

Saya Percaya pada Super ME!

Pelajaran ini akan memperkenalkan siswa ke Unit Keberanian dengan memberi mereka waktu untuk memikirkan cara untuk menunjukkan keberanian, pertama, kepada diri mereka sendiri. Pelajaran diakhiri dengan siswa melakukan brainstorming ide tentang bagaimana menjadi berani terhadap diri mereka sendiri selama musim panas dan kemudian menggambar versi pahlawan super dari diri mereka sendiri sehingga mereka dapat mengingat bahwa keberanian dan semua topik unit yang telah mereka pelajari tahun ini benar-benar merupakan kekuatan super!

Konsep Kebaikan

Keberanian, Kebaikan

Jangka Waktu Pelajaran

45 menit

Bahan yang Dibutuhkan

- ☐ Saya percaya pada selebaran Super Me
- ☐ Pensil, krayon, spidol

Peta Standar

Pelajaran ini selaras dengan Kompetensi CASEL, Standar Pendidikan Kesehatan Nasional, dan Standar Negara Inti Umum. Silakan merujuk ke [Peta Standar](#) untuk informasi lebih lanjut.



**DITUNJUK OLEH CASEL
SEBAGAI PROGRAM YANG
DIREKOMENDASIKAN
UNTUK PEMBELAJARAN SOSIAL DAN
EMOSIONAL.**

Lihat halaman terakhir untuk detailnya.

Tujuan Pelajaran

Siswa akan:

- Diskusikan cara untuk menunjukkan keberanian terhadap diri sendiri.
- Identifikasi hal-hal yang mereka kuasai atau percayai tentang diri mereka sendiri.
- Identifikasi hal-hal yang dapat mereka lakukan untuk menunjukkan keberanian.
- Identifikasi hal-hal yang ingin mereka tingkatkan.
- Buat pahlawan super yang dipersonifikasikan untuk mengingatkan mereka akan keberanian mereka.

Koneksi Guru / Perawatan Diri

Banyak orang mengasosiasikan istilah "keberanian" dengan menjadi kuat, melawan penindasan, dan memperjuangkan apa yang benar. Meskipun semua definisi ini sebenarnya mengacu pada berbagai jenis keberanian, masih ada fokus lain yang sama berharganya: keberanian untuk merespons dengan kebaikan. Unit ini akan berfokus pada kebaikan sebagai bentuk tindakan berani. Kemampuan Anda untuk menanamkan kebaikan ke dalam kehidupan sehari-hari Anda adalah hal paling berani yang dapat Anda lakukan untuk diri Anda sendiri. Ketika pikiran Anda berubah, perilaku Anda berubah, yang pada akhirnya mengarah pada perubahan positif pada orang-orang di sekitar Anda juga. Reaksi berantai kebaikan ini dimulai dari Anda! Minggu ini, tuliskan satu pemikiran khusus tentang diri Anda dan tempelkan di cermin kamar mandi Anda. Ulangi untuk diri Anda sendiri dengan keras setiap kali Anda membacanya. Pada awalnya ini mungkin terasa canggung dan tidak perlu. Namun, semakin sering Anda mendengar kata-kata baik, semakin besar kemungkinan Anda menginternalisasikannya. Bagaimana Anda bisa bersikap baik kepada diri sendiri hari ini?

Kiat untuk Pembelajaran yang Beragam

**RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®**

- Daftar curah pendapat bisa berupa gambar kecil atau kata-kata sederhana untuk penulis pemula.
- Pelajar tingkat lanjut atau mereka yang mahir dengan komputer dapat membuat pahlawan super dengan beberapa klik yang dapat diunduh dan dicetak dari DC Comics: Super Hero Me! Situs web: <https://www.heroized.com/>



Membagikan

5-7 menit

Sepanjang tahun ini kita telah berbicara banyak tentang kebaikan dan semua hal istimewa yang kita lakukan untuk membantu orang lain dan membuat mereka merasa istimewa. Ini adalah kekuatan super kebaikan kita! Adakah yang bisa mengingat nama negara adidaya yang telah kita bicarakan sepanjang tahun ini?

Rasa Hormat, Peduli, Inklusif, Keadilan, Ketekunan, dan Tanggung Jawab
Manakah dari berikut ini yang menurut Anda cukup bagus sejauh ini?

Undang tanggapan siswa.

Mana yang ingin Anda latih lebih banyak, bahkan selama musim panas, sehingga ketika Anda duduk di kelas tiga tahun depan, Anda siap menerapkan kekuatan super ini?

Undang tanggapan siswa



Mengilhami

7-10 menit

Apa itu Keberanian?

Untuk unit terakhir kita, kita akan berbicara tentang kekuatan super yang menggunakan SEMUA kekuatan super lainnya: KEBERANIAN. Menurut kalian apa arti keberanian?

Undang tanggapan siswa.

Ya. Keberanian berarti Anda berani ketika menghadapi keadaan baru atau sulit. Terkadang keberanian berarti bersikap baik kepada dan melibatkan seseorang saat istirahat. Terkadang itu berarti bertanggung jawab atas kesalahan yang Anda lakukan. Terkadang itu berarti bekerja keras untuk menyelesaikan sesuatu yang menurut Anda sangat sulit dan Anda tahu akan lebih mudah untuk berhenti begitu saja. Melakukan semua yang telah kita pelajari tahun ini untuk menjadi baik, peduli, inklusif, adil, bertekad, dan bertanggung jawab membutuhkan keberanian!

Unit ini akan fokus pada keberanian karena berhubungan dengan kebaikan. Bersikap baik menuntut kita untuk berani dan mau mencoba sesuatu yang baru atau berbeda dengan diri kita sendiri, orang lain, dan bahkan ruang kita (seperti sekolah kita). Ketika kita memiliki keberanian untuk menjadi baik, kita merasa lebih baik tentang diri kita sendiri dan membantu orang lain untuk merasa lebih baik juga!

Jelaskan bahwa ada 3 cara untuk menunjukkan keberanian melalui kebaikan: Kebaikan untuk Diri Sendiri: Ini mungkin terdengar konyol, tetapi dibutuhkan keberanian untuk bersikap baik kepada diri sendiri. Sebagian besar dari kita tidak memikirkan bagaimana kita memperlakukan diri kita sendiri, tetapi kebaikan sebenarnya dimulai dengan hal-hal yang Anda katakan dan lakukan terlebih dahulu kepada diri sendiri! Jika Anda tidak bisa baik kepada Anda, bagaimana Anda bisa berharap baik kepada orang lain?

Kebaikan kepada Orang Lain: Terkadang sangat sulit untuk memperlakukan orang lain dengan kebaikan. Anda bisa berani dan menggunakan keberanian untuk memfokuskan kata-kata dan tindakan Anda pada kebaikan dalam situasi apa pun. Meskipun orang lain jahat, Anda dapat memilih untuk menunjukkan keberanian melalui kebaikan. Anda mungkin terkejut melihat seberapa cepat orang lain berubah saat Anda menghujani mereka dengan kebaikan!

RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®

Kebaikan Terhadap Lingkungan (Sekolah): Sekolah kami adalah tempat yang hebat untuk belajar setiap hari. Mengapa? Karena kita masing-masing melakukan bagian kita untuk menjaganya tetap aman, bahagia, dan ramah setiap hari. Pilihan berani Anda untuk menunjukkan kebaikan dalam cara Anda merawat sekolah dengan memperlakukan materi kami dengan baik, menghormati ruang kami, dan aman di taman bermain adalah semua cara yang membantu menjadikan sekolah kami lingkungan belajar yang indah seperti yang kita miliki saat ini!



Memberdayakan

15-20 menit

Kita akan mulai dengan gagasan bahwa kita harus memiliki keberanian untuk bersikap baik dan percaya pada diri kita sendiri.

Apa saja hal berani atau berani yang telah Anda lakukan untuk diri sendiri? Pernahkah Anda merasa takut untuk melakukan sesuatu atau mencoba sesuatu, tetapi Anda bertahan dan tetap melakukannya atau mencobanya? Undang tanggapan siswa.

Dibutuhkan banyak latihan dan kerja keras untuk melakukan hal-hal yang berani untuk diri kita sendiri, untuk percaya pada diri kita sendiri dan mendorong diri kita untuk menjadi lebih baik atau belajar sesuatu atau melakukan hal yang benar! Terkadang mudah untuk tetap nyaman dan sama. Tapi kami lebih baik dari itu! Dunia membutuhkan kita untuk menjadi diri kita yang terbaik dan tumbuh menjadi diri kita sendiri setiap hari. Namun, terkadang kami perlu diingatkan, jadi kami akan merancang poster yang dapat Anda gantung di kamar Anda musim panas ini untuk mengingatkan diri sendiri betapa SUPER Anda!

Membagikan Saya Percaya pada Super ME!lembar.

Pada Anda, Saya Percaya pada Super ME! lembar, saya ingin Anda bertukar pikiran tentang topik ini di ruang putih di sekitar lingkaran "Saya Super" Anda. Anda dapat melihat topik yang dicetak di sana:

Saya Super Karena:

Saya Ingin Menjadi Lebih Baik Di:

Saya Percaya Saya Bisa/Bisa:

Musim Panas Ini Saya Akan Menunjukkan Keberanian Oleh:

Setelah Anda menuliskan tiga dari empat ide di setiap bagian, Anda dapat menggambar, mendesain, dan mewarnai di Super Me! Ini seharusnya Anda sebagai SUPERHERO, jadi gambarlah apa pun yang menurut Anda terlihat seperti itu.

Akan baik untuk menunjukkan kepada siswa contoh yang telah Anda lakukan untuk ini.



Mencerminkan

5 menit

Musim panas bisa terasa seperti waktu yang lama. Mungkin Anda melakukan banyak hal sendiri atau mungkin Anda berada di klub atau olahraga dan melihat banyak orang sepanjang musim panas. Terlepas dari itu, ingatlah untuk percaya pada diri sendiri, tunjukkan kebaikan pada diri sendiri, dan bekerja untuk menjadi diri Anda yang paling SUPER! Ini membutuhkan keberanian, kebaikan, ketekunan, tanggung jawab, dan kepedulian. Latih ini setiap hari dan jika Anda membutuhkan pengingat tentang apa yang sudah

RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®

menjadi super tentang Anda, lihat poster Anda. Jika Anda ingin diingatkan tentang apa yang dapat Anda upayakan untuk membangun keberanian dan kebaikan sebelum kelas tiga, lihatlah poster Anda. Jika Anda lupa cara menunjukkan keberanian musim panas ini, lihat poster Anda! Kalian semua super! Percaya itu!



Ide Ekstensi

- Siswa dapat menggantung poster tersebut di lemari es di rumah sehingga orang tua dapat membantu mengingatkan mereka tentang hal-hal tersebut jika mereka lupa atau membutuhkan dorongan.
- Gunakan bagian belakang atau ruang ekstra di bagian depan untuk membuat daftar semua hal baru untuk dicoba atau dipelajari selama musim panas untuk membantu menginspirasi keberanian. Buat bagan stiker yang dapat diselesaikan siswa setiap kali dia menunjukkan keberanian terhadap dirinya sendiri atau terhadap orang lain.



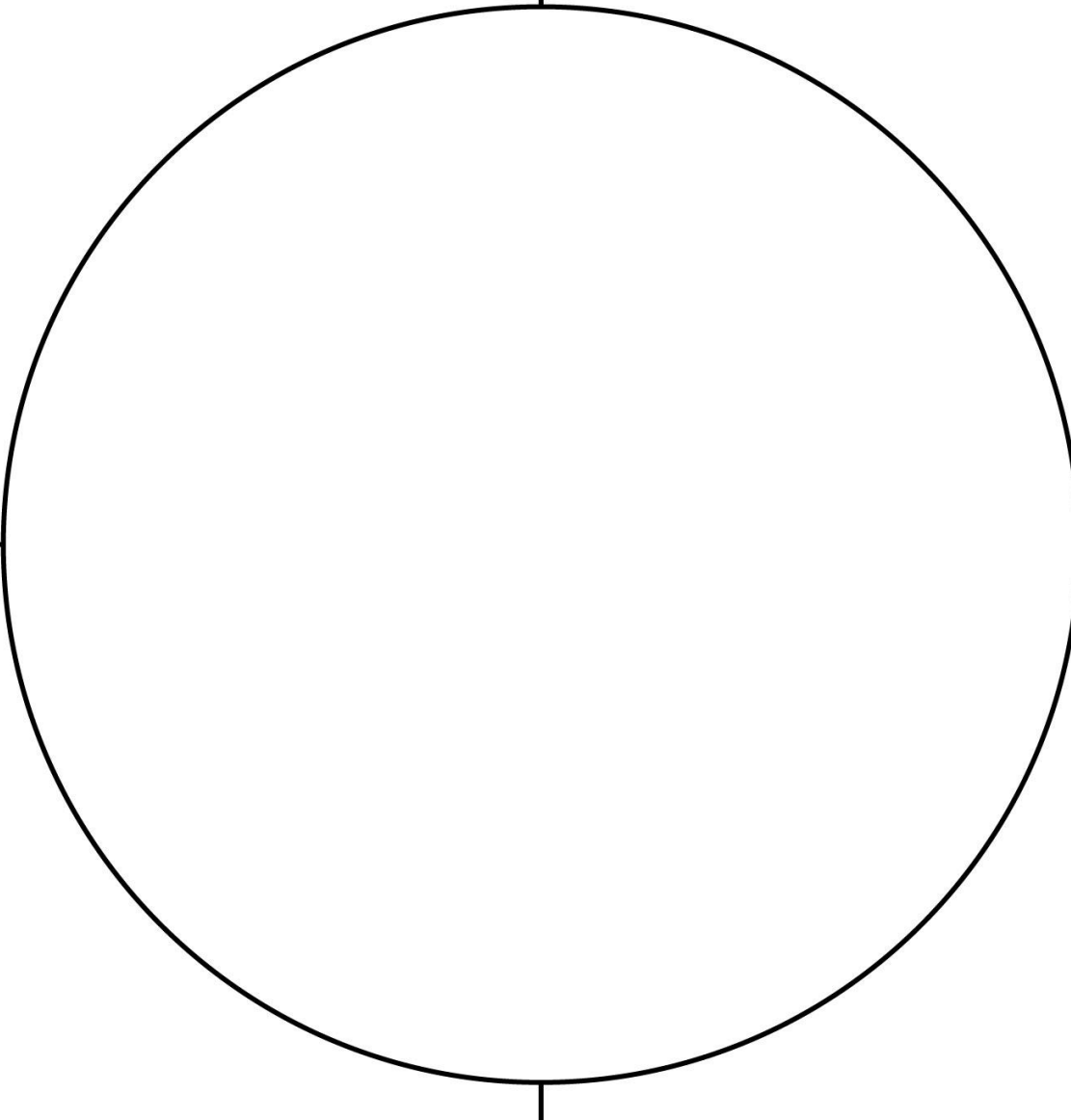
DITUNJUK OLEH CASEL
SEBAGAI PROGRAM YANG
DIREKOMENDASIKAN
UNTUK PEMBELAJARAN
SOSIAL DAN EMOSIONAL.

Kolaborasi untuk Pembelajaran Akademik, Sosial, dan Emosional (KASEL) telah meninjau program SEL berbasis bukti sejak tahun 2003. Kindness in the Classroom® memenuhi Program SElect CASEL dan disertakan dalam Panduan CASEL untuk Program Pembelajaran Sosial dan Emosional yang Efektif.

Kebaikan di Kelas® memenuhi atau melampaui semua kriteria CASEL untuk pemrograman SEL berkualitas tinggi. Kebaikan di Kelas® menerima sebutan tertinggi CASEL untuk pemrograman SEL berkualitas tinggi.

<https://casel.org/guide/kindness-in-the-classroom/>

I BELIEVE IN SUPER ME!

I am super because:	I want to get better at:
	
I believe I am / can:	I will show courage by:

RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®

RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®