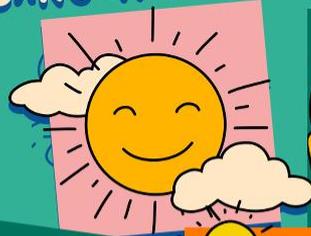


AKSI SEPEKAN  
**7 KEBIASAAN  
ANAK INDONESIA  
HEBAT**  
DI MASA LIBUR SEKOLAH

BANGUN PAGI



BERIBADAH



BEROLAHRAGA



MAKAN SEHAT  
DAN BERGIZI



GEMAR  
BELAJAR



BERMASYARAKAT



TIDUR  
CEPAT



## Tujuan Aktivitas

- Mengajak **orang tua** PAUD dan SD serta **peserta didik** di jenjang pendidikan SMP, SMA, dan SMK untuk mempraktikkan kebiasaan baik selama liburan.
- Memberikan **ajakan aksi nyata** yang edukatif dan menarik di masa libur sekolah sesuai usia dan jenjang pendidikan.
- Mendorong **kolaborasi sekolah, keluarga, dan masyarakat** dalam mempromosikan nilai-nilai positif melalui **media**.

## Peringatan!

Panduan ini mendorong **penggunaan gawai secara bijak dan bertanggung jawab**, terutama dalam mendampingi anak-anak. Kami mengingatkan agar selalu memperhatikan privasi dan perlindungan data anak saat menggunakan perangkat digital.

**Hindari** membagikan informasi pribadi anak secara sembarangan, seperti nama lengkap, alamat, atau data sensitif lainnya. Pastikan penggunaan gawai mendukung perkembangan karakter positif dan dilakukan dalam pengawasan yang sesuai.

**Mari bersama menjaga keamanan digital dan tumbuh kembang anak secara optimal!**

# Aksi Kreatif Selama Libur Sekolah: Praktikkan 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat dan Bagikan di Media Sosial!

 Tema : 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat

 Durasi: 7 hari

## Kegiatan:

- Fokus pada dampak kebiasaan terhadap pengembangan diri, seperti:



Membuat rencana aktivitas harian yang menarik berdasarkan 7 kebiasaan.



Mencatat hal-hal positif yang pelajar rasakan dari setiap kebiasaan.



Menginspirasi orang lain melalui unggahan di media sosial.

### Praktikkan 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat dan Bagikan di Media Sosial!

---

❖ Unggah aktivitas di media sosial (Instagram atau TikTok).

---

❖ Gunakan tagar:

- **#GerakanTujuhKebiasaan**
  - **#AnakIndonesiaHebat**
  - **#SehatCerdasBerkarakter**
- 

❖ Tag akun **Instagram** @kemendikdasmen, @cerdasberkarakter.kemdikbudri, @ditjen.paud.dikdasmen, @ditjen.gtk.kemdikbud, dan @kamivokasi, atau akun **Tiktok** @cerdasberkarakter & @kemendikdasmen.

# 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat untuk membangun karakter positif anak Indonesia

---

Mengembangkan karakter positif untuk menghadapi tantangan digital dengan lebih sehat dan produktif untuk mewujudkan generasi yang **sehat, cerdas, dan berkarakter.**

# Apa itu Tujuh Kebiasaan Anak Indonesia Hebat?



1

## Bangun Pagi

---

Bangun pagi dapat membantu anak menjadi lebih segar, fokus, dan produktif. Kebiasaan ini mengajarkan disiplin dan pentingnya menghargai waktu.



2

## Beribadah

---

Melalui ibadah, anak belajar rasa syukur, empati, dan tanggung jawab. Ini membantu membentuk karakter religius dan integritas yang kuat.



3

## Berolahraga

---

Olahraga rutin meningkatkan kebugaran, melatih disiplin, dan membantu anak mengelola stres. Dengan tubuh yang sehat, pikiran pun menjadi kuat!



4

## Makan Sehat dan Bergizi

---

Pola makan bergizi mendukung tumbuh kembang yang optimal, memberikan energi yang cukup, dan meningkatkan konsentrasi belajar.



5

## Gemar Belajar

---

Belajar mengasah rasa ingin tahu, kreativitas, dan kemampuan berpikir kritis. Ini mempersiapkan anak untuk menghadapi tantangan zaman.



6

## Bermasyarakat

---

Berpartisipasi di komunitas melatih anak untuk menghargai perbedaan, belajar gotong royong, dan mengembangkan tanggung jawab sosial.



7

## Tidur Cepat

---

Tidur lebih awal yang membantu anak tetap segar, fokus, dan kreatif, sekaligus menjaga keseimbangan istirahat.

# Tips Implementasi Bagi Orang Tua

1

## **Tunjukkan Teladan yang Baik**

Orang tua dapat menunjukkan kebiasaan positif, seperti menjaga pola hidup sehat, rajin beribadah, dan membantu sesama. Anak akan lebih terinspirasi dan meniru perilaku baik yang dilakukan orang tua.

2

## **Tetapkan Jadwal Harian yang Teratur**

Buat jadwal yang mencakup waktu untuk tidur, bangun pagi, belajar, dan makan sehat bersama keluarga. Dengan rutinitas yang konsisten, anak akan terbiasa melakukan kebiasaan baik setiap hari.

3

## **Libatkan Anak dalam Kegiatan Keluarga**

Ajak anak untuk ikut serta dalam kegiatan sehari-hari, seperti memasak bersama, membersihkan rumah, atau menghadiri acara di lingkungan sekitar. Hal ini akan melatih anak untuk bertanggung jawab dan peduli terhadap sesama.

4

**Berikan Apresiasi Positif:** Pujilah anak yang menerapkan kebiasaan baik, seperti bersikap jujur, membantu teman, atau disiplin dalam waktu. Apresiasi ini dapat memotivasi anak untuk terus melakukan kebiasaan baik.

# Tips Implementasi Bagi Guru

**1** **Integrasikan Kebiasaan Baik dalam Pembelajaran:** Awali hari dengan kegiatan seperti doa bersama, senam pagi, atau baca buku bersama. Diskusi mengenai pentingnya pola makan sehat juga bisa dilakukan.

---

**2** **Jadikan Kebiasaan Bagian dari Budaya Sekolah:** Terapkan kegiatan rutin seperti olahraga mingguan, program kantin sehat, atau kegiatan kerja bakti bersama siswa. Hal ini akan membangun budaya positif di lingkungan sekolah.

---

**3** **Berikan Apresiasi Positif:** Pujilah siswa yang menerapkan kebiasaan baik, seperti gemar belajar, membantu teman, atau disiplin dalam waktu. Apresiasi ini dapat memotivasi siswa lainnya untuk mengikuti jejak mereka.

# Tips Implementasi Bagi Pelajar

**1 Mengatur Waktu dan Kebiasaan Sehari-hari:** Bangun pagi dan tidur lebih awal untuk tubuh yang segar. Atur jadwal harian dengan waktu khusus untuk belajar, olahraga, dan beribadah.

---

**2 Menerapkan Pola Hidup Sehat:** Lakukan olahraga rutin, makan makanan bergizi, dan pastikan tidur lebih awal agar tetap bugar dan fokus saat belajar.

---

**3 Berpartisipasi dalam Kegiatan Sosial:** Ikut serta dalam kegiatan sosial dan selalu menghargai perbedaan untuk membangun empati dan keterampilan sosial.



**Terima Kasih**

**Mari Bersama Wujudkan Generasi  
Sehat, Cerdas, dan Berkarakter!**