

# 善意书签

欢迎来到哈伊马角周！**RAK** 代表随机善举。每年，我们都会鼓励其他人在本周花时间真正关注善意，以及如何更深入地在社区内传播 RAK。[这款寻呼机为您的 RAK 周课堂提供了简单而有效的课程计划。](#)每天大约需要 **15-20** 分钟（不包括准备/清理）。如果需要，您可以使用每天左侧的“扩展”部分来扩展活动。然而，无论您的年龄如何，只要每天进行这项活动就足以让您认识到随机善行的价值及其对他人的影响！查看[RAK 周的历史](#) 了解更多信息！

材料：卡片纸或水彩纸、水彩颜料、透明胶带或层压机、打孔器、记号笔、铅笔、色带

## 每日课程

- 第一天延长  
大声朗读：  
黛博拉·安德伍德《寻找  
善良》  
[大声朗读链接](#)

1

第一天 - 书签头脑风暴！  
解释 RAK 周以及班级如何创建善意书签以将善意传播到课堂之外。可选 - 提前创建一个善意书签以向他们展示。例子：[水彩书签](#)  
在课堂上，集体讨论适合作为背景的水彩图像和颜色的想法。提醒学生，他们可以在水彩画上或书签的背面写下他们的好话。
- 第 2 天延长  
艺术学习：  
观看画作并讨论如何在艺术中体现善意。  
[艺术学习链接](#)

2

第 2 天 - 绘制书签  
现在我们已经绘制好了善意书签，让我们开始创建吧！将每个书签裁剪为 2 英寸 x 4 英寸，以适合图书馆中的大多数书籍。将每个书签轻轻地粘在废纸上，并让学生使用水彩画书签的一侧。如果他们要在图片上写字，鼓励使用较浅的颜色。
- 第 3 天延长  
[善良很重要冻结舞](#)：  
播放这首歌。暂停并询问 RAK 想法  
[善良之歌](#)

3

第三天 - 添加单词  
今天是写作日！在水彩画顶部或书签背面添加文字。在开始之前，集体讨论单词和短语的想法。在黑板上添加常用单词，供学生抄写拼写。让他们先用铅笔写下单词，然后再用记号笔描画。
- 第 4 天延长  
[创作藏头诗](#)：竖写仁慈。从每个字母开始集思广益。

4

第 4 天 - 组装书签  
在每个书签的顶部打一个洞。让学生将丝带穿过孔。层压每个书签。如果无法做到这一点，请使用透明胶带覆盖每个书签，以便它们更耐用且防水。
- 第 5 天延长  
[日记条目](#) - 写下或画出您的 RAK 周。你最喜欢什么？

5

第 5 天 - 隐藏书签！  
今天是走出教室并“隐藏”你的善意书签的一天。请记住，我们的目标是让其他学生在查看书籍时找到它们，所以不要将它们隐藏得太深！此外，鼓励学生将它们分散在所有类型的书中，这样它们就不会聚集在一起。