

# Willekeurige daden van vriendelijkheid

## Fotoboek

We hebben alle vier de weken van onze moed-eenheid voltooid. Nu is het tijd om alles wat je hebt geleerd toe te passen. De komende twee weken zullen we werken aan het voltooien van een speurtocht naar willekeurige daden van vriendelijkheid en het documenteren van onze avonturen in een foto-/plakboekdagboek.

### moed onder-concept(en)

Kwetsbaarheid,  
nederigheid, Vriendelijkheid,

### Project tijdsbestek

1-2 weken, indien nodig opgedeeld  
volgens het lesrooster

### Benodigde materialen

- ☐ Basisbenodigdheden voor kunstenaars
- ☐ Sjablonen voor journaalposten (zie hieronder)
- ☐ Tijdschriften
- ☐ 1 smartphone of camera voor elke groep
- ☐ Tape/tacks om afgewerkte tijdschriften op te hangen

### Normen kaart

Dit project sluit aan bij CASEL Competenties, National Health Education Standards, International Society for Technology in Education Standards, indien van toepassing, en Common Core State Standards. Raadpleeg de [Normen kaart](#) voor meer informatie.

Willekeurige daden van vriendelijkheid zijn acties die niet worden aangekondigd, niet noodzakelijkerwijs worden gepland en niet worden beloond. Je doet vriendelijke dingen voor anderen alleen omdat je wilt dat iemand anders zich goed voelt, niet omdat je er iets voor terug wilt. De daad van vriendelijkheid staat centraal, niet jij als geveer, zelfs als sommige van deze daden rechtstreeks aan de andere persoon kunnen worden gedaan. Als je "betreft" wordt of als je daad van vriendelijkheid openbaar is, oefen dan het gebruik van nederigheid door de lof van je af te leiden en terug te keren naar de vriendelijke daad die je aan het doen bent!

Hier is het plan voor dit project:

1. Ik zal je willekeurig koppelen. Elk paar is verantwoordelijk voor het voltooien van 10 willekeurige daden van vriendelijkheid op de lijst in de komende week. Uw doel is KWALITEIT, niet alleen kwantiteit. U zult merken dat er eigenlijk 25 opties op deze checklist staan. Je kunt er indien mogelijk meer van voltooien, maar 10 echte RAK's zijn veel krachtiger dan 25 RAK's die snel en zonder integriteit worden uitgevoerd.
2. Jullie moeten allebei deelnemen aan het invullen van de RAK's. Je kunt dit bereiken door om de beurt te spelen, samen te werken om een RAK te behalen, of door de RAK's te verdelen op basis van comfortniveaus en vaardigheden. Je moet een foto of een uitgeknipte afbeelding uit een tijdschrift gebruiken om elke RAK die je voltooit weer te geven. LET OP: Je mag GEEN foto's maken van mensen. Jouw uitdaging is om je handelingen vast te leggen met alleen foto's van objecten. Dit kan worden bereikt door het gebruik van een telefoon, camera of tijdschrift, afhankelijk van de mediabeperkingen van uw school.
3. Elke groep gebruikt hun foto's en de geleverde kunstbenodigdheden om een fotodagboek van hun RAK's te maken waarin de reis wordt geïllustreerd die ze hebben gemaakt en reflecties over hoe elke RAK is bereikt, hoe ze zich hebben gevoeld, enz. Ze zullen hun ingevulde checklist aan de binnenflap van hun dagboek. Vervolgens presenteren ze hun dagboek aan onze klas, waarbij ze 1-2 RAK's benadrukken die voor hen het meest betekenisvol waren en waarom. Na al onze presentaties zullen de dagboeken door de hele school worden uitgetoond om voortdurende vriendelijkheid gedurende het hele jaar en in onze zomervakantie aan te moedigen!

## **DEEL 1 (Week 1): Regels voor het invullen van Random Acts of Kindness**

Voordat we aan ons project kunnen beginnen, moeten we de regels verkennen voor het voltooien van onze taken.

- Uw groep kan alleen RAK's voltooien tijdens onze aangewezen RAK-lestijden, pauzes, lunchtijd of na school met goed toezicht.
- Je groep mag geen regels overtreden om een RAK te voltooien.
- Onthoud dat de focus ligt op de daad van vriendelijkheid, NIET op jezelf!
- Dit is geen wedstrijd; aan het einde is er geen prijs behalve weten dat je iemands dag een beetje beter hebt gemaakt. Je doel is om vriendelijkheid te verspreiden door middel van moedige en nederige daden.
- Als een bepaalde RAK moeilijk op een vriendelijke manier vast te leggen is, maak dan een foto van ervoor of erna en leg uit wat je deed toen je het aan je collage toevoegde.
- Elke RAK is opzettelijk vaag. Dit is om uw groep in staat te stellen uw creativiteit te gebruiken om een gepersonaliseerde manier te bedenken om elke taak die u selecteert uit te voeren.

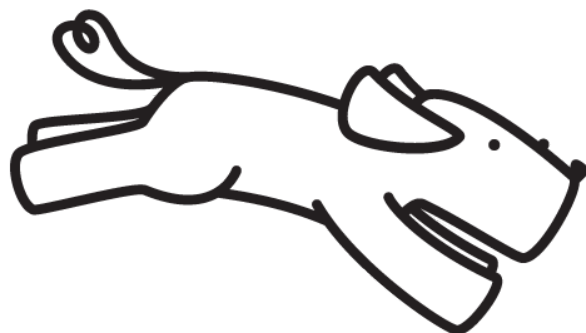
## **Deel 2 (week 2): Fotojournaal maken**

Nu je meer dan 10 afbeeldingen hebt gemaakt van RAK's die je de afgelopen week hebt voltooid, is het tijd om ze te documenteren in een dagboekformaat. Je doel is om nederigheid te gebruiken om de vriendelijke daden te benadrukken, NIET jezelf.

- U kunt foto's, woorden, tijdschriften en de meegeleverde tekenbenodigdheden gebruiken om uw fotocollage te maken.
- Je moet een reflectie van 3-5 zinnen schrijven onder elke RAK die je in je dagboek opneemt.
- Elke persoon moet minstens 5 reflecties in het dagboek schrijven. Zorg ervoor dat u uw naam onder elke reflectie zet.
- Desgewenst kunnen beide personen nadenken over een RAK!
- Iedereen moet deelnemen aan het maken van het tijdschrift. Een optie is om elke persoon 5+ foto's te geven en hen eigenaar te maken van de voltooiing van de bijbehorende dagboekpagina's.
- Iedereen moet deelnemen aan de presentatie en uitleg van uw meest betekenisvolle RAK's en het tijdschrift dat u hebt gemaakt. Aangezien iedereen heeft meegewerkt aan het maken ervan, zou dit deel gemakkelijk moeten zijn!
- Zorg ervoor dat u een voorblad maakt met de namen van de auteurs en een afbeelding die uw algehele ervaring met dit project het beste weergeeft!

# Willekeurige daad van vriendelijkheid BINGO

Hulp iemand dat heeft moeite met	Verras iemand met Een beloning	Geef een compliment aan een volwassene	Laat een vriendelijk briefje achter op de spiegel in de badkamer	Stel jezelf voor aan iemand die je niet kent erg goed
Juichen iemand op	Moedig iemand aan tijdens een naschoolse activiteit	Ruim de gangen op	Help een ouder die naar school komt	Laat een briefje achter op iemands bureau om ze aan te moedigen
Geef een compliment aan een leerling die geen vriend is	Laat iemand voor je gaan tijdens de lunch	<b>VRIJE RUIMTE</b>	Help de frontofficemedewerkers	Nodig anderen uit om je te helpen de lunchroom opruimen
Laat een positieve noot achter op een kluisje	Helpen in de kantine	Nodig iemand uit om aan je lunchtafel te komen zitten	Nodig een nieuw iemand uit om naast je in de bus te komen zitten	Iets organiseren voor een van je leraren ongevraagd
Geef iemand een bedankbriefje	Help een leraar	Kies een nieuwe partner in de klas	Vraag een vriend hoe je ze vandaag kunt helpen	<b>JOUW EIGEN IDEE</b> Schrijf het hier:



# Fotojournaalpost

Naam: \_\_\_\_\_ Willekeurige vriendelijke daad # \_\_\_\_\_ FotoTitel: \_\_\_\_\_

VOEG HIER UW AFBEELDING TOE

Gebruik de onderstaande ruimte om een dagboek bij te houden over je ervaring met het voltooien van deze Random Act of Kindness.

Drie tot vijf zinnen zijn vereist. Gebruik de volgende vragen om u te helpen bij het schrijven van uw reflectie. Hoe is deze RAK verlopen? Hoe heeft het jou als geveer beïnvloed? Als anderen bij deze RAK betrokken waren, hoe reageerden ze dan?

Wat heeft je het meest verrast tijdens deze RAK?

---

---

---

---

---

---

---