

Actes de gentillesse aléatoire

Journal de photos

Nous avons terminé les quatre semaines de notre unité de courage. Il est maintenant temps d'appliquer tout ce que vous avez appris. Au cours de la semaine ou des deux prochaines semaines, nous travaillerons à terminer une chasse au trésor d'actes de gentillesse au hasard et à documenter nos aventures dans un journal photo/scrapbook.

Courage Sous-Concept(s)

Vulnérabilité, Humilité, Gentillesse,

Calendrier du projet

1 à 2 semaines, fractionnées selon les besoins en fonction de l'horaire des cours

Matériaux nécessaires

- ☐ Fournitures artistiques de base
- ☐ Modèles d'entrée de journal (voir ci-dessous)
- ☐ Les magazines
- ☐ 1 smartphone ou appareil photo pour chaque groupe
- ☐ Ruban adhésif/punaises pour accrocher les journaux finis

Carte des normes

Ce projet s'aligne sur les compétences CASEL, les normes nationales d'éducation à la santé, les normes de la Société internationale pour la technologie dans l'éducation, le cas échéant, et les normes d'État de base communes. Veuillez vous référer au [Carte des normes](#) pour plus d'informations.

Les actes de bonté aléatoires sont des actions qui ne sont pas annoncées, pas nécessairement planifiées et non récompensées. Vous faites des choses gentilles pour les autres simplement parce que vous voulez que quelqu'un d'autre se sente bien, pas parce que vous voulez quelque chose en retour. L'acte de gentillesse est l'objectif, pas vous en tant que donneur, même si certains de ces actes peuvent être faits directement à l'autre personne. Si vous êtes « attrapé » ou si votre acte de gentillesse est public, entraînez-vous à faire preuve d'humilité en détournant les louanges de vous et en revenant à l'acte de gentillesse que vous accomplissez !

Voici le plan de ce projet :

1. Je vais vous jumeler au hasard. Chaque paire sera responsable d'accomplir 10 actes de gentillesse aléatoires sur la liste au cours de la semaine prochaine. Votre objectif est la QUALITÉ, pas simplement la quantité. Vous remarquerez qu'il y a en fait 25 options sur cette liste de contrôle. Vous pouvez en compléter plus si possible, mais 10 RAK authentiques sont beaucoup plus puissants que 25 RAK effectués rapidement et sans intégrité.
2. Vous devez tous les deux participer à la réalisation des RAK. Vous pouvez y parvenir en vous relayant, en travaillant ensemble pour obtenir un RAK ou en divisant les RAK en fonction des niveaux de confort et des compétences. Vous devez utiliser une image ou une image découpée dans un magazine pour représenter chaque RAK que vous complétez. REMARQUE : Vous ne pouvez PAS prendre de photos de personnes. Votre défi est d'enregistrer vos actes en utilisant uniquement des images d'objets. Cela peut être accompli grâce à l'utilisation d'un téléphone, d'un appareil photo ou d'un magazine en fonction des restrictions médiatiques de votre école.
3. Chaque groupe utilisera ses images et les fournitures artistiques fournies pour créer un journal photo de ses RAK illustrant le voyage qu'il a effectué et des réflexions sur la façon dont chaque RAK a été accompli, les a fait ressentir, etc. Ils joindront leur liste de contrôle remplie au rabat intérieur de leur journal. Ils présenteront ensuite leur journal à notre classe, en soulignant 1-2 RAK qui étaient les plus significatifs pour eux et pourquoi. Après toutes nos présentations, les journaux seront affichés dans toute l'école pour encourager la gentillesse continue tout au long de l'année et pendant nos vacances d'été !

PARTIE 1 (Semaine 1) : Règles pour effectuer des actes de gentillesse aléatoires

Avant de pouvoir commencer notre projet, nous devons explorer les règles pour accomplir nos tâches.

- Votre groupe ne peut compléter les RAK que pendant nos heures de classe RAK désignées, les pauses, l'heure du déjeuner ou après l'école avec une supervision appropriée.
- Votre groupe ne peut enfreindre aucune règle pour terminer un RAK.
- N'oubliez pas que l'accent est mis sur l'acte de gentillesse, PAS sur vous-mêmes !
- Ce n'est pas une compétition; il n'y a pas de prix à la fin sauf de savoir que vous avez rendu la journée de quelqu'un un peu plus lumineuse. Votre objectif est de répandre la bonté par des actes courageux et humbles.
- Si un certain RAK est difficile à capturer de manière aimable, prenez une photo de l'avant ou de l'après et expliquez ce que vous avez fait lorsque vous l'ajoutez à votre collage.
- Chaque RAK est intentionnellement vague. Cela permet à votre groupe d'utiliser votre créativité pour trouver une manière personnalisée d'accomplir chaque tâche que vous sélectionnez.

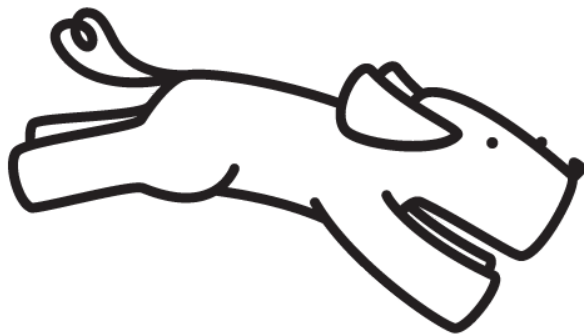
Partie 2 (Semaine 2):Création de journal photo

Maintenant que vous avez capturé plus de 10 images de RAK que vous avez terminés au cours de la semaine dernière, il est temps de les documenter à l'aide d'un format de journal. Votre objectif est d'utiliser l'humilité pour mettre l'accent sur les actes de gentillesse, PAS sur vous-mêmes.

- Vous pouvez utiliser des photos, des mots, des magazines et les fournitures artistiques fournies pour créer votre collage de photos.
- Vous devez écrire une réflexion de 3 à 5 phrases sous chaque RAK que vous incluez dans votre journal.
- Chaque personne doit écrire au moins 5 réflexions dans le journal. Assurez-vous de signer votre nom sous chaque réflexion.
- Si vous le souhaitez, les deux personnes peuvent réfléchir à un RAK !
- Chaque personne doit participer à la création du journal. Une option consiste à donner à chaque personne plus de 5 images et à lui permettre de s'approprier l'achèvement des pages de journal qui l'accompagnent.
- Chaque personne doit participer à la présentation et à l'explication de vos RAK les plus significatifs et du journal que vous avez créé. Puisque tout le monde a participé à sa création, cette partie devrait être facile !
- Assurez-vous de créer une page de couverture avec les noms des auteurs et une image qui capture le mieux votre expérience globale avec ce projet !

Acte aléatoire de gentillesse BINGO

Aider quelqu'un qui Est en difficulté	Surprenez quelqu'un avec un régal	Faire un compliment à un adulte	Laissez un mot gentil sur le miroir de la salle de bain	Présentez-vous à quelqu'un que vous ne connaissez pas très bien
Applaudir quelqu'un	Encouragez quelqu'un lors d'une activité parascolaire	Nettoyer les couloirs	Aider un parent qui vient à l'école	Laisser une note sur le bureau de quelqu'un pour l'encourager
Faire un compliment à un élève qui n'est pas un ami	Autoriser quelqu'un à passer devant vous au déjeuner	ESPAC E LIBRE	Aider le personnel de la réception	Invitez d'autres personnes pour vous aider nettoyer la salle à manger
Laisser une note positive sur un casier	Aide à la cafétéria	Invitez quelqu'un à se joindre à votre table de déjeuner	Invitez quelqu'un de nouveau à s'asseoir à côté de vous dans le bus	Organiser quelque chose pour l'un de vos professeurs sans qu'on lui demande
Donner à quelqu'un une note de remerciement	Aider un enseignant	Choisissez un nouveau partenaire en classe	Demandez à un ami comment vous pouvez l'aider aujourd'hui	TON PROPRE IDÉE Écrivez-le ici :



Entrée de journal photo

Nom : _____ Acte de gentillesse aléatoire # _____ PhotoTitre: _____

AJOUTEZ VOTRE IMAGE ICI

Utilisez l'espace ci-dessous pour consigner votre expérience dans l'accomplissement de cet acte de gentillesse aléatoire.

Trois à cinq phrases sont nécessaires. Utilisez les questions suivantes pour vous aider à rédiger votre réflexion.
Comment s'est passé ce RAK ? Comment cela vous a-t-il affecté en tant que donneur ? Si ce RAK en impliquait d'autres, comment ont-ils réagi ?

Qu'est-ce qui t'a le plus surpris pendant ce RAK ?
