

Campanha de Alimentos

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: Papel, materiais básicos de arte, caixas de papelão (para arrecadar doações)

Aulas Diárias

Extensão do dia 1

2 meu vídeo:
A ciência da bondade
[Link de vídeo](#)



Dia 1- Explorar - O que são atos aleatórios de bondade

Explique a semana RAK e como a classe conduzirá uma campanha de arrecadação de alimentos para espalhar bondade além de nossa sala de aula. Em classe, explore o significado de bondade e quem em seu mundo tem sido gentil com você em grande estilo. Discuta como o menor ato de bondade pode realmente mudar todo o seu dia. A escassez de alimentos é real - ninguém deve ir para casa esta noite e se preocupar com o que pode comer. Nossa arrecadação de alimentos pode ajudar nisso! Certifique-se de entrar em contato com uma igreja local ou banco de alimentos para obter mais detalhes sobre como doar o que for coletado.

Extensão do dia 2

Lista dos Mais Procurados: Peça aos alunos que criem uma lista dos alimentos mais procurados que o banco de alimentos realmente precisa. Poste nas redes sociais!



Dia 2- Publicidade de arrecadação de alimentos

Divulgue! Crie cartazes para o corredor, anuncie a arrecadação de alimentos durante as reuniões matinais, publique no site da escola e nos canais de mídia social; certifique-se de usar todos os meios possíveis. Convide os alunos a usarem suas próprias mídias sociais também, se desejarem. Escolha uma hashtag para ajudar a divulgar. Inclua ONDE doar (caixas fora das salas de aula ou no escritório), O QUE é necessário (peça uma lista ao banco de alimentos) e o PRAZO DE COLETA.

Extensão do dia 3

Placar on-line: Acompanhe o progresso de cada série aqui! [LINK](#)



Dia 3- Comece a Coletar!

Coloque caixas de papelão com etiquetas fora das salas de aula, na entrada da escola, na secretaria e no refeitório. Peça aos alunos que compartilhem informações sobre a arrecadação de alimentos em outras salas de aula e pelo alto-falante. Como classe, defina uma meta com base no tempo que você tem para coletar itens.

Extensão do dia 4

Fazer nada: Seja gentil consigo mesmo, reservando



Dia 4- Recolher e Classificar

Reúna itens de todas as caixas de doação. Comece a classificar os itens por gênero (carne/proteína, caixa de refeições, produtos de higiene, etc.). E se você estiver contando por nota, atualize o placar. Se o tempo permitir,

um tempo para relaxar. Encontre um local e apenas ouça por 2 minutos.[LINK](#)

Extensão do dia 5

Entrada de diário-

Como você demonstrou bondade para consigo mesmo esta semana?



anuncie números atualizados e peça doações adicionais em certas áreas que podem estar atrasadas.

Dia 5- Colete, classifique e entregue!

Reúna itens de todas as caixas de doação e classifique-os uma última vez. Atualize seus números e anuncie os totais. Entregue suas doações (ou carregue o caminhão de entrega do banco de alimentos, etc.) para completar sua semana RAK! Se o tempo permitir, reflita sobre como foi coletar comida para outras pessoas.