

Bertekun untuk Tujuan Anda!

Pelajaran ini berfokus pada ketekunan dan bagaimana hal itu berhubungan dengan kejujuran. Siswa akan bekerja untuk membuat tujuan matematika pribadi dan mengidentifikasi langkah-langkah untuk mencapai tujuan itu. Catatan: Penetapan tujuan dapat memakan waktu. Anda mungkin ingin membagi aktivitas ini menjadi dua pelajaran terpisah dengan mengakhirinya setelah bagian Menginspirasi.

Subkonsep Integritas

Ketekunan, Kebaikan

Jangka Waktu Pelajaran

45 menit

Bahan yang Dibutuhkan

- ☐ Penyelenggara grafik tujuan SMART untuk setiap siswa
- ☐ Lembar Ikrar untuk setiap siswa
- ☐ Pensil

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:

- Tetapkan tujuan pribadi yang terkait dengan matematika.
- Gunakan ketekunan untuk mencapai tujuan.

Koneksi Guru / Perawatan Diri

Janji terakhir dalam ruang kelas Anda berhubungan kembali dengan konsep pertama kita tahun ini: Rasa Hormat. Janji #4: “Saya berjanji untuk menunjukkan rasa hormat kepada siswa saya setiap saat.” Ini mungkin tampak jelas. Tentu saja kami menghormati siswa kami! Jika kita benar-benar jujur dengan diri kita sendiri, kita dapat menyadari bahwa akan selalu ada beberapa siswa yang berjuang untuk kita dalam satu atau lain cara. Kita mungkin memiliki kepribadian yang berlawanan, mereka mungkin berjuang untuk berada dalam kelompok, mungkin ada tantangan perilaku, dll. Terlepas dari alasan di baliknya, Anda harus bekerja untuk memastikan tingkat rasa hormat yang sama untuk mereka seperti untuk anggota kelas lainnya. . Luangkan waktu dengan janji minggu ini. Periksa dengan tepat BAGAIMANA Anda menunjukkan rasa hormat kepada setiap siswa. Apakah kata-kata dan tindakan Anda baik di dalam maupun di luar kelas menyampaikan rasa hormat kepada setiap siswa? Saat membahas masalah sulit yang berkaitan dengan seorang siswa, apakah Anda dapat melakukannya dengan cara yang jujur, namun penuh hormat dan penuh kasih? Apakah Anda terus membela siswa Anda bahkan ketika tingkat rasa hormat yang Anda berikan tidak dibalas oleh siswa dan/atau keluarga? Integritas dimulai dari Anda. Katakan apa yang Anda maksud dan maksudkan apa yang Anda katakan. Kata-kata dan tindakan baik Anda membuat semua perbedaan!

Kiat untuk Pembelajar yang Beragam

- Tugaskan siswa ke dalam pasangan-pasangan dan izinkan mereka untuk membantu masing-masing lainnya mengenali Langkah.
- Izinkan siswa untuk mendikte langkah-langkah mereka kepada rekan atau orang lain guru jika menulis adalah perjuangan.
- Izinkan siswa menggambar untuk setiap langkah jika diperlukan.

RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®





Membagikan

5-7 menit

Mainkan 20 pertanyaan, tetapi sesuaikan jumlah pertanyaan dengan ukuran kelas Anda. Pilih satu barang di kelas sebagai fokus kegiatan ini (meja, hewan peliharaan kelas, bendera, dll.). Mintalah setiap orang di kelas untuk mengajukan pertanyaan kepada Anda. Setelah kelas mengidentifikasi item tersebut, mintalah mereka meneriakkannya sebagai sebuah kelompok. Jika Anda menyelesaikan putaran pertama dengan cepat, ulangi permainan lagi dengan item yang lebih menantang. Jika mereka tidak dapat mengidentifikasi item Anda setelah semua orang mengajukan pertanyaan, ungkapkan item yang benar.

Tanyakan kepada kelas: *Apakah Anda dapat mengetahui itemnya? Apakah mengajukan pertanyaan membantu Anda? Jika demikian, Anda menggunakan ketekunan untuk menemukan jawabannya!*



Mengilhami

Apa itu Ketekunan?

5 menit

Jelaskan bahwa ketekunan adalah ketika kita terus berusaha, bahkan ketika ada sesuatu yang sulit. Itu berarti kita menolak untuk menyerah! Pernahkah Anda berjuang dengan sesuatu yang baru? Mungkin saat Anda belajar membaca, menulis, atau memainkan alat musik? Semua keterampilan itu membutuhkan latihan, karena latihan membuat sempurna! Setiap kali kita harus berlatih sesuatu, kita menggunakan ketekunan. Terkadang hal-hal baru sangat-sangat sulit untuk kita pelajari. Kita mungkin merasa ingin menyerah karena kita tidak akan pernah belajar bagaimana melakukannya. Ketika Anda merasa seperti ini, TERUSLAH! Anda dapat menggunakan ketekunan untuk mempelajari keterampilan baru itu. Kata-kata baik dari teman Anda, bantuan dari orang tua Anda, atau kasih sayang dari saya sebagai guru Anda semua dapat membantu Anda terus maju. Kami semua dapat membantu Anda untuk bertahan dan mencapai tujuan Anda!

Ketekunan dalam Olahraga

5-7 menit

Menulis *Kegigihan* di papan tulis. Tanyakan kelas untuk nama olahraga favorit mereka. Olahraga apa pun yang paling populer akan menjadi fokus Anda untuk aktivitas tersebut. Gambarkan simbol sederhana untuk membantu seluruh kelas memahami olahraga apa yang sedang Anda diskusikan. Ajukan pertanyaan berikut untuk menyoroti ketekunan. Tuliskan jawaban dalam bentuk poin sederhana di papan tulis:

- Bagaimana Anda memainkan olahraga ini?
- Apa yang harus Anda lakukan untuk menjadi hebat dalam olahraga ini?
- Hal spesifik apa yang harus Anda praktikkan jika Anda ingin menjadi lebih baik?

Mempelajari olahraga baru bisa sangat menantang. Anda tidak hanya harus mempelajari dan memahami aturannya, Anda juga harus melatih keterampilan baru dan menetapkan tujuan untuk menjadi sedikit lebih baik setiap hari. Semua ini membutuhkan ketekunan!



Memberdayakan

30 menit

Hari ini kita akan membuat tujuan pribadi yang berhubungan dengan matematika. Kami akan bertahan untuk mencapai tujuan ini selama beberapa minggu ke depan. Saat kami melakukan brainstorming tujuan kami, kami akan mengingat akronim SMART. (Bagikan desainer grafis SMART Goal untuk diikuti oleh siswa.)

S= Spesifik. Masing-masing dari kita perlu memilih tujuan yang sangat spesifik. Mari pikirkan beberapa tujuan. "Saya ingin menjadi lebih baik dalam matematika." Apakah itu spesifik? Jenis matematika apa? Ini terlalu kabur! "Saya akan menghafal semua 3 tabel perkalian dalam dua minggu." Ini sangat spesifik!

M= Terukur. Kita harus bisa mengukur tujuan kita. Bagaimana kita tahu kapan kita selesai? Jika kita berkata, "Saya ingin menjadi lebih baik dalam matematika", itu tidak memberi kita informasi yang cukup untuk mengetahui apakah kita telah mencapai tujuan kita. "Saya akan menghafal semua 3 tabel perkalian," menunjukkan dengan tepat apa yang akan kita ukur: tabel perkalian 3.

A= Dapat dicapai. Ini berarti Anda dapat mencapai tujuan ini dengan tenggat waktu yang Anda tetapkan. "Saya akan menghafal semua tabel perkalian dari 1-15 dalam satu minggu," tidak mungkin. Ini akan memakan waktu lebih lama dari itu. Jika itu terjadi, persempit tujuan Anda. "Saya akan menghafal tabel perkalian 3 dalam satu minggu," adalah tujuan yang mungkin bisa Anda capai!

R = Realistis dan Relevan. "Saya akan terbang ke bulan bulan depan," tidaklah realistis. Apakah Anda saat ini seorang astronot? Jelas tidak, jadi tujuan ini tidak realistis. Tujuan Anda juga harus menjadi sesuatu yang benar-benar membuat Anda termotivasi untuk mencapainya. Setiap orang dapat meningkat di beberapa area dalam matematika. Ini akan menjadi fokus kita hari ini.

T = Waktu Sensitif. Sasaran SMART memiliki waktu yang melekat padanya. Anda tahu persis kapan Anda berharap untuk mencapai tujuan Anda karena Anda menentukannya. "Saya akan menghafal tabel perkalian 3," tidak memberi tahu kita kapan kita berharap untuk menyelesaikan tujuan.

Mari kita luangkan waktu untuk bertukar pikiran tentang apa yang kita pelajari dalam matematika. (Ini tergantung pada kurikulum Anda. Beberapa ide mungkin berupa peminjaman, perkalian, pecahan, dll.).

Tuliskan konsep-konsep ini di papan tulis. Jika Anda memiliki siswa yang mengikuti matematika remedial, cobalah untuk menambahkan konsep tingkat yang lebih rendah juga agar mereka merasa disertakan.

- Lihatlah daftar kami dengan hati-hati. Di area mana Anda ingin menjadi lebih baik? Tulis itu di kotak di sebelah S untuk spesifik.
- Menurut Anda berapa lama tujuan ini akan berlangsung? Tulis jawabannya pada kotak di sebelah M agar terukur.
- Dengan kerja keras dan ketekunan, akankah saya dapat mencapai tujuan ini dalam waktu yang ditentukan? Tulis jawaban Anda di kotak

di sebelah A untuk dicapai. Jika jawaban Anda tidak, Anda harus kembali ke atas dan memulai dari awal.

- Apakah tujuan Anda realistis dan relevan? Ini adalah bagian dari tujuan Anda di mana Anda menulis BAGAIMANA Anda akan mencapai tujuan Anda. Mungkin Anda akan menggunakan flashcard atau berlatih dengan teman, atau memainkan permainan matematika di komputer. Buat daftar semua langkah yang akan Anda ambil untuk menjadi lebih baik dan lebih baik dalam mencapai tujuan Anda.
- Berapa lama waktu yang Anda butuhkan untuk mencapai tujuan Anda? Kami ingin memilih tujuan yang akan memakan waktu 1-2 minggu. Belajar membaca membutuhkan waktu bertahun-tahun. Namun, memahami pecahan atau belajar tentang bilangan genap dan ganjil dapat dilakukan dalam jangka waktu yang lebih singkat. Tuliskan jumlah waktu yang Anda izinkan pada kotak di sebelah T untuk sensitif waktu.
- Setelah Anda mengisi rencana Anda, pindahkan sasaran SMART Anda ke lembar ikrar Anda.

CATATAN: Tugas ini bisa sangat menantang, bahkan bagi banyak orang dewasa. Jangan terlalu banyak bermain harpa jika siswa berakhir dengan tujuan MART, tujuan SMAT, atau bahkan tujuan ART. Beberapa siswa belum siap secara perkembangan untuk memahami kelima konsep yang diperlukan untuk membuat tujuan SMART.



Mencerminkan

5 menit

- *Pernahkah Anda membuat tujuan untuk diri sendiri? Jika demikian, bagaimana rasanya mencapainya?*
- *Bagaimana mungkin kita hadiah diri kita sendiri setelah kita mencapai tujuan pribadi kita?*
- *Apa yang dapat kita lakukan jika kita bekerja untuk mencapai tujuan kita dan kita menyadari bahwa saat ini terlalu sulit?*

Ketekunan membantu kita mempelajari hal-hal baru. Setiap orang di ruangan ini sebenarnya sudah mencapai tujuan! Pikirkan kembali ke awal kelas 3 SD. Apa yang tampak membingungkan atau menakutkan saat itu yang sekarang dapat Anda lakukan tanpa bantuan saya? Jika kita jujur tentang membutuhkan bantuan dan menggunakan ketekunan untuk mencapai tujuan kita, semuanya mungkin!



Ide Ekstensi

- Mintalah anak-anak mengulangi proses ini dengan tujuan pribadi pilihan mereka.

Permintaan Notebook RAK (Lihat Proyek Notebook RAK di unit Respect untuk detail lebih lanjut):

- Tulis ulang tujuan Anda pada lembar janji tambahan dan tempelkan di buku catatan Anda.
- Cantumkan langkah-langkah Anda di bawah dan tambahkan kotak di sebelahnya.
- Centang setiap langkah untuk menunjukkan kemajuan Anda.
- Gunakan ketekunan untuk tetap fokus dan mencapai tujuan Anda!




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/>

CERDAS. PERENCANA TUJUAN

SPESIFIK	Apakah saya mau terjadi?	
METERJANGKAU	Saya akan tahu bahwa saya telah mencapai tujuan saya ketika...	
ATERJANGKAU	Dengan ketekunan, apakah mungkin mencapai tujuan ini sebelum tenggat waktu?	
REALISTIK DAN RELEVAN	Tujuan saya cukup penting bagi saya untuk mewujudkan rencana. Saya akan mengikuti rencana khusus ini untuk mencapai tujuan saya:	
TIME-BOUND	Saya akan mencapai tujuan saya dengan:	