

# Πρόκληση Kindness for a Dollar

**Καλώς ήρθατε στην Εβδομάδα RAK! Το RAK σημαίνει Random Acts of Kindness.** Κάθε χρόνο ενθαρρύνουμε άλλους να αφιερώνουν χρόνο αυτήν την εβδομάδα για να επικεντρωθούν πραγματικά στην καλοσύνη και στο πώς μπορούν να βουτήξουν βαθύτερα για να διαδώσουν τα RAK στην κοινότητά τους. Αυτός ο ένας τηλειδιοποιητής παρέχει ένα απλό, αλλά αποτελεσματικό σχέδιο μαθήματος για την τάξη σας για την εβδομάδα RAK.

**Κάθε μέρα θα πρέπει να σας παίρνει περίπου 15-20 λεπτά (εξαιρουμένης της προετοιμασίας/καθαρισμού.)** Μπορείτε να επεκτείνετε τις δραστηριότητες εάν θέλετε χρησιμοποιώντας την ενότητα Επεκτάσεις στην αριστερή πλευρά κάθε ημέρας. Ωστόσο, το να κάνετε απλώς τη δραστηριότητα κάθε μέρα είναι περισσότερο από αρκετό για να φέρετε στο σπίτι την αξία των Τυχαίων Πράξεων Καλοσύνης και τον αντίκτυπο που έχουν στους άλλους, ανεξάρτητα από την ηλικία σας! Ολοκλήρωση αγοράς [Η ιστορία της εβδομάδας RAK](#) για περισσότερες πληροφορίες!

**Υλικά:** Λογαριασμός \$1 ανά μαθητή (μπορεί να συνδυάσει φοιτητές εάν χρειάζεται).

## Καθημερινά Μαθήματα

### Παράταση 1ης ημέρας

Βίντεο 3 λεπτών:

Ο Κύκλος της  
Καλοσύνης

[Σύνδεσμος βίντεο](#)



### Ημέρα 1- Εξερεύνηση- Τι είναι μια Τυχαία Πράξη Καλοσύνης;

Εξηγήστε την εβδομάδα RAK και πώς οι μαθητές θα χρησιμοποιήσουν \$1 για να σκορπίσουν την καλοσύνη πέρα από την τάξη μας. Ως τάξη, εξερευνήστε την έννοια της καλοσύνης και παραδείγματα τυχαίων πράξεων καλοσύνης που έχετε βιώσει ή έχετε παρατηρήσει. Αυτό θα μπορούσε να το είχε κάνει ένα μέλος της οικογένειας, ένας φίλος, ένας δάσκαλος, ένας εργάτης τροφίμων... ακόμα και ένας εντελώς άγνωστος! Επίσης, φροντίστε να έχετε ένα προσωπικό παράδειγμα RAK που έχετε λάβει για να το μοιραστείτε με την τάξη σας.

### Παράταση 2ης ημέρας

\$1 Ιστορία

καλοσύνης: Διαβάστε  
δυνατά την  
παρακάτω ιστορία  
για να βοηθήσετε  
τους μαθητές σας να  
εμπνευστούν! [ΣΥΝΔΕ  
ΣΜΟΣ.](#)



### Ημέρα 2- RAK σε έναν καταγισμό ιδεών δολαρίων

Ζητήστε από τους μαθητές να σκεφτούν πώς θα χρησιμοποιήσουν το δολάριο τους για να διαδώσουν καλοσύνη. Μην τοποθετείτε πάρα πολλές παραμέτρους γύρω από αυτήν την ανάθεση. Δώστε έναν φάκελο με έναν λογαριασμό 1 \$ για κάθε μαθητή και εξηγήστε τους κανόνες. Δεν υπάρχει λάθος τρόπος να συμπληρώσετε ένα RAK, εφόσον το άτομο ενσωματώνει πραγματικά το δολάριο και το RAK είναι για κάποιον άλλο εκτός από τον εαυτό του.

### Παράταση 3ης ημέρας

Η καλοσύνη είναι

ψηλά: Γράψτε μια  
ευγενική πράξη σε  
μια κολλώδη  
σημείωση. Ζητήστε  
από τους μαθητές να  
διαλέξουν 1 στα  
τυφλά και να το  
βάλουν στο κεφάλι



### Ημέρα 3- RAK σε ένα δολάριο- Παρουσιάσεις

Δεδομένου ότι ορισμένοι μαθητές θα ολοκληρώσουν το RAK τους γρήγορα και άλλοι θα χρειαστούν περισσότερο χρόνο, ζητήστε από τους μαθητές να αρχίσουν να μοιράζονται τα RAK του \$1 σήμερα. Μπορούν να τα παρουσιάσουν δυνατά ή να γράψουν τι έκαναν και ο δάσκαλος μπορεί να τα διαβάσει δυνατά, ανάλογα με το επίπεδο άνεσης. Δώστε χρόνο στην τάξη σας για να συζητήσει τον αντίκτυπο και να σκεφτεί πρόσθετα επόμενα βήματα εάν το έκαναν ξανά.

τους. Άλλοι το  
παίζουν και το  
μαντεύουν!

#### **Παράταση 4ης ημέρας**

Μερίδιο RAK:

Ζητήστε από τους  
μαθητές να  
μοιραστούν 1 RAK  
που βίωσαν αυτή την  
εβδομάδα!



#### **Ημέρα 4- RAK σε ένα δολάριο- Παρουσιάσεις**

Συνεχίστε με τις παρουσιάσεις σήμερα καθώς οι μαθητές ολοκληρώνουν τα RAK τους. Στην ιδανική περίπτωση, όλα τα \$1 RAK θα ολοκληρωθούν σήμερα, αλλά αφήστε χρόνο αύριο μόνο σε περίπτωση που κάποιοι μαθητές χρειάζονταν περισσότερο χρόνο (ή αποφασίσουν να συνδυάσουν χρήματα με άλλους). Επίσης, φροντίστε να εξερευνήσετε πώς ένιωσε κάθε δότης κατά τη διάρκεια αυτής της δραστηριότητας.

#### **Παράταση 5ης ημέρας**

Καταχώριση

Ημερολογίου: Πώς  
ήσουν ευγενικός με  
τον εαυτό σου αυτή  
την εβδομάδα;



#### **Ημέρα 5- Συζήτηση RAK**

Ως τάξη, προσδιορίστε ποιος ήταν σε θέση να παρατηρήσει τον παραλήπτη RAK και ποιος όχι. Για όσους παρατήρησαν, ποιες ήταν οι αντιδράσεις; Για όσους δεν το έκαναν, τι αντιδράσεις φανταζόσασταν; Επιστρέψατε και ελέγξατε εάν το RAK σας λήφθηκε/λήφθηκε/πέρασε κ.λπ.; Αν ναι, πώς νιώθετε τώρα;