

Tindakan Kebaikan Acak: Catatan Meja

Ini adalah pelajaran terakhir di unit Keberanian kita. Ini berfokus pada senama seluruh organisasi: Tindakan Kebaikan Acak. Kelas akan menulis catatan tempel penyemangat dan secara acak menempelkannya ke meja siswa lain (mereka juga dapat menggunakan loker, jika siswa memilikinya) untuk ditemukan siswa nanti. Guru, pertimbangkan untuk menugaskan siswa ke kelas atau kuadran atau baris meja tertentu di ruang kelas untuk memastikan semua orang dalam kelompok sasaran mendapatkan catatan. Anda juga dapat mengumpulkan tim "penyapu" dari siswa Anda yang secara alami lebih berempati dan membantu yang dapat memastikan semua orang disertakan.

Konsep Kebaikan

Keberanian, Kebaikan, Acak

Jangka Waktu Pelajaran

45 menit.

Bahan yang Dibutuhkan

- ☐ Catatan tempel (cukup untuk setiap siswa memiliki 5 atau 6 catatan)
- ☐ Pena, pensil, perlengkapan seni untuk menulis pesan di catatan tempel.

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:

- Selesaikan tindakan kebaikan secara acak.
- Jelaskan bagaimana dibutuhkan keberanian untuk bersikap baik kepada orang lain tanpa pengakuan.

Koneksi Guru / Perawatan Diri

Saat kita memasuki minggu terakhir atau lebih dari tahun ajaran, keberanian untuk menanggapi dengan kebaikan membawa kita keluar dari kelas dan kembali bersama keluarga dan teman kita saat liburan musim panas akan segera tiba. Apakah Anda memiliki keberanian untuk menanggapi dengan kebaikan di rumah? Kadang-kadang, seringkali terasa lebih sulit untuk bersandar pada kebaikan dengan orang-orang terdekat Anda karena mereka juga adalah orang-orang yang tahu secara langsung cara menekan tombol dan meredam suasana hati Anda. Namun, ujian sesungguhnya dalam kemampuan Anda untuk menanggapi dengan kebaikan adalah bagaimana Anda memperlakukan orang-orang di lingkaran dalam Anda. Minggu ini, dan sepanjang musim panas tahun ini, gunakan nama kami, Tindakan Kebaikan Acak, sebagai moto tentang cara memperlakukan orang lain setiap hari. Menjadi lebih sadar akan orang-orang terdekat Anda. Temukan satu hal kecil yang dapat Anda lakukan untuk mereka masing-masing setiap hari. Sesuatu yang kecil, tapi bermakna; sesuatu yang sederhana, tapi baik. Tidak ada tindakan kebaikan yang terlalu kecil untuk berdampak pada orang lain. Upaya Anda yang terkonsentrasi untuk menjadikan dunia langsung Anda tempat yang lebih baik memiliki efek riak pada dunia yang lebih luas di sekitar Anda. Bagaimana Anda dapat dengan berani menanggapi dengan kebaikan setiap hari?

Kiat untuk Pembelajar yang Beragam

**RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®**

- Bantu penulis baru menulis catatan mereka sehingga pesannya jelas bagi penerima.
- Pertimbangkan untuk menggunakan siswa yang lebih berempati, baik hati, dan suka membantu sebagai "penyapu" untuk memastikan setiap orang dalam kelompok sasaran mendapat dorongan dan kebaikan.



Membagikan

5-7 menit

Apakah ada orang di sini yang pernah mendapat kejutan yang sangat bagus?

Apa itu dan bagaimana perasaan Anda?

Undang tanggapan siswa.

Saya mendengar beberapa kejutan yang sangat bagus dan beberapa perasaan menyenangkan sebagai hasilnya! Ketika seseorang melakukan sesuatu yang baik untuk Anda yang tidak Anda harapkan, itu membuat Anda merasa dicintai dan dihargai serta hangat di dalam. Dan tahukah Anda, orang yang melakukan hal baik itu untuk Anda merasakan hal-hal itu juga!



Mengilhami

5-7 menit

Hari ini kita akan menjadi RAKtivist - atau aktivis Tindakan Kebaikan Acak! Kami akan melakukan sesuatu yang kecil yang akan membuat hari orang lain sedikit lebih cerah!

Apa itu Tindakan Kebaikan Acak?

Jelaskan bahwa tindakan kebaikan yang dilakukan secara acak adalah kejutan kebaikan yang menyenangkan yang diberikan kepada orang lain tanpa mereka tahu bahwa itu adalah Anda! Tindakan kebaikan ini tidak diumumkan, tidak direncanakan, dan tidak dihargai. Anda melakukan hal-hal baik untuk orang lain hanya karena Anda ingin orang lain merasa senang, bukan karena Anda ingin orang lain memperhatikan Anda. Trik untuk menyelesaikan tindakan kebaikan secara acak adalah dengan tidak ketahuan.



Memberdayakan

15 menit

Hari ini kita akan menulis pesan singkat tentang kebaikan kepada siswa lain pada catatan tempel dan Anda akan diam-diam meletakkannya di mejanya saat kelas tersebut berada di luar kelas.

Di papan tulis (atau papan pintar), saya memiliki beberapa frasa mudah yang dapat Anda tempel di catatan tempel Anda, bersama dengan gambar yang bagus jika Anda mau:

RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®

Sekolah kami lebih baik karena Anda ada di sini!
Anda memiliki senyum yang luar biasa!
Semoga harimu menyenangkan!
Jadikan hari ini sehebat dirimu!
Terimakasih telah menjadi dirimu!

Jika Anda memiliki ide lain untuk frasa, beri tahu saya apa itu dan saya dapat membantu Anda.

Anda tidak akan tahu di meja siapa Anda meletakkan catatan itu, jadi jangan khawatir untuk menambahkan nama siapa pun. Anda hanya akan melakukannya dengan cepat, tetapi dengan aman, pastikan nadanya menempel dan terus bergerak!

Sebagai seorang guru, Anda perlu mengomunikasikan rencana ini dengan guru kelas lain di kelas yang akan Anda dorong. Pastikan dia tahu Anda masuk (mungkin untuk memastikan pintu tetap tidak terkunci dan mengomunikasikan waktu terbaik untuk masuk ketika siswa lain keluar).



Mencerminkan

5-7 menit

Luangkan sedikit waktu sesudahnya untuk bertanya kepada siswa tentang bagaimana perasaan mereka meletakkan catatan di atas meja. Bicara tentang RAK lain yang bisa mereka lakukan, baik di sekolah maupun di rumah. Ada banyak daftar online untuk membantu memulai ide; Yayasan RAK memiliki daftar 10 yang bagus (termasuk ide catatan tempel) untuk memulai percakapan: <https://www.randomactsofkindness.org/the-kindness-blog/2933-10-kindness-week-ideas-for-schools>



Ide Ekstensi

- Tindakan Kebajikan Acak dapat dan harus dilakukan di luar ruang kelas. Sebagai kelas, buat bagan-T dan beri label bagian rumah dan taman. Pikirkan ide untuk melakukan tindakan kebaikan secara acak di kedua lokasi. Imbullah siswa untuk menyelesaikan satu tindakan kebaikan secara acak setiap hari selama musim panas.
- Buat (atau mintalah siswa membuat) bagan “RAKtivist” yang dapat mereka gantung di lemari es di rumah atau di kamar tidur mereka. Mintalah mereka melacak RAK mereka dan menetapkan tujuan (mungkin 5 RAK seminggu atau 10 RAK per bulan, dll.). Bekerjalah dengan guru masuk kelas tiga untuk menggunakan bagan untuk memulai minggu kembali ke sekolah musim gugur mendatang.



DITUNJUK OLEH CASEL
SEBAGAI PROGRAM YANG
DIREKOMENDASIKAN
UNTUK PEMBELAJARAN

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.

Kebajikan di Kelas® memenuhi atau melampaui semua kriteria CASEL untuk pemrograman SEL berkualitas tinggi. Kebajikan di Kelas® menerima sebutan tertinggi CASEL untuk pemrograman SEL berkualitas tinggi.

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

RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®

