

cartões de agradecimento

Bem-vindo à Semana RAK! RAK significa Random Acts of Kindness. Todos os anos, encorajamos outras pessoas a reservar um tempo esta semana para realmente se concentrar na gentileza e em como podem mergulhar mais fundo para espalhar RAKs em sua comunidade. *Este pager fornece um plano de aula simples, porém eficaz, para sua sala de aula na semana RAK.*

Cada dia deve levar cerca de 15 a 20 minutos (excluindo preparação/limpeza). Você pode estender as atividades, se desejar, usando a seção Extensões no lado esquerdo de cada dia. No entanto, simplesmente fazer a atividade todos os dias é mais do que suficiente para trazer para casa o valor de Random Acts of Kindness e o impacto que tem sobre os outros, independentemente da sua idade! Confira [A História da Semana RAK](#) para mais informações!

Materiais: Cartolina, materiais básicos de arte, envelopes, postagem (opcional)

Aulas Diárias

Extensão do dia 1

6 min Vídeo:

O Bumerangue da
Bondade

[Link de vídeo](#)



Dia 1- Explorar- Quem demonstrou bondade para você?

Explique a semana RAK e como a classe criará cartões de agradecimento para espalhar gentileza além da sala de aula. Em classe, explore o significado de bondade e quem em seu mundo tem sido gentil com você em grande estilo. Pode ser um membro da família, amigo, professor, trabalhador da alimentação... qualquer pessoa com quem você interage em sua comunidade. Certifique-se de incentivar os alunos a pensar em atos genuínos de bondade. Vá fundo e realmente reserve um tempo para refletir sobre uma ação gentil que o afetou. O vídeo na extensão dá algumas ideias, se necessário. Além disso, certifique-se de ter um exemplo pessoal para compartilhar com sua classe.

Extensão do dia 2

A bondade começa
com: Escreva a

palavra GENTILEZA.
Em classe, crie atos
gentis que comecem
com cada letra.



Dia 2- Brainstorm do cartão de agradecimento

Peça a cada aluno que escolha uma pessoa para agradecer pessoalmente. Enfatize que o foco está em um ato ou palavra gentil que a pessoa lhe deu recentemente. Referência à discussão de ontem. Exemplos- “O balconista da mercearia sempre me cumprimenta com um sorriso e me faz sentir visto.” Os alunos devem começar a escrever o conteúdo em seu cartão de agradecimento.

Extensão do dia 3

Design de cartão
on-line

Precisa/deseja
entregar cartões
eletrônicos de
agradecimento? [Desig](#)
[n Link](#)



Dia 3- Design de Cartão de Agradecimento Pt 1

Hoje é dia de desenho! Dê a cada aluno cartolina e material de arte para criar seu cartão de agradecimento. Lembre os alunos de se orgulharem de seu trabalho. O objetivo é agradecer genuinamente a alguém. Se você se apressar e não se esforçar, o significado de suas palavras será perdido.

Extensão do dia 4

Compartilhamento

RAK: Peça aos alunos
que formem duplas e
compartilhem um



Dia 4- Design de cartão de agradecimento Pt 2

Termine seus cartões de agradecimento. Certifique-se de que os nomes estejam escritos corretamente e os endereços estejam corretos se os cartões estiverem sendo enviados.! Se o tempo permitir, leia os cartões de agradecimento em voz alta anonimamente. Você também pode pedir voluntários, se desejar.

RAK que fizeram esta
semana!

Extensão do dia 5

Entrada de diário-

Como você foi gentil
consigo mesmo esta
semana?



Dia 5- Envie seus cartões!

Hoje é dia de sair da sala de aula e entregar aqueles cartões! Você pode entregá-los pessoalmente, deixá-los anonimamente ou até mesmo enviá-los pelo correio. Decida com antecedência para cada aluno com base em quem eles escolheram.