

# Freundlichkeit rockt

**Willkommen zur RAK-Woche! RAK steht für Random Acts of Kindness.** Jedes Jahr ermutigen wir andere, sich diese Woche die Zeit zu nehmen, sich wirklich auf Freundlichkeit zu konzentrieren und herauszufinden, wie sie tiefer eintauchen können, um RAKs in ihrer Community zu verbreiten. Dieser One-Pager bietet einen einfachen, aber effektiven Unterrichtsplan für Ihr Klassenzimmer für die RAK-Woche.

**Jeder Tag sollte etwa 15–20 Minuten in Anspruch nehmen (ohne Vorbereitung/Aufräumen).** Sie können die Aktivitäten bei Bedarf erweitern, indem Sie den Abschnitt „Erweiterungen“ auf der linken Seite jedes Tages verwenden. Allerdings ist es mehr als genug, die Aktivität jeden Tag durchzuführen, um den Wert von Random Acts of Kindness und die Wirkung, die es auf andere hat, unabhängig von Ihrem Alter, deutlich zu machen! [Verdammt Die Geschichte der RAK-Woche](#) Für mehr Information!

**Materialien:** Steine, Farbe, Pinsel, Sharpies, Schwämme, Eimer, Seife, Wasser, Handtücher

## Täglicher Unterricht

### Verlängerung für Tag 1

Vorlesen:  
Kindness Rocks von  
Sonica Ellis  
[Link zum Vorlesen](#)



### Tag 1 – Felsenjagd!

Erklären Sie die RAK-Woche und wie die Klasse Kindness Rocks kreiert, um Freundlichkeit über das Klassenzimmer hinaus zu verbreiten. Optional: Erstellen Sie im Voraus einen Freundlichkeitsstein, um ihn ihnen zu zeigen. Beispiel: [Freundlichkeit rockt](#)  
Gehen Sie als Klasse nach draußen und suchen Sie nach Steinen! Steine jeder Größe sind geeignet, lassen Sie den Schülern also die Freiheit, einen Stein ihrer Wahl auszuwählen. Wenn keine Steine in der Nähe sind, lassen Sie die Schüler einen mitbringen ODER kaufen Sie ihn in einem Bastelladen.

### Verlängerung für Tag 2

Brainstorming-Sitzung: Welche  
Bilder/Wörter zeigen  
Freundlichkeit? **Erstellen Sie ein Diagramm!**



### Tag 2 – Steinreinigung

Jetzt, wo wir unsere Steine haben, lasst uns sie reinigen und polieren! Teilen Sie die Klasse in kleine Gruppen von 3-4 Personen auf. Geben Sie jeder Kleingruppe einen kleinen Eimer mit Seifenlauge und Schwämmen. Lassen Sie die Schüler die Steine schrubben und reinigen. Achten Sie auch darauf, sie abzutrocknen! Dadurch haftet die Farbe besser.

### Verlängerung Tag 3

Farbkreis: Wie  
erzeugen wir andere  
Farben aus  
Primärfarben?  
[Farbrad-Video](#)



### Tag 3 – Grundfarbe

Heute ist Maltag! Bieten Sie den Schülern verschiedene Farben an, um den gesamten Stein zu bemalen. Dies wird der Grundanstrich sein. Eine Idee besteht darin, nur Primärfarben auszugeben und Stationen mit allen drei einzurichten. Auf diese Weise können die Schüler das Mischen von Farben üben, um bei Bedarf weitere Farben herzustellen. Helle Farben eignen sich am besten für Grundanstriche, andernfalls kommt die darauf aufgemalte Farbe möglicherweise nicht zur Geltung. Fügen Sie jeder Station weiße Farbe hinzu, damit sie bei Bedarf ihre Farben aufhellen kann.

### Verlängerung für Tag 4

Freundlichkeits-Scharaden: Lassen Sie die



### Tag 4 – Wörter/Bilder hinzufügen

Fügen Sie Wörter oder Bilder über den Grundanstrich hinzu. Sie können zwischen Farbe und Permanentmarkern wählen. Tragen Sie gebräuchliche Wörter an die Tafel ein, damit die Schüler die Schreibweise nachahmen

Schüler in kleinen Gruppen daran arbeiten, auf freundliche Weise zu helfen. (Offene Tür usw.)

**Verlängerung am 5. Tag**

Tagebucheintrag-  
Schreiben oder zeichnen Sie über Ihre RAK-Woche. Was hat dir am besten gefallen?



können. Wenn Sie die Brainstorming-Sitzung am zweiten Tag abgeschlossen haben, beziehen Sie sich noch einmal darauf. Ansonsten sollten Sie vor dem Start in der Gruppe Ideen sammeln.

**Tag 5 – Hide The Rocks!**

Heute ist der Tag, an dem Sie das Klassenzimmer verlassen und Ihre Freundlichkeit „verstecken“ können. Denken Sie daran, das Ziel besteht darin, dass sie gefunden werden. Verstecken Sie sie also nicht zu gut! Ermutigen Sie die Schüler außerdem, sie so zu verteilen, dass sie nicht zusammengeballt werden. Wir möchten, dass die Leute sie im Laufe der Zeit finden, nicht alle auf einmal!