

Atos aleatórios de bondade

diário fotográfico

Completamos todas as quatro semanas de nossa unidade de coragem. Agora é hora de aplicar tudo o que você aprendeu. Durante a próxima semana ou duas, estaremos trabalhando para completar uma caça ao tesouro de atos aleatórios de bondade e documentar nossas aventuras em um diário de foto/scrapbook.

Coragem Sub-Conceitos)

Vulnerabilidade, Humildade, Gentileza,

Prazo do projeto

1-2 semanas, divididas conforme necessário pelo horário da aula

Materiais requeridos

- ☐ Materiais básicos de arte
- ☐ Modelos de entrada de diário (veja abaixo)
- ☐ revistas
- ☐ 1 smartphone ou câmera para cada grupo
- ☐ Fita/Tachas para pendurar diários acabados

Mapa de Padrões

Este projeto está alinhado com as Competências CASEL, os Padrões Nacionais de Educação em Saúde, os Padrões da Sociedade Internacional de Tecnologia em Educação, quando aplicável, e os Padrões Comuns do Estado. Por favor, consulte o [Mapa de Padrões](#) Para maiores informações.

Atos aleatórios de bondade são ações que não são anunciadas, não são necessariamente planejadas e não são recompensadas. Você está fazendo coisas gentis para os outros apenas porque deseja que alguém se sinta bem, não porque deseja algo em troca. O ato de bondade é o foco, não você como o doador, mesmo que alguns desses atos possam ser feitos diretamente para a outra pessoa. Se você for “pego” ou se seu ato de bondade for público, pratique o uso da humildade desviando o elogio de você e voltando ao ato de bondade que está realizando!

Aqui está o plano para este projeto:

1. Vou emparelhá-lo aleatoriamente. Cada par será responsável por completar 10 atos aleatórios de bondade na lista na próxima semana. Seu objetivo é QUALIDADE, não apenas quantidade. Você notará que na verdade existem 25 opções nesta lista de verificação. Você pode completar mais deles, se possível, mas 10 RAKs genuínos são muito mais poderosos do que 25 RAKs feitos rapidamente e sem integridade.
2. Ambos devem participar da conclusão dos RAKs. Você pode fazer isso revezando-se, trabalhando em conjunto para alcançar um RAK ou dividindo os RAKs com base nos níveis de conforto e no conjunto de habilidades. Você deve usar uma foto ou uma imagem recortada de uma revista para representar cada RAK concluído. NOTA: Você NÃO pode tirar fotos de pessoas. Seu desafio é registrar seus atos usando apenas fotos de objetos. Isso pode ser feito com o uso de um telefone, câmera ou revista, dependendo das restrições de mídia da sua escola.
3. Cada grupo usará suas fotos e os materiais de arte fornecidos para criar um diário fotográfico de seus RAKs, ilustrando a jornada que fizeram e reflexões sobre como cada RAK foi realizado, fez com que se sentissem, etc. Eles anexarão sua lista de verificação preenchida na aba interna do seu diário. Eles então apresentarão seu diário para nossa classe, destacando 1-2 RAKs que foram mais significativos para eles e por quê. Depois de todas as nossas apresentações, os diários serão exibidos em toda a escola para incentivar a bondade contínua ao longo do ano e nas férias de verão!

PARTE 1 (Semana 1): Regras para completar atos aleatórios de bondade

Antes de começarmos nosso projeto, precisamos explorar as regras para concluir nossas tarefas.

- Seu grupo só pode concluir RAKs durante nossos horários designados de aula RAK, intervalos, hora do almoço ou depois da escola com supervisão adequada.
- Seu grupo não pode quebrar nenhuma regra para concluir um RAK.
- Lembre-se de que o foco está no ato de bondade, **NÃO** em si mesmo!
- Isso não é uma competição; não há prêmio no final, exceto saber que você tornou o dia de alguém um pouco mais brilhante. Seu objetivo é espalhar bondade por meio de atos corajosos e humildes.
- Se um determinado RAK for difícil de capturar de maneira gentil, tire uma foto do antes ou depois e explique o que você fez ao adicioná-lo à sua colagem.
- Cada RAK é intencionalmente vago. Isso permite que seu grupo use sua criatividade para criar uma maneira personalizada de concluir cada tarefa selecionada.

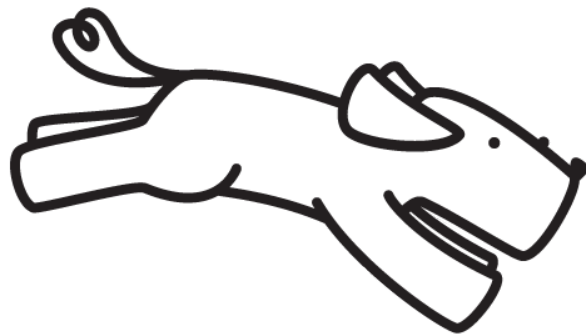
Parte 2 (Semana 2): Criação de diário fotográfico

Agora que você capturou mais de 10 imagens de RAKs concluídas na semana passada, é hora de documentá-las usando um formato de diário. Seu objetivo é usar a humildade para enfatizar os atos gentis, **NÃO** vocês mesmos.

- Você pode usar fotos, palavras, revistas e materiais de arte fornecidos para criar sua colagem de fotos.
- Você deve escrever uma reflexão de 3 a 5 frases abaixo de cada RAK que incluir em seu diário.
- Cada pessoa deve escrever pelo menos 5 reflexões dentro do diário. Certifique-se de assinar seu nome abaixo de cada reflexão.
- Se desejar, ambas as pessoas podem refletir sobre um RAK!
- Cada pessoa deve participar da criação do diário. Uma opção é dar a cada pessoa mais de 5 fotos e permitir que elas controlem o preenchimento das páginas do diário que as acompanham.
- Cada pessoa deve participar da apresentação e explicação de seus RAKs mais significativos e do diário que você criou. Como todos participaram da criação, essa parte deve ser fácil!
- Certifique-se de criar uma capa com os nomes dos autores e uma imagem que melhor capture sua experiência geral com este projeto!

Ato Aleatório de Bondade BINGO

| | | | | |
|---|--|--|---|---|
| Ajuda alguém que Está lutando | Surpreenda alguém com uma ameaça | Faça um elogio a um adulto | Deixe um bilhete gentil no espelho do banheiro | Apresente-se a alguém que você não conhece muito bem |
| Alegre alguém para cima | Incentive alguém durante uma atividade extracurricular | Limpe os corredores | Ajude um pai que vem à escola | Deixe um bilhete na mesa de alguém para incentivá-lo |
| Faça um elogio a um aluno que não é amigo | Permita que alguém vá na sua frente na hora do almoço | ESPAÇO O LIVRE | Ajude o pessoal da recepção | Convide outras pessoas para ajudá-lo limpar o refeitório |
| Deixe uma nota positiva em um armário | Ajuda no refeitório | Convide alguém para se juntar à sua mesa de almoço | Convide alguém novo para sentar ao seu lado no ônibus | Organizar algo para um de seus professores sem ser solicitado |
| Dê a alguém uma nota de agradecimento | Ajude um professor | Escolha um novo parceiro na aula | Pergunte a um amigo como você pode ajudá-lo hoje | SEU PRÓPRIA IDEIA Escreva aqui: |



Entrada de diário fotográfico

Nome: _____ Ato aleatório de bondade # _____ fotoTítulo: _____

ADICIONE SUA IMAGEM AQUI

Use o espaço abaixo para registrar sua experiência ao concluir este Ato Aleatório de Bondade.
São necessárias três ou cinco sentenças. Use as perguntas a seguir para ajudá-lo a escrever sua reflexão.
Como foi esse RAK? Como isso afetou você como doador? Se esse RAK envolveu outras pessoas, como elas reagiram?
O que mais te surpreendeu durante este RAK?
