je, Anna ana heshima? Anna anapaswa kufanya nini kuonyesha heshima kwa mwalimu wake?
Kadi ya 5 Timu ya besiboli ya Eric haikushinda mchezo mkubwa. Eric alikasirika sana. Wakati wa timu zote mbili kusalimiana, Eric alikaa kwenye benchi na kukataa kusalimiana na timu nyingine. Je, Eric ana heshima? Eric anapaswa kufanya nini kuonyesha heshima shuleni?	Kadi ya 6 Mama wa Sean alimwambia kuwa asingeweza kucheza na marafiki zake hadi asafishe chumba chake. Sean hakutaka kusafisha chumba chake lakini alitaka sana kucheza nje. Sean alipanda juu na kusafisha chumba chake kama mama yake alivyomwagiza. Je, Sean ana heshima?
Kadi ya 7 Bibi wa Serena alipika pasta kwa chajio. Serena hapendi pasta. Kwenye meza ya chajio, anamzomea bibi yake kwa kupika pasta na kumwambia kuwa yeye ni mpishi mbaya zaidi kuliko wote. Je, Serena ana heshima? Serena anapaswa kufanya nini kuonyesha heshima kwa bibi yake?	Kadi ya 8 Wakati wa Show na Tell, wavulana wawili wanaanza kucheza wakati mwenzao darasani anaposhiriki kuhusu filamu uipendayo. Wanacheka na kusema kuwa ni filamu ya kuchusha. Je, wanafunzi hawa wana heshima kwa mwenzao darasani? Wavulana hao wanapaswa kufanya nini kuonyesha heshima shuleni?

© 2018 Overcoming Obstacles

Sampuli ya Manukuu Kuhusu Uadilifu

"Uadilifu kamili ni kufanya kitu kinachofaa, kwa kujua kuwa hakuna mtu atakayejua kuwa ulikifanya au hukukifanya." —Oprah Winfrey

"Uadilifu ni kuchagua mawazo na vitendo vyako kulingana na thamani badala ya manufaa ya binafsi." —Hajulikani

"Yeyote ambaye hajali ukweli katika mambo madogo hawezi kuaminika kwa mambo muhimu." —Albert Einstein

"Wakati huwa sahihi kufanya kilicho sahihi." —Martin Luther King, Jr.

"Uadilifu ni kufanya kitu kinachofaa, hata wakati hakuna anayekutazama."

—C. S. Lewis

"Hekima ni kujua njia sahihi ya kufuata…uadilifu ni kuifuata njia hiyo."

—Hajulikani

"Si kile tunachokikiri hadharani, lakini tunapoenda na tunachokifanya faraghani ndicho kinachotupa uadilifu." —Sir Francis Bacon

"Kuwa mwaminifu huenda kusikufanye kuwa na marafiki wengi, lakini kutakupa marafiki wazuri wakati wote." —John Lennon

© 2018 Overcoming Obstacles

Matukio yenye Changamoto za Uadilifu

Wasomee wanafunzi wako matukio haya. Wanafunzi wanapaswa kuchagua kile ambacho watafanyia kila tukio na kuenda upande sawa wa chumba—1 au 2.

1. Rafiki yako amekuja kukutembelea na nyote wawili mko kwenye kompyuta ya mama yako. Rafiki yako anataka uende kwenye tovuti ambayo unajua kuwa mama yako hataki utembelee. Hata hivyo, mama yako ameenda nyumbani kwa jirani yenu kwa dakika chache, hivyo wewe na rafiki yako mko peke yenu. Je, ...

   Chaguo la 1: …utatembelea tovuti? Mama yako hayupo nyumbani wakati huu na huenda asijue kuwa uliitembelea.

   Chaguo la 2: …utamwambia rafiki yako kuwa unapaswa kuenda kwenye tovuti nyingine au kufanya kitu kingine? Utajipata matatani ukiitembelea tovuti hiyo.

2. Hukupata muda wa kusoma kwa ajili ya jaribio lako la misamiati na bibi yako alikuambia kwamba lazima upate “A” kwenye jaribio ili uende kwenye jumba la biashara naye wikendi hii. Wakati wa jaribio, unatambua kwamba unaweza kuona kwa urahisi majibu ya mwanafunzi anayeka karibu nawe. Je, ...

   Chaguo la 1: ...utaiba jaribio la mwanafunzi huyo? Unajua kuwa alisoma na huenda ana majibu sahihi!

   Chaguo la 2: …utachagua kufanya kazi yako mwenyewe? Huenda usipate “A,” lakini hukuiba.

3. Uliona rafiki yako wa dhati akiiba pesa kwenye mkoba wa mwanafunzi mwingine darasani mwako. Je, ...

   Chaguo la 1: …utaripoti ulichokiona kwa mwalimu wako? Unajua kuwa rafiki yako anaweza kukasirika, lakini mwanafunzi katika darasa lako sasa hana pesa kwa ajili ya chamcha.

   Chaguo la 2: …hutasema chochote? Si wewe uliyeziiba pesa hizo!

© 2018 Overcoming Obstacles

Karatasi ya Mawazo Chanya

Mimi ni mwerevu.

Mimi ni mwenye bidii.

Mimi ni mwungwana.

Ninawajibika.

Mimi ni wa kutegemewa.

Nina vituko.

Ninavutia.

Mimi ni bora katika michezo.

Mimi ni msomaji bora.

Ninapenda kusaidia.

Mimi ni hodari wa hisabati.

Ninawaheshimu wengine.

Ninapendwa.

Mimi ni karimu.

Mimi ni mbunifu.

© 2018 Overcoming Obstacles

Karatasi ya Mawazo Hasi

Mimi ni mpumbavu.

Huwa sifanyi chochote vizuri.

Sijui kucheza michezo vizuri.

Hakuna anayetaka kuwa rafiki yangu.

Kila kitu ni kigumu.

Siwezi kuchora.

Kila mtu ni mchoyo.

Mwalimu wangu hunizomea kila wakati.

Ninachukia hisabati.

Kaka yangu mkubwa huwa hataki kucheza na mimi.

Mapumziko yanachusha.

Mimi ni msomaji mbaya.

Sitafaulu shuleni.

Mimi hugombezwa kufanya kazi za nyumbani.

Huwa sifanyi chochote cha kufurahisha.

© 2018 Overcoming Obstacles

Malengo ya Ustahimilivu

Malengo yangu ya muda mrefu ni: ______________________________

____

____

Nitakapokamilisha lengo langu, litakuwa...

© 2018 Overcoming Obstacles

Malengo ya Ustahimilivu

Nitakapokamilisha lengo langu, litakuwa...

Lengo la Muda Mfupi 1:

Lengo la Muda Mfupi 2:

Lengo la Muda Mfupi 3:

Lengo la Muda Mfupi 4:

Lengo la Muda Mfupi 5:

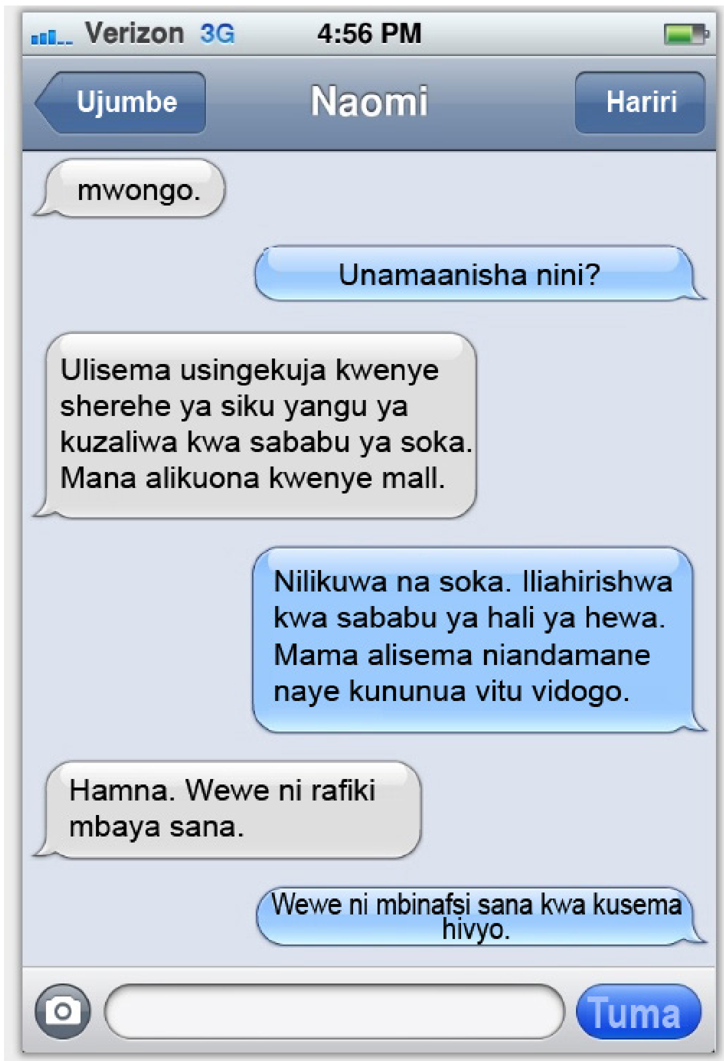
LENGO LA MUDA MREFU LILILOKAMILISHWA:

© 2018 Overcoming Obstacles

Sampuli ya "You-Message"

Soma mazungumzo ya matini kati ya Naomi *(ujumbe wa rangi nyeupe)* na rafiki yake *(ujumbe wa rangi ya bluu)*.

Ungehisi vipi ungekuwa rafiki wa Naomi?



© 2018 Overcoming Obstacles

Zoezi la "I-Message"

Maelekezo: Soma mifano ifuatayo.
Hebu fikiria kuwa ilikuwa ikikutendekea; kisha, andika "I-Message" yako mwenyewe kwa kila mfano.

MFANO:

Mama yako anakufanya unyoe nywele zako kabla hujamtembelea bibi na babu zako. Lakini unataka nywele zako zisalie zilivyo.

Ninahisi **kukasirishwa**

wakati **unaponifanya ninyoe mtindo wa nywele zangu**

kwa sababu **Ninapenda jinsi nywele zangu zilivyo kwa sasa.**

1. Mwanatimu amekuwa akivikejeli viatu unavyovaa ili kufanya mazoezi.

   Ninahisi ____________________

   wakati ____________________

   kwa sababu ____________________.

2. Wenzako darasani hawatakuruhusu kujiunga kwenye mchezo wao wakati wa mapumziko.

   Ninahisi ____________________

   wakati ____________________

   kwa sababu ____________________.

3. Ndugu zako hukuita "mjinga" kwa sababu unapenda kusoma.

   Ninahisi ____________________

   wakati ____________________

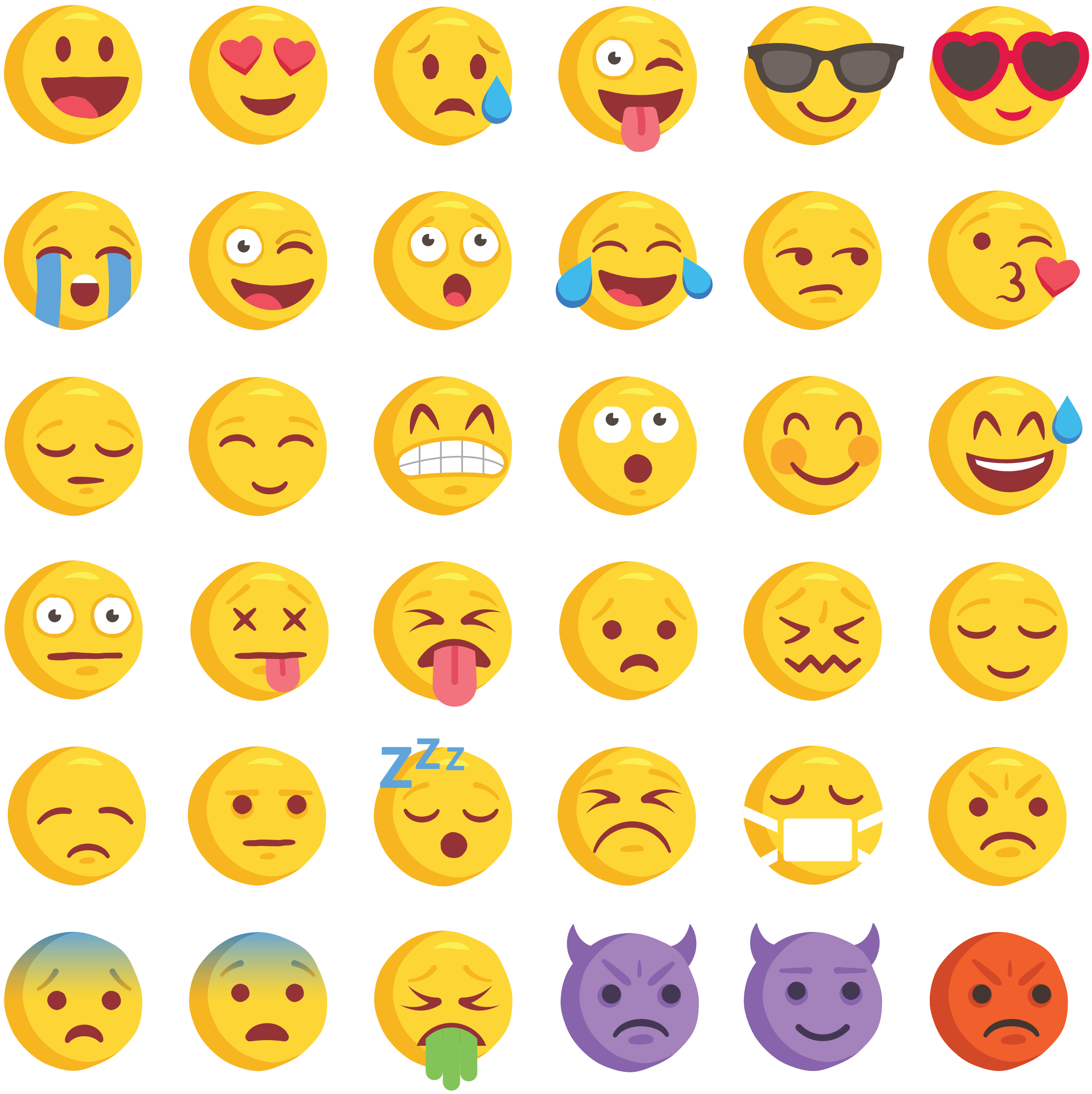
   kwa sababu ____________________.

© 2018 Overcoming Obstacles

suluhisho la mgogoro
Mtabiri

© 2018 Overcoming Obstacles

Vikaragosi vya Mhemko



© 2018 Overcoming Obstacles

Orodha ya Matukio ya Msukumo wa Marika

1. Wewe na marafiki kadhaa mnacheza soka uwanjani karibu na nyumba. Umeambiwa urudi nyumbani giza linapoingia. Kabla tu ya giza, mtoto maarufu katika mtaa anakualika wewe na marafiki zako kuenda kwenye nyumba yao kucheza mchezo wa utambuaji usiku katika ua wao. Marafiki zako wote wanaamua kuenda, lakini unafahamu kwamba unatarajiwa nyumbani giza linapoingia.

2. Wakati wa darasa la kompyuta, mmoja wa wenzako darasani alienda kwenye tovuti unayojua kuwa huruhusiwi kuenda ukiwa shuleni. Anataka uende kwenye tovuti pia ili akuonyeshe video "maridadi". Mwenzako darasani anasema kuwa wewe ni mnyama kipenzi wa mwalimu ukifuata sheria za shule kila wakati.

3. Geraldo anataka sana njumu za soka. Bibi yake anampeleka kwenye jumba la biashara na kumpa pesa aende ndani na kununua viatu. Anapoelekea kwenye idara ya viatu, anaona kikundi cha wachezaji soka kikivaa jozi sawa za kaptura za soka. Ingawa amekuwa akitaka njumu za soka kwa muda mrefu, Geraldo pia anahisi msukumo wa kuwa maridadi na kufaa kama wachezaji soka wengine.

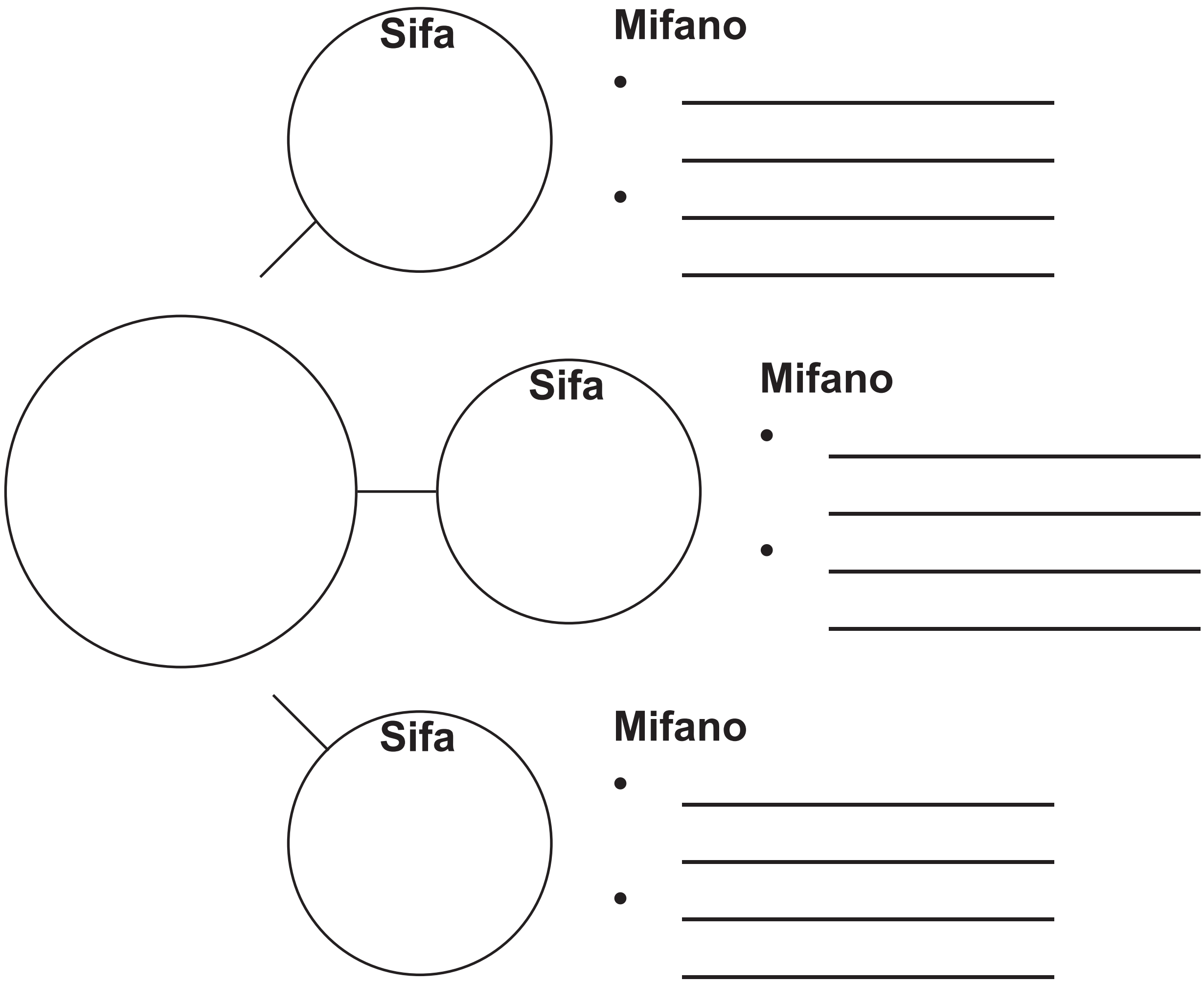
4. Kwenye safari ya bai kuelekea shuleni, mwenzake darasani anamuuliza Naquan ikiwa anaweza kunakili kazi yake ya ziada. Naquan anataka kukataa kwa sababu anajua kuwa huo ni uwongo. Lakini mwenzake darasani anamwambia, "Ni wajinga tu ndio wanaokataa kushiriki majibu. Unataka kuitwa mjinga?"

5. Wakati DeAnna yuko kwenye densi ya shuleni, msichana mgeni shuleni kwake anajaribu kuja na kujiunga na densi ya marafiki zake. Marafiki wote wa DeAnna wanazungusha macho yao na kusongasonga ili wamzuie msichana mgeni. DeAnna anatambua kuwa msichana mgeni anaonekana kuwa pweke, lakini hataki kuonekana "kutofaa" marafiki zake.

6. Rachel alikuwa akikaa kimya darasani, akisoma kitabu kama mwalimu wake alivyomwagiza kufanya. Ghafla, rafiki yake wa dhati anayekaa kando yake anamwomba awasilishe ujumbe kwa mwanafunzi mwingine. Rachel ana woga kuhusu kujiingiza taabani, lakini Leilani anamtisha kuacha kuwa rafiki yake wa dhati tena akikataa kuwasilisha ujumbe.

© 2018 Overcoming Obstacles

Wavuti wa Sifa



© 2018 Overcoming Obstacles

Chati ya uraia

Nitaufanya ulimwengu huu kuwa mahali pazuri kwa...

Shuleni	Nyumbani	Katika jamii yangu

© 2018 Overcoming Obstacles