

Kata NamakuMembingungkan

Dalam pelajaran ini, siswa akan mengidentifikasi berbagai kualitas pribadi yang mereka sukai tentang diri mereka sendiri. Mereka akan menyusun ide-ide mereka dalam bentuk akrostik nama atau teka-teki kata yang akan mereka buat sendiri. Pelajaran menggabungkan elemen kecil presentasi kelas, yang juga akan memberi siswa kesempatan untuk berlatih mendengarkan seluruh tubuh.

sub-perawatanKonsep

Kasih sayang, Kebaikan

Jangka Waktu Pelajaran

35-40 menit

Bahan yang Dibutuhkan

- ☐ Potongan kertas karton atau konstruksi, satu per siswa.
- ☐ Pensil warna/spidol

Bersiaplah untuk membagikan sejarah atau arti dari nama Anda atau nama anggota keluarga untuk membuat siswa berpikir.

Mungkin bermanfaat untuk menyiapkan akrostik untuk nama Anda sebagai contoh.

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:

- Identifikasi hal-hal tentang diri mereka yang mereka hargai.
- Terapkan pemikiran perawatan diri ke dalam kehidupan mereka.
- Presentasikan akrostik mereka di depan kelas dan latih keterampilan presentasi singkat.

Koneksi Guru / Perawatan Diri

Di unit pertama kita berbicara tentang pentingnya harga diri sebagai bahan bangunan untuk rasa hormat di dunia kita. Unit ini fokus kami adalah Peduli, yang menggabungkan kasih sayang, menolong, syukur, dan empati. Caring didefinisikan sebagai perasaan dan menunjukkan kepedulian terhadap diri sendiri dan orang lain. Dengan mengingat definisi ini, cobalah untuk mengevaluasi bagaimana Anda merawat diri sendiri.

Self-Care adalah alat vital untuk memastikan kita memiliki waktu untuk memulai kembali. Tidak egois menyediakan waktu setiap hari untuk hanya fokus pada ANDA. Apa yang Anda lakukan hanya untuk Anda setiap hari? Jika jawabannya sulit untuk diidentifikasi, pikirkan beberapa ide tentang bagaimana Anda dapat merawat diri sendiri setiap hari. Jika Anda sudah memulai proses ini, cobalah untuk memperluas atau memperdalam perawatan diri Anda untuk memasukkan tujuan jangka panjang (seperti berolahraga atau mengikuti kelas yang menyenangkan). Jika Anda tidak peduli pada Anda, bagaimana Anda bisa berharap untuk memberikan perhatian yang kuat kepada orang lain?

Kiat untuk Pembelajar yang Beragam

- Memiliki contoh visual dari teka-teki kata mungkin akan berguna untuk semua pelajar
- Dapat menggunakan istilah formal "akrostik" untuk teka-teki kata untuk siswa yang tertarik
- Siswa tingkat lanjut mungkin ingin melakukan akrostik yang lebih menantang dengan meletakkan nama mereka di tengah dan

menggunakan huruf tengah nama mereka, bukan huruf pertama,
seperti ini: <https://www.pinterest.com/pin/470626229786264958/>



Membagikan

5-7 menit

Selamat datang di unit baru kami, Caring! Kita akan berbicara tentang merawat orang lain dan apa artinya merawat tidak hanya orang lain, tetapi juga diri kita sendiri dan ruang kita.

Seperti apa kepedulian terhadap orang lain bagi Anda?

Undang tanggapan siswa.

Namun, bagian dari memberikan perhatian kepada orang lain adalah kemampuan untuk memberikan perhatian kepada diri sendiri. Kami menyebutnya perawatan diri. Pikirkan tentang itu. Jika Anda tidak merawat diri sendiri, bagaimana Anda akan memiliki energi untuk merawat orang lain? Anda tidak akan!

Jadi, hari ini, kita akan memikirkan semua cara kita menjaga diri sendiri dan memikirkan hal-hal tentang diri kita yang membuat kita istimewa.

Mari kita mulai dengan bagaimana kita menjaga diri kita sendiri. Apaadalah hal-hal Anda lakukan untuk menjaga pikiran Anda?

Undang tanggapan siswa; beberapa contoh tanggapan disediakan di bawah ini:

Pikiran: Berbaik hati kepada orang lain, bersyukur, membantu orang lain, cukup tidur, mengerjakan teka-teki, bersekolah, membaca, menarik napas dalam-dalam, belajar sesuatu yang baru, belajar bahasa lain, memainkan permainan belajar, menonton TV pendidikan, memainkan alat musik.

Apa saja hal yang Anda lakukan untuk merawat tubuh Anda?

Undang tanggapan siswa; beberapa contoh tanggapan disediakan di bawah ini:

Tubuh: Tidur yang cukup, olahraga, makan makanan sehat seperti buah dan sayur, menari, membantu pekerjaan rumah, aktif saat istirahat, ikut kelas olahraga, mengendarai sepeda, bermain olahraga.



Mengilhami

5-7 menit

Sekarang mari kita bicara tentang hal-hal yang membuat kita spesial dan unik. Hanya ada satu kamu di seluruh dunia ini! Sekalipun Anda memiliki saudara kembar, Anda tetap unik dan berbeda dalam hal-hal khusus.

Salah satu cara yang banyak dari kita unik di nama kita. Meskipun kita berbagi nama depan yang sama atau mirip dengan seseorang, kita tetap memiliki nama tengah dan belakang unik yang membuat kita berbeda.

Adakah yang tahu jika nama Anda memiliki cerita khusus? Apakah Anda diberi nama setelah seseorang yang istimewa? Apakah itu memiliki arti khusus?

Ajak siswa menanggapi. Pimpin dengan arti atau makna nama Anda, mungkin.

Apa saja hal lain yang membuat kita istimewa dan unik?

Undang tanggapan siswa; mendorong tanggapan tentang kepribadian, minat, bakat, hobi, dll.



Memberdayakan

10-15 menit

Ok, sekarang Anda akan memasukkan semua ide Anda tentang apa yang membuat Anda menjadi teka-teki kata yang menyenangkan menggunakan nama Anda. Anda dapat melakukan ini dalam beberapa cara. Anda dapat menuliskan nama Anda di sisi kertas secara vertikal atau menggunakan huruf gelembung dan mengeja nama Anda di seluruh halaman.

Untuk setiap huruf, Anda perlu menuliskan kata atau frasa yang menggambarkan sesuatu yang istimewa tentang Anda dan dimulai dengan huruf yang sama. Setelah selesai, jangan ragu untuk menghias teka-teki kata Anda dengan cara tertentu yang mewakili semua hal unik dan spesial yang Anda tulis tentang diri Anda.

Setelah akrostik selesai, siswa harus mendekorasi poster mereka dengan cara yang mewakili mereka dan kata-kata yang mereka pilih untuk menggambarkan diri mereka sendiri.

Contoh proyek di papan pintar atau tulis contoh di papan tulis. Contoh bisa nama apa saja, tapi mungkin lebih bermakna jika itu nama guru.

Contoh: <https://www.pinterest.com/pin/517069600952146227/>



Mencerminkan

5-7 menit

Undanglah siswa untuk berbagi teka-teki kata akrostik mereka. Anda mungkin ingin mengumpulkan siswa di ruang pertemuan pagi mereka atau di suatu tempat sebagai kelompok (alih-alih meja) dan menyiapkan kursi khusus tempat orang yang menyajikan teka-teki mereka dapat duduk sementara siswa lainnya duduk di atas karpet/lantai di depan mereka. Ini membantu menekankan gagasan bahwa orang yang mempresentasikan itu spesial dan penting. Ingatkan siswa untuk menggunakan mendengarkan seluruh tubuh.

Ingatlah bahwa setiap orang di kelas kita adalah spesial dan memiliki hal-hal penting untuk ditambahkan ke kelas kita. Ingatlah untuk merawat pikiran Anda, merawat tubuh Anda, dan percaya betapa artinya Anda bagi saya dan semua orang di kelas kita! Jika kita tidak menjaga diri sendiri, kita tidak dapat menjaga satu sama lain, jadi luangkan waktu setiap hari untuk melakukan sesuatu yang sehat dan spesial untuk diri sendiri. Ingatlah juga bahwa menunjukkan rasa terima kasih, membantu orang lain, dan bersikap baik membuat otak dan tubuh kita terasa nyaman. Kita lebih bahagia ketika kita bersyukur. Bekerja keras untuk berterima kasih, membantu, dan bersikap baik kepada orang-orang di sekitar Anda!



Ide Ekstensi

- Pertimbangkan untuk menggantung akrostik di sekitar ruangan atau di papan buletin, atau laminasi dan menggunakan mereka sebagai kartu nama meja (ditempel atau digantung di bagian depan ujian atau ditempel di belakang kursi).
- Anda dapat membiarkan siswa memotong kata-kata dari majalah yang menggambarkannya dan menempelkannya ke akrostik mereka. Anda juga dapat membiarkan mereka memotong gambar yang mewakili mereka dan menempelkan atau menempelkannya sebagai bagian dari dekorasi akhir.



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/>