

Perburuan Pemulung Syukur

Pelajaran ini mengenalkan siswa pada konsep syukur dan memberi mereka kesempatan untuk memahami apa arti syukur bagi mereka dalam kehidupan sehari-hari. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk membuat siswa menyadari hal-hal kecil yang mereka (atau, mungkin, seharusnya) syukuri dan bahwa rasa syukur tidak perlu menjadi isyarat yang besar; kita bisa bersyukur bahkan untuk hal-hal biasa.

sub-perawatanKonsep

Kasih sayang, Syukur,
Helkeberlimpahan, Kebaikan

Jangka Waktu Pelajaran

45 menit

Bahan yang Dibutuhkan

- ❑ Selebaran berburu pemulung (terlampir)

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:

- Definisi syukur.
- Kenali berbagai hal yang mereka syukuri.
- Tunjukkan rasa terima kasih kepada mereka yang menunjukkan bantuan.

Koneksi Guru / Perawatan Diri

Kegunaan. Kata itu sendiri dapat membawa citra positif dan negatif ke dalam pikiran. Apakah Anda tipe orang yang membantu dalam segala hal? Atau apakah Anda salah satu yang menghindari membantu karena Anda tidak dapat menemukan waktu? Menemukan keseimbangan dalam hal membantu sangat penting untuk mempertahankan diri dalam profesi ini.

Menetapkan dan mempertahankan batasan yang jelas dengan tim Anda, sekolah Anda, dan ya, bahkan keluarga Anda sendiri, akan membantu Anda mengatur waktu Anda dengan lebih baik, sehingga memungkinkan Anda untuk berpasangan dengan bantuan yang Anda berikan atau menemukan waktu untuk benar-benar terlibat lebih banyak. kesempatan. Suka menolong adalah sifat karakter yang hebat, tetapi sering kali terlalu diharapkan oleh guru. Bicaralah saat Anda dikenai pajak.

Tidak ada yang suka pembantu pemaarah! Butuh ide tentang BAGAIMANA mengatakan tidak?

Lihat sumber daya ini: <http://teacherhabits.com/effective-way-teachers-say-no/>

Kiat untuk Pembelajar yang Beragam

- Aktifkan subtitel untuk video bagi siswa yang memiliki gangguan pendengarketerbatasan.
- Handout memiliki ruang bagi siswa untuk menggambar ide-ide mereka jika mereka merasa tidak nyaman menulis tentangnya.
- Perlu diingat latar belakang sosial ekonomi siswa; siswa dalam kemiskinan mungkin lebih sulit memikirkan hal-hal sehari-hari

- untuk disyukuri, jadi pandu diskusi jika perlu untuk memastikan semua kontribusi siswa dihargai dan ditanggapi. terpengaruh
- Perlu diingat keterbatasan fisik siswa; Jika ada siswa berkursi roda misalnya yang tidak bisa berjalan, ungkapkan rasa syukur atas kaki yang sudah bisa berjalan dan berlari mungkin bisa saya lakukan. tidak sensitif. Lihat catatan di bawah.



Membagikan

5-7 menit

- Tanyakan kepada siswa apa menurut mereka arti kata syukur. Tuliskan kata kunci dari definisi mereka di papan tulis atau proyek di papan pintar.
- Beri tahu siswa bahwa Anda akan menulis definisi syukur berdasarkan kata kunci yang Anda tulis. Mulailah definisi seperti ini: Syukur berarti: (bersyukur, senang, menghargai, bahagia atas apa yang Anda miliki).
 - Pilih kira-kira tiga elemen kunci yang dapat Anda masukkan ke dalam definisi. Jaga agar tetap sederhana sehingga siswa dapat mengingatnya.
 - Kaitkan syukur dengan sikap: merasa bersyukur = sikap positif.

SAYA Pada pelajaran kali ini, kita akan belajar lebih banyak tentang rasa syukur dan berbagai hal yang kita syukuri, terutama hal-hal kecil yang tidak kita sadari kita syukuri. Kadang-kadang kita menyebut ini mengambil sesuatu "begitu saja". Kami hanya menganggap semua hal yang kami butuhkan dan cintai akan selalu tersedia bagi kami, jadi kami berhenti melihatnya sebagai sesuatu yang istimewa. Tapi, sungguh, sebagian besar hal yang kita miliki dan nikmati setiap hari adalah istimewa, dan kita akan merindukannya jika hilang!

Apa saja hal-hal yang jika menghilang sekarang, Anda akan merindukannya atau merasa sedih?

Undang tanggapan siswa.

Kaitkan rasa terima kasih dengan kepedulian: sering kali orang dan hal yang kita hargai adalah orang dan hal yang membantu menjaga kita dan kebutuhan kita dengan cara tertentu.



Mengilhami

5-7 menit

Tonton 25 Alasan Presiden Anak untuk Bersyukur di YouTube [3:46]
-<https://www.youtube.com/watch?v=yA5Qpt1JRE4>

Ini adalah video menyenangkan yang dinikmati anak-anak; Kid President melakukan pekerjaan yang baik dengan memilih hal-hal umum dan konyol yang dia syukuri. Itu akan membuat siswa Anda berpikir tentang hal-hal sehari-hari yang juga dapat mereka syukuri.

RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®

Jika Anda tidak memiliki akses ke papan pintar, Internet, atau cara lain untuk menampilkan video, Anda dapat menggunakan daftar item sehari-hari berikut untuk membuat siswa Anda berpikir (atau gunakan contoh siswa dari tanggapan mereka di atas):

- Air mancur di sekolah yang memberi kita air bersih untuk diminum kapanpun kita mau.
- Tidur (Otak kita perlu kesempatan untuk reboot! Bayangkan jika Anda tidak pernah tidur?!)
- Gigi (bagaimana lagi kita akan makan?)
- Jari (Bagaimana hidup akan berbeda jika Anda tidak memiliki jari?)
- Warna
- Sopir bus
- Perangkat makan dari perak
- Makanan favorit
- Akhir pekan!

Saat membuat daftar atribut fisik yang kita syukuri, perhatikan siswa dengan keterbatasan fisik, kecacatan, atau perbedaan. (Misalnya, mereka berada di kursi roda dan sepatu mungkin tidak begitu penting; atau jika ada siswa dengan cacat fisik pada tangannya, maka jari mungkin tidak sesuai untuk dicantumkan.) Ini bukan untuk mengecilkan hati siswa lain tanpa keterbatasan tersebut untuk tidak mensyukuri kemampuannya, tetapi yang penting peka terhadap semua peserta didik.



Memberdayakan

10-15 menit

Tujuan dari kegiatan ini adalah agar siswa menyadari hal-hal kecil yang mereka (atau, mungkin, seharusnya) syukuri.

Itu daftar yang menyenangkan dari Kid President, bukan? Kami akan pergi dengan rasa terima kasih Perburuan Hari ini. Gunakan selebaran terlampir untuk mencatat hal-hal kecil yang Anda syukuri di sini di sekolah (atau di rumah, jika ini dilakukan di penghujung hari). Centang item ketika Anda melihat atau mengalami sesuatu yang Anda syukuri dan tuliskan apa yang Anda syukuri atau buat gambar singkat tentang itu. Pada pertemuan (penutupan atau pagi), kami akan membagikan penemuan perburuan pemulung kami!



Mencerminkan

5 menit

Syukur terdengar sangat mirip dengan apa yang kita pelajari di unit terakhir kita: HORMAT dan KEBAIKAN. Tahukah Anda bahwa ketika Anda merasa bersyukur atau berterima kasih, Anda lebih bahagia? Para ilmuwan telah menunjukkan bahwa mengenali saat kita merasa bersyukur memicu otak kita untuk merasa bahagia. Sains menunjukkan saat kita melakukan hal baik untuk orang lain agar mereka bahagia, saat kita peduli pada mereka, kita juga bahagia. Ide-ide ini semuanya terhubung! Bukankah itu keren?! Apakah Anda memperhatikan jika Anda merasa lebih bahagia hari ini saat Anda mencari hal-hal yang Anda syukuri? Bagaimana jika kita menghabiskan waktu untuk benar-benar menghargai semua hal yang kita miliki atau alami? Bagaimana kita dapat menunjukkan rasa syukur kepada orang lain ketika mereka membantu dan baik hati?



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/>

Rasa syukur = Sikap Positif!

Apa beberapa hal yang Anda perhatikan hari ini yang bahkan tidak Anda sadari bahwa Anda bersyukur?

Waspada hari ini untuk hal-hal di bawah ini!

Perhatikan bagaimana perasaan Anda saat memikirkan hal-hal yang Anda syukuri.

Sesuatu yang kecil yang Anda syukuri:	Sesuatu yang BESAR yang Anda syukuri:	Seseorang yang Anda syukuri:	Kamar yang Anda syukuri:	Sebuah aturan Anda bersyukur untuk:
Bau yang Anda syukuri:	Persediaan sekolah yang Anda syukuri:	Makanan yang Anda syukuri:	Hewan yang Anda syukuri:	Mata pelajaran sekolah yang Anda syukuri:
Item pakaian yang Anda syukuri:	Seseorang di sekolah yang Anda syukuri:	Tempat khusus yang Anda syukuri:	Seorang teman yang Anda syukuri:	Seseorang di rumah kamu bersyukur untuk: