

# Menghormati

Minggu ini kita akan mengeksplorasi apa artinya menghargai diri sendiri dan membahas pentingnya harga diri dalam kaitannya dengan menghormati orang lain.

Mulailah unit dengan pelajaran seluruh kelas dan kemudian targetkan untuk menyelesaikan setidaknya dua pelajaran mini dengan siswa Anda sepanjang minggu. Setiap pelajaran mini dirancang untuk menyajikan unsur pelajaran utama dengan cara yang baru dan menarik.

## Pelajaran Utama

**Pelajaran Seluruh Kelas**  
30 menit



### MENGHORMATI. - Menghormati Diri Sendiri

Pelajaran ini memperkenalkan istilah hormat dan harga diri. Siswa mempraktikkan harga diri dengan bertukar pikiran setidaknya lima hal yang mereka sukai tentang diri mereka sendiri dan menulis atau menggambarinya pada potongan puzzle dengan nama mereka di atasnya. Setelah siswa menyelesaikan bagian mereka, seluruh kelompok akan menyatukan teka-teki untuk menunjukkan bagaimana setiap individu unik adalah bagian yang berharga dari kelompok yang lebih besar. (*Lihat halaman 2 untuk rincian pelajaran.*)

## Pelajaran Mini

**Untuk Grup Kecil**  
15 menit



### Latihan Afirmasi

Dalam kelompok kecil, diskusikan ketidakamanan umum yang mungkin dimiliki siswa kelas 6 tentang diri mereka sendiri dan tulis kalimat penegasan untuk melawan setiap ketidakamanan. Setelah kira-kira 10 menit melakukan brainstorming dan penulisan afirmasi, kembalilah ke kelompok besar untuk berbagi seluruh kelas dan tanya kelompok untuk berbagi beberapa ketidakamanan dan penegasan yang mereka buat.

**Untuk Mitra**  
15 menit



### Brainstorm Mitra

Bermitra dan pikirkan setidaknya lima hal yang dapat Anda lakukan setiap hari untuk menunjukkan rasa hormat pada diri sendiri. Jika waktu memungkinkan, kembalilah ke kelompok besar untuk berbagi dengan seluruh kelas.

**Untuk Individu**  
15 menit



### Menghormati Diri Sendiri: Menghormati Diri Akrostik

Tanyakan pada diri Anda, "Bagaimana saya bisa menunjukkan rasa hormat pada diri sendiri setiap hari?" Rancang akrostik dari kata RESPECT untuk membantu Anda mengingat kiat-kiat harga diri ini. Gunakan curah pendapat dari aktivitas mitra untuk membantu. (Siswa akan membutuhkan kertas dan alat tulis/gambar untuk menyelesaikan kegiatan ini. Kegiatan ini dapat dilengkapi dengan musik yang menenangkan atau menginspirasi sebagai latar belakang.)

**Berfokus pada  
Teknologi**  
15 menit



### **Jejak Digitalku**

Minta setiap siswa untuk menilai keberadaan online mereka saat ini (media sosial - Facebook, Instagram, Snapchat, dll. - atau melalui teks dan gambar [selfie!] yang mereka ambil) dan mengevaluasi apa yang dikatakan tentang dia. Mintalah mereka menjawab, “Apakah aktivitas online atau digital saya menunjukkan bahwa saya menghargai diri sendiri?” Mintalah mereka mencatat jawaban mereka.

# MENGHORMATI. - Menghormati Diri Sendiri

Pelajaran ini memperkenalkan istilah hormat dan harga diri. Siswa mempraktikkan harga diri dengan bertukar pikiran setidaknya lima hal yang mereka sukai tentang diri mereka sendiri dan menulis atau menggambarinya pada potongan puzzle dengan nama mereka di atasnya. Setelah siswa menyelesaikan bagian mereka, seluruh kelompok akan menyatukan teka-teki untuk menunjukkan bagaimana setiap individu unik adalah bagian yang berharga dari kelompok yang lebih besar.

**Jangka Waktu Pelajaran**  
30 menit

## Bahan yang Dibutuhkan

- ❑ Potongan potongan puzzle; satu untuk setiap orang, termasuk guru. Ini akan membutuhkan beberapa perencanaan sebelumnya. Gunakan templat yang disediakan sebagai panduan, atau cukup ambil selembar kertas daging besar dan potong potongan acak (tidak perlu terlihat seperti potongan puzzle tradisional). Menguraikan setiap bagian dengan spidol hitam akan membuat potongan-potongan itu menonjol saat disatukan, tetapi ini juga opsional.
- ❑ Spidol, krayon, dan/atau pensil warna untuk menghias potongan puzzle
- ❑ Selotip untuk mengamankan potongan-potongan itu kembali menjadi teka-teki yang lengkap

## Peta Standar

Pelajaran ini sejalan dengan Kompetensi CASEL, Standar Pendidikan Kesehatan Nasional, Masyarakat Internasional untuk Teknologi dalam Standar Pendidikan, bila berlaku, dan Standar Negara Inti Umum. Silakan merujuk ke [Peta Standar](#) untuk informasi lebih lanjut.

## Tujuan Pelajaran

Siswa akan:

- Definisikan harga diri.
- Identifikasi kualitas pribadi yang mereka hormati tentang diri mereka sendiri.
- Pikirkan cara untuk menunjukkan harga diri dengan cara yang sehat.
- Evaluasi bagaimana profil digital mereka mengomunikasikan pesan harga diri.

## Koneksi Guru / Perawatan Diri

Selamat datang di Unit Rasa Hormat! Saat Anda membimbing siswa Anda melalui pelajaran di minggu pertama ini, ingatlah bahwa kemampuan siswa Anda untuk belajar dan menunjukkan rasa hormat dimulai dari Anda. Bagaimana Anda mencontohkan rasa hormat untuk siswa Anda, rekan kerja Anda, dan yang paling penting, untuk diri Anda sendiri? Siswa pada usia ini mungkin skeptis tentang kekuatan rasa hormat, tetapi pemodelan aktif dapat menunjukkan kepada mereka bagaimana sikap hormat dapat sepenuhnya mengubah sikap, hubungan, persepsi diri, dan bahkan budaya. Saat Anda memasuki minggu ini, fokuslah secara khusus pada bagaimana Anda menunjukkan rasa hormat pada diri sendiri.

Apakah Anda percaya bahwa Anda adalah seorang pendidik yang baik? Apakah Anda bangga dengan budaya kelas Anda? Apakah Anda menghargai kesehatan Anda atau apakah Anda terlalu memaksakan diri? Apakah Anda mengkomunikasikan kebutuhan Anda? Bisakah Anda tetap tenang di tengah konflik? Jika Anda merasa dapat meningkatkan cara Anda menunjukkan rasa hormat pada diri sendiri, luangkan waktu minggu ini untuk menuliskan semua hal yang Anda lakukan dengan baik saat ini. Apa saja hal tentang kelas Anda yang disukai siswa? Apa yang siswa lakukan dengan baik minggu ini? Itu adalah cerminan dirimu! Butuh tidur siang atau jalan cepat yang panjang? Ambil satu, meski rasanya Anda tidak punya waktu. Minggu ini, tingkatkan cara Anda melihat, merawat, dan menghargai diri sendiri.



## Membagikan

5-7 menit

Untuk unit pertama kita, kita berbicara tentang rasa hormat. Selama empat minggu ke depan, kami akan melakukan beberapa aktivitas yang membantu kami memahami istilah ini dan semua cara agar kami dapat menghargai diri sendiri, orang lain, dan komunitas yang lebih besar di sekitar kami, serta bagaimana kami merasakan rasa hormat dalam budaya kami.

Untuk memulai, mari kita definisikan "popcorn" dari rasa hormat. Kata-kata apa yang mengingatkan Anda pada konsep rasa hormat? Ucapkan dengan lantang dan saya akan menuliskan apa yang saya dengar. (Pilih pencatat untuk membantu Anda menuliskan kata-kata jika Anda mau.)

Berdasarkan apa yang telah kita bagikan, kita dapat mendefinisikan rasa hormat sebagai: *(Gunakan ide yang dihasilkan untuk merumuskan definisi.)* Definisi RAK tentang Rasa Hormat adalah: Memperlakukan orang, tempat, dan benda dengan kebaikan. Cukup mudah, bukan? Seharusnya begitu, tetapi terkadang sulit untuk menunjukkan rasa hormat kepada diri sendiri dan orang lain. Kami akan menjelajahnya di seluruh unit ini. Kita mulai dengan rasa hormat karena jika kita tidak menghargai diri sendiri dan orang lain, maka sangat sulit untuk terlibat dalam jenis kebaikan lainnya. Sangat penting bagi kita untuk memahami rasa hormat terlebih dahulu!



## Mengilhami

15 menit

Kita akan memulai minggu ini dengan berbicara tentang harga diri, yaitu bagaimana kita menunjukkan kebaikan kepada diri kita sendiri. Menurut Anda mengapa penting untuk bersikap baik kepada diri sendiri?

(Undang tanggapan siswa.)

Bagus! Jika kita tidak bisa baik kepada diri kita sendiri, kita tidak bisa benar-benar baik kepada orang lain.



## Memberdayakan

15 menit

Untuk memulai unit rasa hormat kami, kami akan membuat teka-teki harga diri. Tujuannya adalah untuk menyadari bahwa kita semua adalah individu yang unik, namun kita semua cocok menjadi satu. Jika salah satu dari kami hilang, maka teka-teki kami tidak lengkap. Penting untuk diingat bahwa kita semua penting dan menghormati kontribusi unik kita sendiri untuk seluruh kelompok ini.

Masing-masing dari Anda akan mendapatkan potongan puzzle. Cantumkan nama Anda dengan huruf besar di atasnya dan kemudian tulis setidaknya lima hal di sekitar nama Anda yang membuat Anda istimewa dan unik. Pikirkan hal-hal yang Anda sukai, yang Anda lakukan, yang Anda yakini, atau yang Anda banggakan tentang diri Anda sendiri. Saya ingin melihat LIMA dari ini - atau lebih! - ditulis atau digambar dalam gambar di sekitar nama Anda. Anda memiliki 10 menit untuk menyelesaikan tugas ini. Dengan waktu ekstra, jangan

ragu untuk menghias potongan puzzle Anda. (Guru, pastikan untuk membuat karya sendiri!)

Setelah selesai, kami akan menyusun puzzle kami. (Idealnya ini akan dilakukan di dinding atau ruang papan buletin dan dapat berfungsi sebagai hiasan dan pengingat untuk menghormati seluruh unit.)



## Mencerminkan

5-7 menit

Gunakan waktu ini untuk menyatukan teka-teki jika perlu. Mintalah setiap siswa menempatkan potongannya dan bekerja bersama sebagai kelompok untuk membuat teka-teki lengkap. Dengan waktu yang tersisa, bacalah beberapa atribut pribadi siswa, buat hubungan antara atribut serupa dan rayakan setiap siswa.

