

# Wand der Güte

**Willkommen zur RAK-Woche! RAK steht für Random Acts of Kindness.** Jedes Jahr ermutigen wir andere, sich diese Woche die Zeit zu nehmen, sich wirklich auf Freundlichkeit zu konzentrieren und herauszufinden, wie sie tiefer eintauchen können, um RAKs in ihrer Community zu verbreiten. Dieser One-Pager bietet einen einfachen, aber effektiven Unterrichtsplan für Ihr Klassenzimmer für die RAK-Woche.

**Jeder Tag sollte etwa 15–20 Minuten in Anspruch nehmen (ohne Vorbereitung/Aufräumen).** Sie können die Aktivitäten bei Bedarf erweitern, indem Sie den Abschnitt „Erweiterungen“ auf der linken Seite jedes Tages verwenden. Allerdings ist es mehr als genug, die Aktivität jeden Tag durchzuführen, um den Wert von Random Acts of Kindness und die Wirkung, die es auf andere hat, unabhängig von Ihrem Alter, deutlich zu machen! [Kasse Die Geschichte der RAK-Woche](#) Für mehr Information!

**Materialien:** Metzgerpapier, schwarzer Marker (oder Farbe), Haftnotizen, Korb, Bleistifte

## Täglicher Unterricht

### Verlängerung für Tag 1

3-minütiges Video:  
Freundlichkeit – Die Welt, die wir erschaffen  
[Video-Link](#)



### Tag 1 – Entdecken – Was ist ein zufälliger Akt der Freundlichkeit?

Erklären Sie die RAK-Woche und wie die Schüler im Flur eine Wand der Freundlichkeit errichten, um Freundlichkeit über unser Klassenzimmer hinaus zu verbreiten. Erkunden Sie als Klasse die Bedeutung von Freundlichkeit und Beispiele für zufällige freundliche Handlungen, die Sie erlebt ODER beobachtet haben. Denken Sie nun über Ihr eigenes Verhalten nach – wie haben SIE Freundlichkeit verbreitet? Die Herausforderung dieser Woche wird darin bestehen, RAKs für andere in unserer Schule zu machen. Während wir sie erledigen, schreiben wir sie auf und fügen sie unserer Wall of Kindness hinzu. Das Ziel: Andere zu inspirieren, sich uns anzuschließen!

### Verlängerung für Tag 2

RAK-Geschichten:  
Lassen Sie die Schüler sich entspannen und die Augen schließen, während Sie Freundlichkeitsgeschichten vorlesen [VERKNÜPFUNG](#)



### Tag 2 – Erstellen Sie eine Wand der Güte

Überlegen Sie sich gemeinsam mit der Klasse Designideen für Ihren Flur gegenüber dem RAK-Schwarzen Brett. Wenn Sie keine speziellen Bretter haben, kleben Sie einfach Metzgerpapier an die Wand oder verwenden Sie Klebeband, um einen simulierten Bilderrahmen für Ihre RAKs zu erstellen. Lassen Sie die Schüler bei Bedarf Designs und Bilder hinzufügen. Um loszulegen, kann Ihre Klasse auch ihre eigenen RAKs an die Tafel hinzufügen. Stellen Sie sicher, dass Sie einen Korb oder Tisch mit Haftnotizen und Stiften bereithalten, damit auch andere ihre RAKs hinzufügen können!

### Verlängerung Tag 3

Nichts tun: Seien Sie freundlich zu sich selbst, indem Sie sich Zeit zum Entspannen nehmen. Hören Sie einfach 2 Minuten lang zu. ohne dein



### Tag 3 – Einladungen zur Wall of Kindness

Schüler können andere in der Schule dazu inspirieren, an der Wall of Kindness teilzunehmen, indem sie andere einladen und die Aktivität erklären. Dies kann durch den Besuch anderer Klassenräume, bei Vormittagsbesprechungen, über Lautsprecher oder in Klassengesprächen erfolgen. Lassen Sie die Schüler Wege finden, andere zu inspirieren!

**Verlängerung für Tag 4**

RAK-Aktie: Lassen Sie die Schüler 1 RAK teilen, das sie diese Woche ZU HAUSE gemacht haben.



**Tag 4 – Wall of Kindness Fortsetzung**

Bitten Sie die Schüler um einige Beispiele für RAKs, die sie diese Woche an der Wand angebracht haben. Welcher RAK hat Ihnen am besten gefallen? Haben Sie bereits RAKs erhalten? Erinnern Sie die Schüler daran, weiterhin nach Möglichkeiten Ausschau zu halten, Freundlichkeit zu verbreiten. Wenn wir nach Chancen suchen, finden wir Chancen!

**Verlängerung am 5. Tag**

Tagebucheintrag: Wie warst du diese Woche nett zu dir selbst?



**Tag 5 – RAK-Diskussion**

Gehen Sie als Klasse zurück zu Ihrer „Wall of Kindness“ und lesen Sie alle Notizen laut vor. Was hat Sie überrascht? Welche Taten haben Sie persönlich beobachtet bzw. erhalten? Wie war es für Sie, an die Wand zu kommen und Ihren eigenen RAK hinzuzufügen? Wie hat es sich angefühlt, zu sehen, wie andere sich gegenseitig helfen und auch zu unserer Pinnwand beitragen?