

Vänlighet för en dollarutmaning

Välkommen till RAK-veckan! RAK står för Random Acts of Kindness. Varje år uppmuntrar vi andra att ta sig tid denna vecka för att verkligen fokusera på vänlighet och hur de kan dyka djupare för att sprida RAKs inom sitt samhälle. *Denna personsökare ger en enkel men effektiv lektionsplan för ditt klassrum för RAK-veckan.*

Varje dag bör ta dig cirka 15-20 minuter (exklusive förberedelser/städning.) Du kan utöka aktiviteterna om så önskas med hjälp av tilläggssektionen på vänster sida av varje dag. Men att bara göra aktiviteten varje dag är mer än tillräckligt för att få hem värdet av Random Acts of Kindness och den inverkan det har på andra, oavsett din ålder! Kolla upp [RAK-veckans historia](#) för mer information!

Material: \$1 sedel per student (kan kombinera studenter om det behövs) kuvert

Dagliga lektioner

Dag 1 förlängning

3 min Video:

Vänlighetens cirkel

[Videolänk](#)

1

Dag 1 - Utforska - Vad är en slumpmässig handling av vänlighet?

Förklara RAK-veckan och hur eleverna kommer att använda \$1 för att sprida vänlighet utanför vårt klassrum. Som en klass, utforska innebörden av vänlighet och exempel på slumpmässiga handlingar av vänlighet du har upplevt ELLER observerat. Detta kunde ha gjorts av en familjemedlem, en vän, en lärare, en livsmedelsarbetare ... till och med en fullständig främling! Se också till att ha ett personligt exempel på en RAK du har fått att dela med din klass.

Dag 2 förlängning

\$1 Kindness Story:

Läs följande berättelse högt för att hjälpa dina elever att få inspiration! [LÄNK](#).

2

Dag 2- RAK på en dollarbrainstorm

Låt eleverna brainstorma hur de kommer att använda sin dollar för att sprida vänlighet. Placera inte för många parametrar runt denna uppgift. Dela ut ett kuvert med en sedel på 1 USD för varje elev och förklara reglerna. Det finns inget fel sätt att slutföra en RAK så länge personen faktiskt införlivar dollarn och RAK är för någon annan än dem själva.

Dag 3 Förlängning

Vänlighet Heads Up:

Skriv en vänlig handling på en lapp. Låt eleverna välja 1 blint och sätta den på huvudet. Andra spelar ut det och de gissar det!

3

Dag 3- RAK på en dollar- Presentationer

Eftersom vissa elever kommer att slutföra sin RAK snabbt och andra kommer att ta längre tid, låt eleverna börja dela sina \$1 RAKs idag. De kan presentera dem högt, eller skriva ner vad de gjorde och läraren kan läsa upp dem, beroende på komfortnivå. Ge din klass tid att diskutera konsekvenserna och brainstorma ytterligare nästa steg om de skulle göra det igen.

Dag 4 Förlängning

RAK Share: Låt

eleverna dela 1 RAK de har upplevt den här veckan!

4

Dag 4- RAK på en dollar- Presentationer

Fortsätt med presentationer idag när eleverna slutför sina RAK. Helst kommer alla \$1 RAKs att slutföras idag, men låt det ta tid imorgon ifall några elever skulle behöva mer tid (eller beslutade att kombinera pengar med andra). Se också till att utforska hur varje givare kände sig under denna aktivitet.

Dag 5 Förlängning

Dagboksanteckning-

Hur var du snäll mot
dig själv den här
veckan?



Dag 5- RAK Diskussion

Identifiera som klass vem som kunde observera sin RAK-mottagare och vem som inte gjorde det. För de som observerade, vad var reaktionerna? För de som inte gjorde det, vilka reaktioner föreställde du dig? Gick du tillbaka och kollade om din RAK togs/mottogs/passades med osv? Om så är fallet, hur känner du dig nu?