

Atti casuali di gentilezza

Diario fotografico

Abbiamo completato tutte e quattro le settimane della nostra unità di coraggio. Ora è il momento di applicare tutto ciò che hai imparato. Nel corso della prossima settimana o due, lavoreremo per completare una caccia al tesoro di atti casuali di gentilezza e documentare le nostre avventure in un diario fotografico/album.

Coraggio Sub-Concetti

Vulnerabilità, Umiltà, Gentilezza,

Tempistica del progetto

1-2 settimane, suddivise secondo necessità in base all'orario delle lezioni

Materiali richiesti

- ☐ Forniture artistiche di base
- ☐ Modelli di registrazione nel diario (vedi sotto)
- ☐ Riviste
- ☐ 1 smartphone o fotocamera per ogni gruppo
- ☐ Nastro/puntine per appendere i diari finiti

Mappa degli standard

Questo progetto è in linea con le competenze CASEL, gli standard nazionali di educazione sanitaria, gli standard della Società internazionale per la tecnologia nell'istruzione, se applicabili, e gli standard comuni di base dello stato. Si prega di fare riferimento al [Mappa degli standard](#) per maggiori informazioni.

Gli atti casuali di gentilezza sono azioni non annunciate, non necessariamente pianificate e non premiate. Stai facendo cose gentili per gli altri solo perché vuoi che qualcun altro si senta bene, non perché vuoi qualcosa in cambio. L'atto di gentilezza è l'obiettivo, non tu come donatore, anche se alcuni di questi atti potrebbero essere fatti direttamente all'altra persona. Se vieni "beccato" o se il tuo atto di gentilezza è pubblico, esercitati a usare l'umiltà deviando le lodi da te e tornando all'atto gentile che stai completando!

Ecco il piano per questo progetto:

1. Ti accoppierò a caso. Ogni coppia sarà responsabile del completamento di 10 atti di gentilezza casuali nell'elenco entro la prossima settimana. Il tuo obiettivo è la QUALITÀ, non semplicemente la quantità. Noterai che in realtà ci sono 25 opzioni in questa lista di controllo. Puoi completarne di più se possibile, ma 10 RAK autentici sono molto più potenti di 25 RAK eseguiti rapidamente e senza integrità.
2. Entrambi dovete partecipare al completamento dei RAK. Puoi farlo a turno, lavorando insieme per raggiungere un RAK o dividendo i RAK in base ai livelli di comfort e al set di abilità. Devi utilizzare un'immagine o un'immagine ritagliata da una rivista per rappresentare ogni RAK che completi. NOTA: NON puoi scattare foto di persone. La tua sfida è registrare i tuoi atti usando solo immagini di oggetti. Ciò può essere ottenuto tramite l'uso di un telefono, una fotocamera o una rivista a seconda delle restrizioni sui media della tua scuola.
3. Ogni gruppo utilizzerà le proprie foto e il materiale artistico fornito per creare un diario fotografico dei propri RAK che illustri il viaggio che hanno intrapreso e le riflessioni su come ogni RAK è stato realizzato, come li ha fatti sentire, ecc. Allegheranno la loro lista di controllo completa al risvolto interno di il loro diario. Presenteranno quindi il loro diario alla nostra classe, evidenziando 1-2 RAK che erano più significativi per loro e perché. Dopo tutte le nostre presentazioni, i diari saranno esposti in tutta la scuola per incoraggiare la gentilezza continua durante tutto l'anno e durante le nostre vacanze estive!

PARTE 1 (Settimana 1): Regole per il completamento di Atti di gentilezza casuali

Prima di poter iniziare il nostro progetto, dobbiamo esplorare le regole per completare i nostri compiti.

- Il tuo gruppo può completare i RAK solo durante i nostri orari di lezione RAK designati, le pause, l'ora di pranzo o dopo la scuola con un'adeguata supervisione.
- Il tuo gruppo non può infrangere alcuna regola per completare un RAK.
- Ricorda che l'attenzione è sull'atto di gentilezza, **NON** su te stesso!
- Questa non è una competizione; non c'è nessun premio alla fine se non sapere di aver reso la giornata di qualcuno un po' più luminosa. Il tuo obiettivo è diffondere la gentilezza attraverso atti coraggiosi e umili.
- Se un certo RAK è difficile da catturare in modo gentile, scatta una foto del prima o del dopo e spiega cosa hai fatto quando lo hai aggiunto al tuo collage.
- Ogni RAK è intenzionalmente vago. Questo per consentire al tuo gruppo di utilizzare la tua creatività per trovare un modo personalizzato per completare ogni attività selezionata.

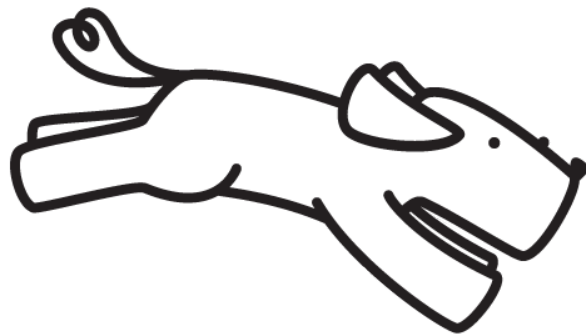
Parte 2 (settimana 2): Creazione di un diario fotografico

Ora che hai catturato più di 10 immagini di RAK che hai completato nell'ultima settimana, è tempo di documentarle utilizzando un formato diario. Il tuo obiettivo è usare l'umiltà per enfatizzare gli atti gentili, **NON** te stesso.

- Puoi utilizzare foto, parole, riviste e il materiale artistico fornito per creare il tuo collage di foto.
- Devi scrivere una riflessione di 3-5 frasi sotto ogni RAK che includi nel tuo diario.
- Ogni persona deve scrivere almeno 5 riflessioni all'interno del diario. Assicurati di firmare con il tuo nome sotto ogni riflesso.
- Se lo si desidera, entrambe le persone possono riflettere su un RAK!
- Ogni persona deve partecipare alla creazione del diario. Un'opzione è quella di dare a ogni persona più di 5 immagini e consentire loro la proprietà del completamento di quelle pagine del diario di accompagnamento.
- Ogni persona deve partecipare alla presentazione e alla spiegazione dei tuoi RAK più significativi e del diario che hai creato. Dato che tutti hanno partecipato alla sua creazione, questa parte dovrebbe essere facile!
- Assicurati di creare una copertina con i nomi degli autori e un'immagine che catturi al meglio la tua esperienza complessiva con questo progetto!

Atto casuale di gentilezza BINGO

Aiuto qualcuno che sta lottando	Sorprendi qualcuno con una delizia	Fai un complimento a un adulto	Lascia un biglietto gentile sullo specchio del bagno	Presentati a qualcuno che non conosci ottimo
Allegria qualcuno su	Incoraggia qualcuno durante un'attività doposcuola	Pulisci i corridoi	Aiuta un genitore che viene a scuola	Lascia un biglietto sulla scrivania di qualcuno per incoraggiarlo
Fai un complimento a uno studente che non è un amico	Consenti a qualcuno di precederti a pranzo	SPAZI O LIBER O	Aiuta il personale del front office	Invita altri per aiutarti pulire la mensa
Lascia una nota positiva su un armadietto	Aiuto in mensa	Invita qualcuno a unirsi al tuo tavolo da pranzo	Invita qualcuno di nuovo a sedersi accanto a te sull'autobus	Organizza qualcosa per uno dei tuoi insegnanti senza che ti venga chiesto
Dai a qualcuno un biglietto di ringraziamento	Aiuta un insegnante	Scegli un nuovo compagno di classe	Chiedi a un amico come puoi aiutarlo oggi	TUO PROPRIA IDEA Scrivilo qui:



Voce di diario fotografico

Nome: _____ Atto casuale di gentilezza # _____ FotoTitolo: _____

AGGIUNGI QUI LA TUA IMMAGINE

Usa lo spazio sottostante per scrivere un diario sulla tua esperienza nel completare questo atto casuale di gentilezza.

Sono richieste tre-cinque frasi. Usa le seguenti domande per aiutarti a scrivere la tua riflessione.

Come è andato questo RAK? In che modo ti ha influenzato come donatore? Se questo RAK ha coinvolto altri, come hanno reagito?

Cosa ti ha sorpreso di più durante questo RAK?
