

# Actos aleatorios de amabilidad:

## ¡Estilo ninja!

Esta es la lección final de nuestra unidad de Coraje. Se centra en el homónimo de toda la organización: Actos aleatorios de bondad. ¡La clase colocará monedas de veinticinco centavos en el suelo durante el recreo para que otros las encuentren mientras salen al recreo!

### Concepto(s) de bondad

Coraje, Bondad, Azar

### Plazo de la lección

45 minutos

### Los materiales requeridos

- ☐ Tiza de acera
- ☐ 1 rollo de monedas de veinticinco centavos (puede usar monedas de cinco centavos o centavos si es necesario)
- ☐ Fichas
- ☐ Suministros básicos de arte
- ☐ *Obra Extraordinaria de María Ordinaria* por Emily Pearson <https://youtu.be/-5ou2QWVpEk>

### Mapa de Normas

Esta lección se alinea con las Competencias CASEL, los Estándares Nacionales de Educación para la Salud y los Estándares Estatales Básicos Comunes. por favor refiérase a [Mapa de Normas](#) para más información.



DESIGNADO POR CASEL  
COMO PROGRAMA RECOMENDADO  
PARA EL APRENDIZAJE SOCIAL Y EMOCIONAL.  
Vea la última página para más detalles.

### Objetivo de la lección

Serán estudiantes:

- Completa un acto de bondad al azar.
- Explique cómo se necesita coraje para ser amable con los demás sin reconocimiento.

### Conexión del maestro/autocuidado

A medida que nos acercamos a la última semana del año escolar, el coraje de responder con amabilidad nos lleva fuera del salón de clases y de regreso con nuestras familias y amigos mientras las vacaciones de verano se avecinan en un futuro no muy lejano. ¿Tienes el coraje de responder con amabilidad en casa? A veces, a menudo puede parecer más difícil apoyarse en la amabilidad con las personas más cercanas a usted, ya que también son las personas que saben de primera mano cómo presionar sus botones y amortiguar su estado de ánimo. Sin embargo, la verdadera prueba de su capacidad para responder con amabilidad es cómo trata a los de su círculo íntimo. Esta semana y durante todo el verano de este año, utilice nuestro homónimo, Actos aleatorios de bondad, como lema sobre cómo tratar a los demás cada día. Sea más consciente de las personas más cercanas a usted. Encuentre una pequeña cosa que pueda hacer por cada uno de ellos diariamente. Algo pequeño, pero significativo, algo simple, pero amable. Ningún acto de bondad al azar es demasiado pequeño para impactar a otro. Tu esfuerzo concentrado para hacer de tu mundo inmediato un lugar mejor tiene un efecto dominó en el mundo más grande que te rodea. ¿Cómo puedes responder valientemente con amabilidad todos los días?

### Consejos para estudiantes diversos

- Anime a los estudiantes a hacer dibujos amables si tienen dificultades con la escritura.
- Escriba un comienzo de oración en la pizarra para que los estudiantes lo copien.

**RANDOM ACTS OF KINDNESS**  
FOUNDATION®

- Haga que los estudiantes dicten sus frases amables mientras el maestro las escribe.
- Recuerde a los estudiantes que NO escriban sus nombres cerca de estas frases amables; ¡son sorpresas secretas para los demás!



## Compartir

5-7 minutos

Usando un recipiente con agua y una bolsa de piedrecitas, explique cómo cada acto de bondad, incluso uno pequeño, provoca un efecto dominó. (Si los estudiantes completaron este programa en segundo grado, ¡recordarán esta actividad del año pasado con entusiasmo!)

- Pida a la clase que se reúna alrededor del recipiente con agua.
- Dé a cada niño una piedra.
- Pida a cada niño que comparta un acto de bondad que haya realizado, dejando caer la piedra en el cuenco mientras hablan.
- Destaca cómo la piedra provoca pequeñas ondulaciones u ondas en el agua. Estas ondas son la bondad que fluye de esa persona hacia el resto del mundo. ¡Cuando somos amables, inspiramos a otros a tener el coraje de ser amables también!
- Repita la actividad con cada alumno.

Nota: asegúrese de que su tazón no esté demasiado lleno o se desbordará con todas las piedras al final de la actividad.



## Inspirar

### ¿Qué son los actos aleatorios de bondad?

5-7 minutos

Explique que un acto de bondad al azar es una divertida sorpresa de bondad que se le da a otra persona sin que sepa que fue usted. ¡Estos actos de bondad no se anuncian, no se planifican ni se recompensan. Estás haciendo cosas amables por los demás solo porque quieres que alguien más se sienta bien, no porque quieras que nadie se fije en ti. Leamos sobre el acto de bondad al azar de una niña y cómo se extendió por su ciudad.

#### ***Obra Extraordinaria de María Ordinaria por Emily Pearson***

15 minutos

Enlace de lectura en voz alta:



Kids Book Read Aloud: ORDINARY MARY'S EXTRAORDINARY DEED ...

¡Este libro ayuda a ilustrar cómo un acto de bondad al azar puede provocar una reacción en cadena de bondad en toda su comunidad! Después de leer la historia pregunta lo siguiente:

- ¿Qué acto de bondad al azar ocurrió al comienzo de la historia?
- ¿Qué es un acto de bondad al azar?
- ¿Cómo se difunde el acto original de bondad al azar de Mary?

Si el tiempo lo permite, haga una lluvia de ideas sobre algunas formas en que los estudiantes pueden realizar actos de bondad al azar en el salón de clases. Recuerda, ¡son las pequeñas cosas las que cuentan! ¡Cada pequeño acto de bondad ayuda a hacer de nuestro mundo un lugar mejor!

**RANDOM ACTS OF KINDNESS**  
FOUNDATION®



## Autorizar

15 minutos

Hoy haremos nuestro primer acto de bondad al azar juntos como clase. miExplique que la clase colocará monedas al azar fuera de la escuela para que otros las encuentren., acompañado de una nota amable. Nota: si el costo es un problema, puede usar monedas de cinco centavos o centavos en su lugar.

### Paso 1:

Cada estudiante escribirá una simple nota amable en una ficha para que alguien la encuentre. Usa el iniciador de oración, “¡Acabas de recibir un ACTO DE AMABILIDAD AL AZAR! ¡Sonríe y pásalo!”. Los estudiantes pueden agregar palabras e imágenes adicionales para personalizarlo.

### Paso 2:

Salga al patio de recreo, alrededor de la parte exterior de la escuela y calle abajo si lo desea, y dé tiempo a cada estudiante para que seleccione dónde quiere dejar su moneda y su nota. Con tiza, pídeles que dibujen varios círculos que delíneen su cuarto. Luego, pegarán su nota junto a la moneda de veinticinco centavos.

Recuerde: ¡no le diga a ninguna de las otras clases que fue nuestra clase la que escribió los mensajes y dejó el dinero! Cada acto de bondad al azar se realiza sin reconocimiento. El objetivo es difundir la bondad sin que nadie sepa que fuiste tú.



## Reflejar

5-7 minutos

Reúnanse como clase en su tiempo de círculo/área comunitaria. Revise las siguientes preguntas:

- ¿Cómo te sentiste al escribir mensajes para los otros estudiantes?
- ¿Cómo se sintió ir al recreo y observar a otras personas encontrar dinero y notas especiales?
- ¿Cuál debería ser nuestro próximo acto de bondad al azar?

*¡Los actos de bondad al azar a menudo son contagiosos! Puede ser tan divertido dar un acto de bondad al azar como recibir uno. Mantenga los ojos abiertos y esté atento a las formas en que puede difundir la bondad todos los días. ¡Tu decisión de ser amable con los demás podría inspirar a alguien más a continuar con esta cadena de bondad!*



## Ideas de extensión

- Anime a los estudiantes a realizar un acto de bondad al azar todos los días durante el verano.
- En casa, haga que las familias completen un RAK como grupo. ¡Haga que cada estudiante regrese e informe sobre lo que hizo y cómo se sintió!

**RANDOM ACTS OF KINDNESS**  
FOUNDATION®

- Invite a cada alumno a completar un RAK para alguien en su hogar e informe cómo le fue.



DESIGNADO POR CASEL  
COMO PROGRAMA  
RECOMENDADO PARA EL  
APRENDIZAJE SOCIAL Y  
EMOCIONAL.

El Colaborativo para el Aprendizaje Académico, Social y Emocional (CASEL) ha estado revisando programas SEL basados en evidencia desde 2003. Kindness in the Classroom® cumple con el Programa SElect de CASEL y está incluido en el Guía CASEL para programas efectivos de aprendizaje social y emocional.

Kindness in the Classroom® cumplió o superó todos los criterios de CASEL para una programación SEL de alta calidad. Kindness in the Classroom® recibió la designación más alta de CASEL por programación SEL de alta calidad.

<https://casel.org/guide/kindness-in-the-classroom/>