

# Seberapa Penuh Ember Anda?

Pelajaran ini berfokus pada hubungan antara Rasa Hormat dan Kebaikan. Siswa akan mencari cara untuk menunjukkan rasa hormat kepada orang lain dan kelas mereka melalui kata-kata dan tindakan yang baik. Di akhir setiap hari selama seminggu, kelas akan berkumpul dan menyoroti bagaimana mereka dapat menunjukkan rasa hormat dan kebaikan kepada diri sendiri dan orang lain.

**Menghormati Sub-Konsep (s)**  
Perawatan Diri, Kebaikan

**Jangka Waktu Pelajaran**  
Dua45 menit sesi

**Bahan yang Dibutuhkan**

- ☐ Perlengkapan seni dasar
- ☐ Gambar ember kosong
- ☐ Tetesan air biru (warna pada lembar di bawah)

**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:

- Menggambarkan konsep tindakan kebaikan secara acak melalui menghargai diri sendiri dan orang lain secara aktif di kelas.
- Jelaskan seperti apa rasa hormat itu.

## Koneksi Guru / Perawatan Diri

Menghormati komunitas Anda adalah hasil alami ketika seseorang memiliki harga diri dan menghormati orang lain. Ini adalah bagian ketiga dari teka-teki di bawah judul rasa hormat. Bagaimana Anda menunjukkan rasa hormat di sekolah dan komunitas Anda? Terlibat dalam peluang terorganisir memungkinkan Anda memberi kembali dengan cara yang terstruktur dan konkret. Namun, jangan abaikan tindakan kebaikan acak harian yang dapat Anda akses di sekolah dan kota Anda. Tugas sederhana, seperti membersihkan kampus atau mematikan lampu yang tidak terpakai di rumah Anda untuk mengurangi penggunaan listrik, juga merupakan cara yang sah untuk menghormati komunitas Anda. Tetap waspada terhadap peluang yang disajikan kepada Anda. Ini pada gilirannya akan membantu Anda meneruskan praktik ini kepada siswa Anda.

## Kiat untuk Pembelajar yang Beragam

- Identifikasi cara setiap anak dapat berpartisipasi dalam mengisi ember mereka terlepas dari keterbatasan fisik atau verbal.
- Buat gambar selama sesi curah pendapat untuk membantu pemahaman.



## Membagikan

5 menit

Tinjau aktivitas pembangunan menara dari minggu lalu dan tanyakan hal berikut:

- *Bagaimana kita ditampilkan menghormati orang lain di kelas kita sejauh ini?*
- *Bagaimana tanggapan orang lain di kelas kita saat Anda membantu dan menunjukkan kebaikan?*



## Mengilhami

### Menghormati dalam Tindakan

5 menit

Jelaskan bahwa pelajaran ini akan mendorong setiap orang di kelas kita untuk mempraktikkan rasa hormat setiap hari. Ketika kita menunjukkan diri kita, satu sama lain, dan rasa hormat sekolah kita, kita menggunakan kebaikan untuk menciptakan tempat yang positif untuk belajar. Kami telah bekerja keras untuk belajar tentang harga diri, menghormati orang lain, dan menghormati sekolah kami. Sekarang saatnya bagi Anda untuk mencobanya sendiri. Bagaimana Anda mempraktikkan rasa hormat setiap hari? Apa beberapa cara kita dapat menjadi baik hati dan memberikan respek di kelas?

- Tampil siap untuk belajar.
- Dorong teman kita saat kita bekerja bersama.
- Membantu merapikan kelas sebelum akhir hari.

### Sesi Brainstorming

7-10 menit

Gambarlah sosok anak tongkat sederhana di tengah selembar kertas besar (atau di papan tulis). Cari tahu cara-cara yang telah ditunjukkan siswa dengan kebaikan dan rasa hormat di kelas dan di taman bermain. Ajukan pertanyaan berikut untuk menghasilkan percakapan sesuai kebutuhan. Tulis jawaban di sekitar gambar tongkat.

- Bagaimana Anda menunjukkan rasa hormat di taman bermain?
- Bagaimana Anda menunjukkan rasa hormat kepada teman-teman Anda?
- Bagaimana Anda bisa menunjukkan rasa hormat ketika seseorang memperlakukan Anda dengan tidak baik?



## Memberdayakan

20 menit

Baca “Seberapa Penuh Ember Anda” oleh Tom Rath

Baca dengan lantang tautan [https://www.youtube.com/watch?v=A5R6-2m\\_qHk](https://www.youtube.com/watch?v=A5R6-2m_qHk)

*Kakek berkata kita masing-masing memiliki ember tak terlihat yang perlu diisi. Maksudnya itu apa?*

*Apa yang terjadi di rumah, di bus, dan di sekolah hingga mengosongkan ember Felix?(Tergelincir di lantai, menjatuhkan sereal, anak-anak berbisik tentang dia, mengolok-olok ranselnya, dan memanggilnya dengan nama.)*

*Apa yang terjadi pada siang hari pada embernnya?(Teman sekelas menyukai ceritanya, dipilih sebagai kapten, guru memuji fotonya, siswa memuji ranselnya, dia membantu seseorang, memberi teman bola bisbol, menyapa seseorang yang baru, dan membantu saudara perempuannya.)*

### **Mengisi Ember Anda**

Jelaskan bahwa setiap orang akan menerima sebuah ember di kelas kita. Kami akan berlatih menunjukkan rasa hormat dan kebaikan kepada diri sendiri, satu sama lain, dan sekolah kami selama sisa minggu ini (atau bulan; pilihan Anda!). Di penghujung hari, kami akan bertemu dan mendiskusikan bagaimana kami dapat mempraktikkan kebaikan dan rasa hormat. Setiap tindakan yang dapat Anda identifikasi akan menjadi penurunan lain dalam ember ANDA. Jika kamumenunjukkan menghormati orang lain, mereka juga akan mendapatkan setetes air di ember mereka. Mari kita coba untuk mengisi semua ember kita di akhir minggu!

Berikan masing-masing siswa sebuah ember dan minta mereka memberi label pegangan dengan nama mereka.

Peragakan cara mengisikerdang dengan menulis atau menggambar perbuatan baik yang mereka selesaikan hari itu.

Pastikan untuk mengukir waktu untuk menyelesaikan aktivitas ini setiap hari setidaknya selama seminggu.

Tentukan papan buletin untuk menggantung ember Anda selama kegiatan ini.



### **Mencerminkan**

10 menit

*Saat kita menunjukkan rasa hormat kepada orang lain, kita sedang mengisi ember mereka dengan tetesan kebaikan. Beberapa tindakan mengosongkan ember kami sementara yang lain mengisinya. Ingat ini bukan hanya tentang ember ANDA.*

- *Apakah kata-kata dan tindakan orang mengisi atau mengosongkan ember Anda (yaitu membuat Anda merasa bahagia atau sedih)? Mengapa?*
- *Kata-kata atau cara orang bertindak apa yang mengisi ember Anda? Kata-kata atau cara orang bertindak apa yang mengosongkan ember Anda?*
- *Saat Anda mengisi ember orang, menurut Anda bagaimana perasaan mereka terhadap Anda?*
- *Apa yang dapat Anda lakukan jika kata-kata atau tindakan Anda yang tidak sopan mengosongkan ember orang lain?*

*Menunjukkan rasa hormat dan memperlakukan orang lain dengan kebaikan bisa menjadi kebiasaan. Bersiaplah untuk kelas yang sangat positif jika Anda bersedia mencurahkan waktu berkualitas untuk aktivitas ini setiap hari selama setidaknya seminggu!*



## Ide Ekstensi

- Pelajaran ini dapat diperpanjang sepanjang bulan, atau bahkan tahun ajaran jika diinginkan. Buat papan buletin dan terus tambahkan tetesan air saat Anda mengamati saat-saat penuh hormat dan kebaikan sepanjang hari.



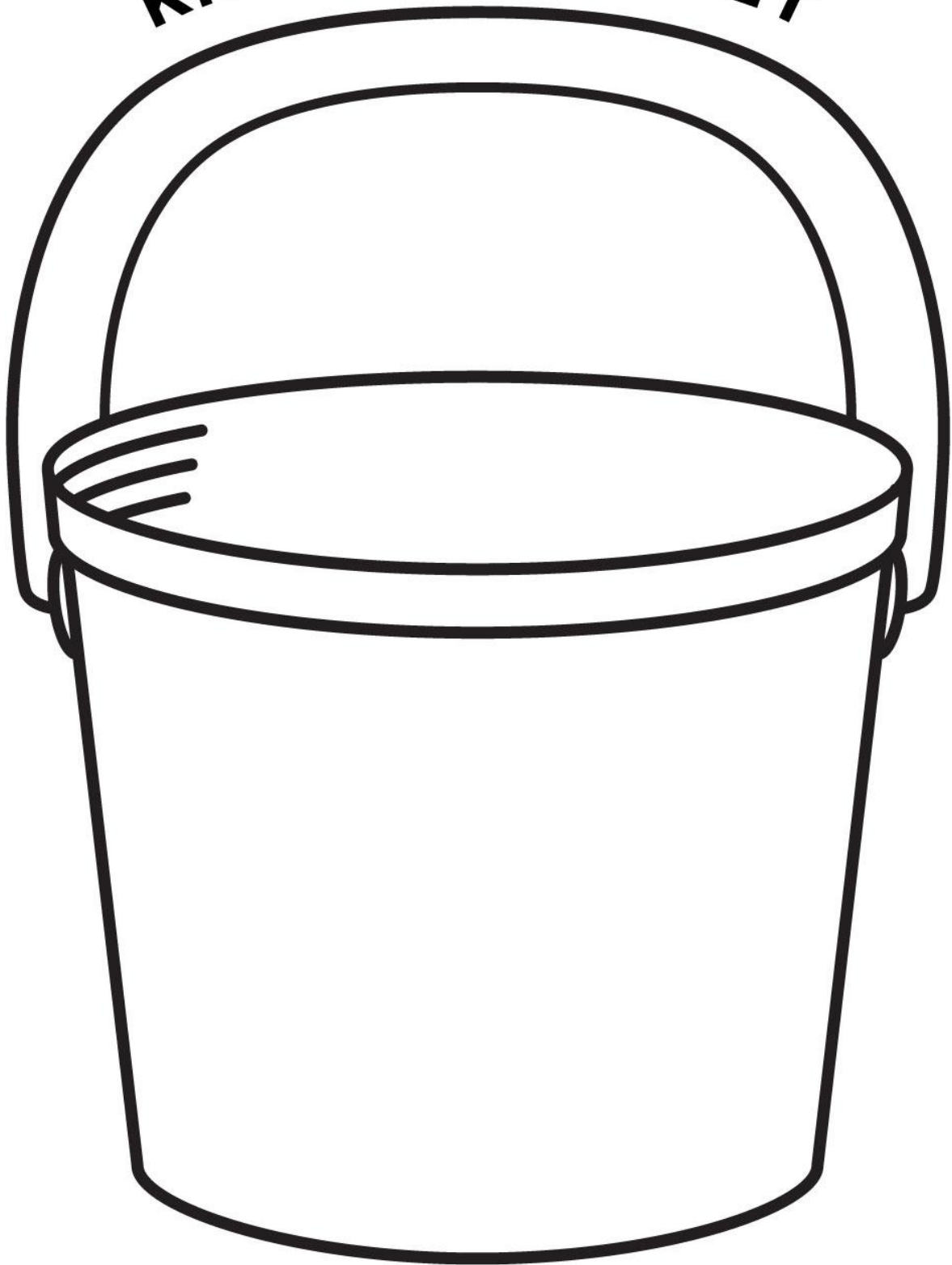
**DITUNJUK OLEH CASEL  
SEBAGAI PROGRAM YANG  
DIREKOMENDASIKAN  
UNTUK PEMBELAJARAN  
SOSIAL DAN EMOSIONAL.**

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.

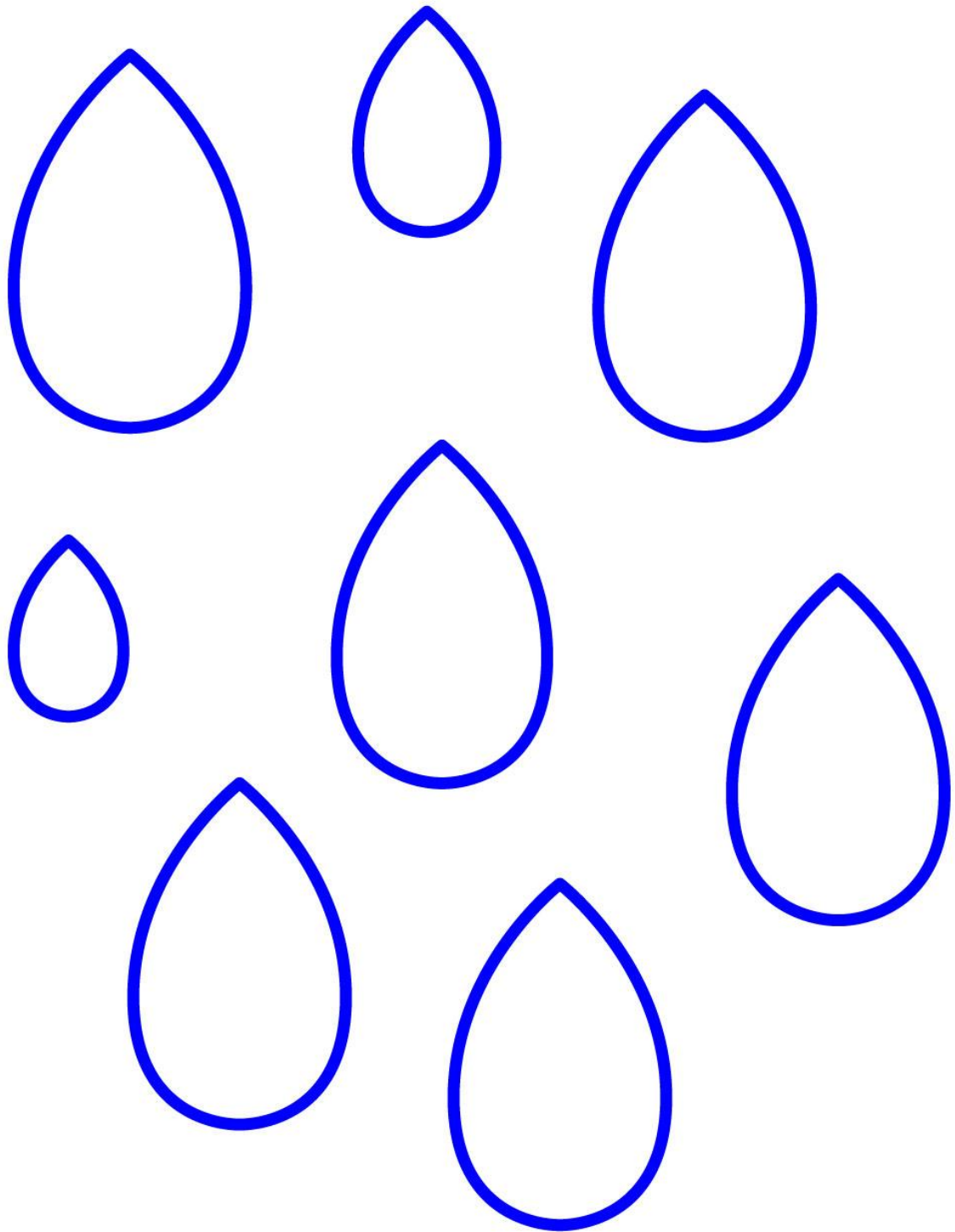
<https://casel.org/guide/kindness-in-the-classroom/>

# KINDNESS BUCKET



**RANDOM ACTS OF KINDNESS**  
FOUNDATION®

**RANDOM ACTS OF KINDNESS**  
FOUNDATION®



**RANDOM ACTS OF KINDNESS**  
FOUNDATION®

**RANDOM ACTS OF KINDNESS**  
FOUNDATION®