

# Zufälliger Akt der Freundlichkeit

## Fotojournal

Wir haben alle vier Wochen unserer Muteinheit absolviert. Jetzt ist es an der Zeit, alles Gelernte anzuwenden. In den nächsten ein bis zwei Wochen werden wir darauf hinarbeiten, eine zufällige Schnitzeljagd auf freundliche Weise durchzuführen und unsere Abenteuer in einem Foto-/Scrapbook-Tagebuch zu dokumentieren.

### Mut Sub-Konzepte)

Verletzlichkeit, Demut, Freundlichkeit,

### Projektzeitrahmen

1-2 Wochen, je nach Stundenplan aufgeteilt

### Benötigtes Material

- ☐ Grundlegende Künstlerbedarf
- ☐ Vorlagen für Journaleinträge (siehe unten)
- ☐ Zeitschriften
- ☐ 1 Smartphone oder Kamera für jede Gruppe
- ☐ Klebeband/Reißzwecken zum Aufhängen fertiger Zeitschriften

### Standards-Karte

Dieses Projekt steht im Einklang mit den CASEL-Kompetenzen, den National Health Education Standards, den Standards der International Society for Technology in Education (sofern zutreffend) und den Common Core State Standards. Bitte wende dich an die Standards-Karte für mehr Informationen.

Zufällige freundliche Handlungen sind Handlungen, die nicht angekündigt, nicht unbedingt geplant und nicht belohnt werden. Du tust Gutes für andere, nur weil du willst, dass sich jemand anderes gut fühlt, und nicht, weil du eine Gegenleistung willst. Der Akt der Freundlichkeit steht im Mittelpunkt, nicht Sie als Geber, auch wenn einige dieser Handlungen möglicherweise direkt gegenüber der anderen Person erfolgen. Wenn Sie „erwischt“ werden oder Ihre freundliche Tat öffentlich ist, üben Sie sich in Demut, indem Sie das Lob von sich selbst ablenken und auf die freundliche Tat zurücklenken, die Sie vollbringen!

Hier ist der Plan für dieses Projekt:

1. Ich werde Sie nach dem Zufallsprinzip zusammenbringen. Jedes Paar ist dafür verantwortlich, innerhalb der nächsten Woche 10 zufällige freundliche Taten auf der Liste zu vollbringen. Ihr Ziel ist QUALITÄT, nicht nur Quantität. Sie werden feststellen, dass diese Checkliste tatsächlich 25 Optionen enthält. Wenn möglich, können Sie mehr davon erledigen, aber 10 echte RAKs sind viel leistungsfähiger als 25 RAKs, die schnell und ohne Integrität erledigt werden.
2. Sie müssen beide an der Fertigstellung der RAKs teilnehmen. Sie können dies erreichen, indem Sie sich abwechseln, zusammenarbeiten, um einen RAK zu erreichen, oder die RAKs nach Komfortniveau und Fähigkeiten aufteilen. Sie müssen ein Bild oder ein ausgeschnittenes Bild aus einer Zeitschrift verwenden, um jeden von Ihnen abgeschlossenen RAK darzustellen. HINWEIS: Es ist NICHT gestattet, Personen zu fotografieren. Ihre Herausforderung besteht darin, Ihre Handlungen nur anhand von Bildern von Objekten aufzuzeichnen. Abhängig von den Medienbeschränkungen Ihrer Schule kann dies durch die Verwendung eines Telefons, einer Kamera oder einer Zeitschrift erreicht werden.
3. Jede Gruppe wird ihre Bilder und die bereitgestellten Malutensilien verwenden, um ein Fototagebuch ihrer RAKs zu erstellen, das die Reise, die sie unternommen haben, veranschaulicht und darüber nachdenkt, wie jeder RAK erreicht wurde, wie sie sich gefühlt hat usw. Sie werden ihre ausgefüllte Checkliste der Innenklappe beifügen ihr Tagebuch. Anschließend stellen sie unserer Klasse ihr Tagebuch vor und heben dabei 1–2 RAKs hervor, die für sie am bedeutungsvollsten waren, und erklären, warum. Nach all unseren Präsentationen werden die Tagebücher in der gesamten Schule ausgelegt, um das ganze Jahr über und bis in die Sommerferien hinein anhaltende Freundlichkeit zu fördern!

## **TEIL 1 (Woche 1): Regeln für die Durchführung zufälliger freundlicher Handlungen**

Bevor wir mit unserem Projekt beginnen können, müssen wir die Regeln für die Erledigung unserer Aufgaben erkunden.

- Ihre Gruppe kann RAKs nur während unserer festgelegten RAK-Unterrichtszeiten, in den Pausen, zur Mittagszeit oder nach der Schule unter angemessener Aufsicht absolvieren.
- Ihre Gruppe darf keine Regeln brechen, um einen RAK abzuschließen.
- Denken Sie daran, der Fokus liegt auf dem Akt der Freundlichkeit, NICHT auf Ihnen selbst!
- Dies ist kein Wettbewerb; Am Ende gibt es keinen Preis außer der Gewissheit, dass man jemandem den Tag ein wenig schöner gemacht hat. Ihr Ziel ist es, durch mutiges und demütiges Handeln Freundlichkeit zu verbreiten.
- Wenn es schwierig ist, einen bestimmten RAK auf freundliche Weise einzufangen, machen Sie ein Foto des Vorhers oder Nachhers und erklären Sie, was Sie getan haben, als Sie es Ihrer Collage hinzugefügt haben.
- Jeder RAK ist absichtlich vage. Dies soll es Ihrer Gruppe ermöglichen, Ihre Kreativität zu nutzen, um eine individuelle Lösung für jede von Ihnen ausgewählte Aufgabe zu finden.

## **Teil 2 (Woche 2): Erstellung eines Fototagebuchs**

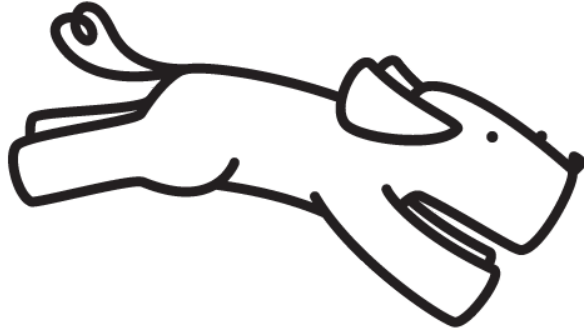
Nachdem Sie nun mehr als 10 Bilder von RAKs aufgenommen haben, die Sie in der letzten Woche fertiggestellt haben, ist es an der Zeit, diese in einem Tagebuchformat zu dokumentieren. Ihr Ziel ist es, mit Demut die freundlichen Taten hervorzuheben, NICHT sich selbst.

- Sie können Fotos, Wörter, Zeitschriften und die bereitgestellten Künstlermaterialien verwenden, um Ihre Fotocollage zu erstellen.
- Sie müssen unter jedem RAK, den Sie in Ihr Tagebuch aufnehmen, eine Reflexion von 3-5 Sätzen schreiben.
- Jede Person muss mindestens 5 Überlegungen in das Tagebuch schreiben. Stellen Sie sicher, dass Sie unter jeder Reflexion Ihren Namen unterschreiben.
- Auf Wunsch können beide Personen über einen RAK nachdenken!
- Jede Person muss an der Erstellung des Journals teilnehmen. Eine Möglichkeit besteht darin, jeder Person mehr als 5 Bilder zu geben und ihr die Verantwortung für die Fertigstellung der begleitenden Tagebuchseiten zu überlassen.
- Jede Person muss an der Präsentation und Erläuterung Ihrer aussagekräftigsten RAKs und des von Ihnen erstellten Journals teilnehmen. Da alle an der Erstellung beteiligt waren, sollte dieser Teil einfach sein!
- Stellen Sie sicher, dass Sie ein Deckblatt mit den Namen der Autoren und einem Bild erstellen, das Ihre Gesamterfahrung mit diesem Projekt am besten einfängt!



# Zufälliger Akt der Freundlichkeit BINGO

Hilfe jemand, der hat Probleme	Überraschen Sie jemanden damit eine Leckerei	Machen Sie einem Erwachsenen ein Kompliment	Hinterlassen Sie eine nette Notiz auf dem Spiegel im Badezimmer	Stellen Sie sich jemandem vor, den Sie nicht kennen sehr gut
Jubeln jemand auf	Ermutigen Sie jemanden während einer außerschulischen Aktivität	Räumen Sie die Flure auf	Helfen Sie einem Elternteil, der zur Schule kommt	Hinterlassen Sie eine Notiz auf dem Schreibtisch einer anderen Person, um sie zu ermutigen
Machen Sie einem Schüler, der kein Freund ist, ein Kompliment	Erlauben Sie jemandem, beim Mittagessen vor Ihnen herzugehen	<b>FREIR AUM</b>	Helfen Sie dem Frontoffice-Personal	Laden Sie andere ein dir zu helfen Räumen Sie den Speisesaal auf
Hinterlassen Sie eine positive Notiz auf einem Schließfach	Hilfe in der Cafeteria	Laden Sie jemanden an Ihren Mittagstisch ein	Laden Sie eine neue Person ein, im Bus neben Ihnen zu sitzen	Etwas organisieren für einen Ihrer Lehrer unaufgefordert
Geben Sie jemandem einen Dankesbrief	Helfen Sie einem Lehrer	Wählen Sie einen neuen Partner im Unterricht	Fragen Sie noch heute einen Freund, wie Sie ihm helfen können	DEIN EIGENE IDEE Schreiben Sie es hier:



## Eintrag im Fotojournal

Name: \_\_\_\_\_ Zufälliger freundlicher Akt # \_\_\_\_\_ FotoTitel: \_\_\_\_\_

FÜGEN SIE HIER IHR BILD HINZU

Nutzen Sie den Platz unten, um ein Tagebuch über Ihre Erfahrungen bei der Durchführung dieses „Zufälligen Akts der Freundlichkeit“ zu führen.

Drei bis fünf Sätze sind erforderlich. Nutzen Sie die folgenden Fragen, um Ihre Überlegungen zu verfassen.

Wie ist dieser RAK gelaufen? Wie hat es Sie als Geber beeinflusst? Wenn diese RAK andere involvierte, wie haben sie reagiert?

Was hat Sie bei diesem RAK am meisten überrascht?

---

---

---

---

---

---