



SEMANA DE ACTOS
Kindness
 DE BONDAD
 Febrero 14-20, 2024



Secundaria

MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO	LUNES	MARTES
<p>14 Leer, reflexionar y establecer</p> <p>Lea o escuche "Prueba tus palabras" por Bonnie Clark. ¿Alguna vez le has dicho algo malo a alguien? ¿Algo agradable? Compara cuando dijiste algo malo vs algo agradable. ¿Cómo te hizo sentir cada experiencia?</p>	<p>15 Cruzada De Limpieza</p> <p>Si ve basura alrededor de la escuela hoy, sea usted quien la recoja. Asegúrese de decirle al conserje que aprecia su arduo trabajo para mantener la escuela limpia.</p>	<p>16 Reacción en cadena positiva</p> <p>Haz tres notas con un mensaje positivo en cada una. Entregue cada nota a una persona diferente y dígame que se la pase a otras tres personas. ¡Intenta usar las tarjetas de bondad Pay It Forward!</p>	<p>17 Día de los actos de bondad realmente aleatorios</p> <p>¡Realmente aleatoriza tus actos de bondad usando dados para determinar quién y qué acto de bondad realizarás! ¡Que ruede la bondad!</p>	<p>18 Disculparse es muy útil</p> <p>Todos somos humanos y a veces cometemos errores. Hoy, si le debes una disculpa a alguien, asegúrate de pedirle perdón. Si accidentalmente eres desagradable, asegúrate de disculparte de inmediato. ¡Ser responsable de tus acciones puede ser de gran ayuda!</p>	<p>19 Notas secretas de bondad</p> <p>Esríbele a alguien una nota agradable sobre algo que creas que está haciendo muy bien. En secreto, colóquelo en su casillero, en su escritorio o en algún lugar donde sepa que lo encontrará. ¡Es bueno reconocer a las personas por las cosas que crees que están haciendo bien!</p>	<p>20 Compañero de choque de puños</p> <p>Dale un choque de puño a un compañero de clase que realmente no conoces al azar. ¡Asegúrate de sonreír!</p>

¡Lea, reflexione y establezca desafíos!

Continuando con la actividad del 14 de febrero, pida a los estudiantes que establezcan una intención para la semana sobre cómo "probar" sus palabras esta semana eligiendo ser amables. Cree un lugar donde puedan publicar sus intenciones usando [la plantilla de compromiso de bondad](#) (como un tablero de anuncios o un espacio designado en la pared). Los estudiantes mayores pueden publicar una foto de su intención en las redes sociales. medios etiquetando a @SHAPE_America en Twitter o @shapeamerica en Instagram usando el hashtag #healthmovesminds.