

美元挑战的善意

欢迎来到哈伊马角周！**RAK** 代表随机善举。每年，我们都会鼓励其他人在本周花时间真正关注善意，以及如何更深入地在社区内传播 RAK。这款寻呼机为您的 RAK 周课堂提供了简单而有效的课程计划。每天大约需要 **15-20 分钟** (不包括准备/清理)。如果需要，您可以使用每天左侧的“扩展”部分来扩展活动。然而，无论您的年龄如何，只要每天进行这项活动就足以让您认识到随机善行的价值及其对他人的影响！查看 [RAK 周的历史](#) 了解更多信息！

材料: 每个学生 1 美元的钞票 (如果需要, 可以合并学生) 信封

每日课程

第一天延长
3 分钟视频:
仁慈之圈
[视频链接](#)

1

第一天 - 探索 - 什么是随机善举？

解释 RAK 周以及学生们将如何利用 1 美元在课堂之外传播善意。作为一个班级，探索善意的含义以及您经历或观察到的随机善意行为的例子。这可以由家庭成员、朋友、老师、食品工人……甚至是一个完全陌生的人来完成！另外，请务必提供您收到的 RAK 个人示例，以便与全班同学分享。

第 2 天延长
1 美元善意故事: 大声
朗读以下故事, 帮助您
的学生获得灵感! [关联](#)。

2

第 2 天 - RAK 进行美元头脑风暴

让学生集思广益, 讨论如何利用自己的钱来传播善意。不要在此分配周围放置太多参数。向每位学生分发一个装有 1 美元钞票的信封并解释规则。只要该人实际包含了 1 美元并且 RAK 是为除自己之外的其他人而完成 RAK 的, 那么填写 RAK 的方法就没有错误。

第 3 天延长
善良提醒: 在便利贴上
写下善意的举动。让
学生盲目地挑选一个
并将其戴在头上。其他
人表演出来, 他们就猜
到了!

3

第 3 天 - RAK 兑美元 - 演示

由于有些学生会很快完成他们的 RAK, 而另一些学生则需要更长的时间, 因此让学生从今天开始分享他们的 1 美元 RAK。他们可以大声展示, 或者写下他们做了什么, 老师可以大声朗读, 具体取决于舒适程度。给全班同学时间讨论影响, 并集思广益, 讨论如果他们要再次这样做的话, 需要采取哪些后续步骤。

第 4 天延长
哈伊马角分享: 让学
生分享他们本周经历
的 1 个 RAK!

4

第 4 天 - RAK 兑美元 - 演示

今天, 当学生完成 RAK 时, 继续进行演示。理想情况下, 所有 1 美元的 RAK 将在今天完成, 但明天留出时间, 以防某些学生需要更多时间 (或决定与其他学生合并资金)。另外, 请务必探索每个给予者在此活动中的感受。

第 5 天延长
且记录且: 这周你对自
己怎么样?

5

第 5 天 - RAK 讨论

作为一个班级, 确定谁能够观察 RAK 接收者, 谁不能。对于那些确实观察到的人来说, 反应是什么? 对于那些没有这样做的人, 你想象会有什么反应? 您是否回去检查过您的 RAK 是否已被拿走/收到/传递等? 如果是这样, 你现在感觉如何?