

Actos aleatorios de amabilidad

Diario de fotos

Hemos completado las cuatro semanas de nuestra unidad de coraje. Ahora es el momento de aplicar todo lo que has aprendido. Durante la próxima semana o dos, trabajaremos para completar una búsqueda del tesoro de actos de bondad al azar y documentar nuestras aventuras en un diario de fotos/álbum de recortes.

Coraje Sub-Conceptos)

Vulnerabilidad, Humildad, Amabilidad,

Plazo del proyecto

1-2 semanas, divididas según sea necesario según el horario de clases

Los materiales requeridos

- ☐ Suministros básicos de arte
- ☐ Plantillas de entradas de diario (ver más abajo)
- ☐ Revistas
- ☐ 1 teléfono inteligente o cámara para cada grupo
- ☐ Cinta/tachuelas para colgar diarios terminados

Mapa de Normas

Este proyecto se alinea con las Competencias CASEL, los Estándares Nacionales de Educación para la Salud, los Estándares de la Sociedad Internacional para la Tecnología en la Educación, cuando corresponda, y los Estándares Estatales Básicos Comunes. por favor refiérase a [Mapa de Normas](#) para más información.

Los actos de bondad aleatorios son acciones que no se anuncian, no necesariamente se planifican y no se recompensan. Estás haciendo cosas amables por los demás solo porque quieres que alguien más se sienta bien, no porque quieras algo a cambio. El acto de bondad es el foco, no tú como el dador, incluso si algunos de estos actos pueden hacerse directamente a la otra persona. Si te “atrapan” o si tu acto de bondad es público, ¡practica el uso de la humildad desviando los elogios de ti y volviendo al acto de bondad que estás completando!

Aquí está el plan para este proyecto:

1. Te emparejaré al azar. Cada pareja será responsable de completar 10 actos de bondad al azar en la lista dentro de la próxima semana. Tu objetivo es la CALIDAD, no solo la cantidad. Notará que en realidad hay 25 opciones en esta lista de verificación. Puede completar más de ellos si es posible, pero 10 RAK genuinos son mucho más poderosos que 25 RAK que se realizan rápidamente y sin integridad.
2. Ambos deben participar para completar los RAK. Puede lograr esto tomando turnos, trabajando juntos para lograr un RAK o dividiendo los RAK según los niveles de comodidad y el conjunto de habilidades. Debe usar una imagen o una imagen recortada de una revista para representar cada RAK que complete. NOTA: NO puede tomar fotografías de personas. Tu desafío es registrar tus actos usando solo imágenes de objetos. Esto se puede lograr mediante el uso de un teléfono, una cámara o una revista, según las restricciones de medios de su escuela.
3. Cada grupo usará sus imágenes y los materiales de arte provistos para crear un diario fotográfico de sus RAK que ilustre el viaje que realizaron y reflexiones sobre cómo se logró cada RAK, cómo los hizo sentir, etc. Adjuntarán su lista de verificación completa a la solapa interior de su diario. Luego presentarán su diario a nuestra clase, destacando 1-2 RAK que fueron más significativos para ellos y por qué. ¡Después de todas nuestras presentaciones, los diarios se exhibirán en toda la escuela para fomentar la amabilidad continua durante todo el año y en nuestras vacaciones de verano!

PARTE 1 (Semana 1): Reglas para completar actos de bondad aleatorios

Antes de que podamos comenzar nuestro proyecto, necesitamos explorar las reglas para completar nuestras tareas.

- Su grupo solo puede completar RAK durante nuestros horarios de clase RAK designados, descansos, almuerzo o después de la escuela con la supervisión adecuada.
- Su grupo no puede romper ninguna regla para completar un RAK.
- ¡Recuerden que el enfoque está en el acto de bondad, NO en ustedes mismos!
- Esto no es una competencia; no hay premio al final, excepto saber que has alegrado un poco el día de alguien. Tu objetivo es difundir la bondad a través de actos valientes y humildes.
- Si un RAK determinado es difícil de capturar de una manera amable, tome una foto del antes o el después y explique lo que hizo cuando lo agregó a su collage.
- Cada RAK es intencionalmente vago. Esto es para permitir que su grupo use su creatividad para encontrar una forma personalizada de completar cada tarea que seleccione.

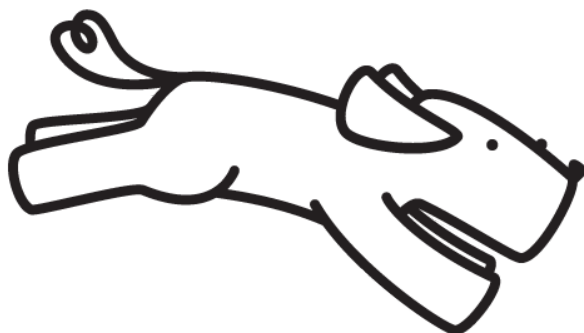
Parte 2 (Semana 2): Creación de diario fotográfico

Ahora que ha capturado más de 10 imágenes de RAK que completó durante la semana pasada, es hora de documentarlas usando un formato de diario. Su objetivo es usar la humildad para enfatizar los actos amables, NO ustedes mismos.

- Puede usar fotos, palabras, revistas y los materiales de arte provistos para crear su collage de fotos.
- Debes escribir una reflexión de 3-5 oraciones debajo de cada RAK que incluyas en tu diario.
- Cada persona debe escribir al menos 5 reflexiones dentro del diario. Asegúrese de firmar con su nombre debajo de cada reflejo.
- Si lo desea, ¡ambas personas pueden reflexionar sobre un RAK!
- Todas las personas deben participar en la creación de la revista. Una opción es darle a cada persona más de 5 imágenes y permitirles la propiedad de completar las páginas del diario que las acompañan.
- Cada persona debe participar en la presentación y explicación de sus RAK más significativos y el diario que creó. Ya que todos participaron en su creación, ¡esta parte debería ser fácil!
- ¡Asegúrese de crear una portada con los nombres de los autores y una imagen que capture mejor su experiencia general con este proyecto!

Acto de bondad al azar BINGO

Ayuda a alguien que está luchando	sorprender a alguien con Un dulce	Hacer un cumplido a un adulto.	Deja una nota amable en el espejo del baño.	Preséntate a alguien que no conoces muy bien
Alegría a alguien arriba	Anime a alguien durante una actividad después de la escuela	limpiar los pasillos	Ayudar a un padre que viene a la escuela	Deje una nota en el escritorio de alguien para alentarlos
Dar un cumplido a un estudiante que no es un amigo	Permita que alguien vaya delante de usted en el almuerzo	ESPACIO LIBRE	Ayudar al personal de recepción	Invita a otros para ayudarte limpiar el comedor
Deja una nota positiva en un casillero	Ayuda en la cafetería.	Invita a alguien a unirse a tu mesa de almuerzo	Invite a alguien nuevo a sentarse junto a usted en el autobús	organizar algo para uno de tus profesores sin que te lo pidan
Darle a alguien una nota de agradecimiento	ayudar a un maestro	Elige un nuevo compañero en la clase	Pregúntale a un amigo cómo puedes ayudarlo hoy	SU IDEA PROPIA Escríbela aquí:



Entrada de diario fotográfico

Nombre: _____ Acto de bondad al azar # _____ FotoTítulo: _____

AÑADE TU IMAGEN AQUÍ

Use el espacio a continuación para escribir un diario sobre su experiencia al completar este acto de bondad al azar.

Se requieren tres-cinco oraciones. Usa las siguientes preguntas para ayudarte a escribir tu reflexión.

¿Cómo te fue con este RAK? ¿Cómo te afectó como donante? Si este RAK involucró a otros, ¿cómo reaccionaron?
¿Qué fue lo que más te sorprendió durante este RAK?
