

Notas de bondad para los ancianos

¡Bienvenidos a la Semana RAK! RAK significa Actos aleatorios de bondad. Cada año alentamos a otros a tomarse el tiempo esta semana para enfocarse realmente en la bondad y cómo pueden profundizar más para difundir RAK dentro de su comunidad. *Este localizador brinda un plan de lecciones simple pero efectivo para su salón de clases durante la semana RAK.*

Cada día debería llevarle entre 15 y 20 minutos (excluyendo la preparación/limpieza). Puede extender las actividades si lo desea utilizando la sección Extensiones en el lado izquierdo de cada día. Sin embargo, simplemente hacer la actividad todos los días es más que suficiente para llevar a casa el valor de Random Acts of Kindness y el impacto que tiene en los demás, ¡independientemente de su edad! Verificar [La historia de la semana RAK](#) ¡para más información!

Materiales: Cartulina, pegatinas, materiales de arte, sobres, sellos, rotulador negro

Lecciones Diarias

Extensión del día 1

Leer en voz alta:
Sea amable con
Pat Zietlow Miller
[Enlace de lectura en voz alta](#)



Día 1- Exploración de ancianos locales

Explique la semana de RAK y cómo la clase creará notas de bondad para difundir la bondad más allá del aula y en los hogares de cuidado. Como clase, explore diferentes opciones para DÓNDE enviar sus notas de amabilidad. ¿Hay algún hogar de ancianos o residencia asistida cerca? Comuníquese con el director de actividades para obtener una lista de los nombres de los ancianos en la ubicación elegida.

Extensión del día 2

Atrapa la amabilidad: Usando una pelota, una persona dice un pensamiento amable sobre sí misma y la persona a la que le lanza la pelota. ¡Incluye a todos!



Día 2- Sesión de lluvia de ideas

Ahora que tenemos nuestro grupo de ancianos junto con los nombres, hagamos una lluvia de ideas sobre diferentes formas creativas de hacer notas de amabilidad. Si lo desea, proporcione ejemplos como estos: [Ejemplo](#) Recordar los estudiantes que muchos mayores conservan el arte como una forma de embellecer sus habitaciones o casas. Anímelos a escribir claramente usando letra grande. ¡También pídeles que agreguen arte detallado e imágenes edificantes en la nota para alegrar el día de alguien!

Extensión del día 3

Tarjetas personalizadas:
¡Haga que los estudiantes creen una hermosa tarjeta de identificación para que su anciano la cuelgue en su puerta!



Día 3- Escribe tu nota

¡Hoy es el día de escribir! Asegúrese de que a cada estudiante se le asigne una persona específica para escribir. Escriba palabras comunes en la pizarra para ayudar con la ortografía. Además, pídeles a los estudiantes que escriban su nota ligeramente con lápiz para permitir la edición antes de repasarla con marcador negro. Recuerde a los estudiantes que escriban con letras grandes.

Extensión del día 4

Collage de bondad:
¡Revisa las revistas y encuentra imágenes y palabras amables!



Día 4- Agregar Imágenes/Decoraciones

Agregue imágenes y decoraciones a su nota de amabilidad. Recuerde a los estudiantes que traten su nota como una verdadera obra de arte que puede estar en exhibición permanente en la sala de los mayores o en el hogar. ¡Tómate tu tiempo y vierte tu corazón en tu creación!

¡Crea un tablero de
bondad!

Extensión del día 5

Entrada de diario-

Escribe o dibuja
sobre tu semana
RAK. ¿Que te gustó
mas?



Día 5- ¡Envíe las notas por correo!

Hoy es el día para salir del salón de clases y entregar tus notas de amabilidad. Si su residencia de ancianos (u otro lugar) está cerca, ¡planea ir a pie en persona! De lo contrario, escriba a mano los nombres y las direcciones en los sobres antes de enviarlos por correo en un paquete grande. ¡Pídale al director de actividades que le informe después de recibir su correo!