

Desafio de bondade por um dólar

Bem-vindo à Semana RAK! RAK significa Random Acts of Kindness. Todos os anos, encorajamos outras pessoas a reservar um tempo esta semana para realmente se concentrar na gentileza e em como podem mergulhar mais fundo para espalhar RAKs em sua comunidade. *Este pager fornece um plano de aula simples, porém eficaz, para sua sala de aula na semana RAK.*

Cada dia deve levar cerca de 15 a 20 minutos (excluindo preparação/limpeza). Você pode estender as atividades, se desejar, usando a seção Extensões no lado esquerdo de cada dia. No entanto, simplesmente fazer a atividade todos os dias é mais do que suficiente para trazer para casa o valor de Random Acts of Kindness e o impacto que tem sobre os outros, independentemente da sua idade! Confira [A História da Semana RAK](#) para mais informações!

Materiais: Nota de \$ 1 por aluno (pode combinar alunos, se necessário) envelope

Aulas Diárias

Extensão do dia 1

3 minutos Vídeo:
O Círculo da
Bondade
[Link de vídeo](#)



Dia 1- Explore- O que é um ato aleatório de bondade?

Explique a semana RAK e como os alunos usarão \$ 1 para espalhar gentileza além de nossa sala de aula. Em classe, explore o significado de bondade e exemplos de atos aleatórios de bondade que você experimentou OU observou. Isso poderia ter sido feito por um membro da família, um amigo, um professor, um trabalhador da alimentação... até mesmo um completo estranho! Além disso, certifique-se de ter um exemplo pessoal de um RAK que você recebeu para compartilhar com sua classe.

Extensão do dia 2

\$ 1 História de bondade: Leia a história a seguir em voz alta para ajudar seus alunos a se inspirarem! [LINK](#).



Dia 2- RAK em um brainstorm do dólar

Peça aos alunos que pensem em como usarão seu dólar para espalhar bondade. Não coloque muitos parâmetros em torno desta atribuição. Distribua um envelope com uma nota de \$ 1 para cada aluno e explique as regras. Não há maneira errada de preencher um RAK, desde que a pessoa realmente incorpore o dólar e o RAK seja para outra pessoa que não ela.

Extensão do dia 3

Gentileza Alerta:
Escreva um ato gentil em um post-it. Peça aos alunos que escolham 1 às cegas e coloquem na cabeça. Outros representam e adivinham!



Dia 3- RAK em um dólar- Apresentações

Uma vez que alguns alunos concluirão seu RAK rapidamente e outros levarão mais tempo, faça com que os alunos comecem a compartilhar seus \$ 1 RAKs hoje. Eles podem apresentá-los em voz alta ou escrever o que fizeram e o professor pode lê-los em voz alta, dependendo do nível de conforto. Dê tempo para que sua classe discuta o impacto e faça um brainstorming sobre as próximas etapas adicionais, caso eles façam isso novamente.

Extensão do dia 4

Compartilhamento RAK: Peça aos alunos que compartilhem 1 RAK que



Dia 4- RAK em um dólar- Apresentações

Continue com as apresentações hoje enquanto os alunos concluem seus RAKs. Idealmente, todos os \$ 1 RAKs serão concluídos hoje, mas reserve um tempo amanhã para o caso de alguns alunos precisarem de mais tempo (ou decidirem combinar dinheiro com outros). Além disso, certifique-se de explorar como cada doador se sentiu durante esta atividade.

experimentaram esta
semana!

Extensão do dia 5

Entrada de diário-

Como você foi gentil
consigo mesmo esta
semana?



Dia 5- Discussão RAK

Como classe, identifique quem foi capaz de observar seu destinatário RAK e quem não foi. Para aqueles que observaram, quais foram as reações? Para aqueles que não, que reações você imaginou? Você voltou e verificou se o seu RAK foi levado/recebido/repassado, etc.? Se sim, como você se sente agora?