



CVUSD 2021 SPIRIT WEEK:  
The Great Kindness Challenge (GKC)  
January 25 – 29, 2021



*“Close at heart: Challenge yourself to see how many acts of kindness you can do in a week”*

## MONDAY

Activity #1: Wear Red & post a pic on #CVUSDspiritweek



GKC:  
Activity #2: Start your 5-day challenge! Use this hyperlink to grab your [Choice Board!](#)

Activity #3: put your [heart up](#) in your window. Add a picture of your heart to the [Google Form](#).

## TUESDAY

Activity #1: Show you are thankful. Wear your favorite shirt & post a pic on #CVUSDspiritweek



GKC:  
Activity #2: Thankful Tuesday. Write a “thankful note” to someone you appreciate. Remember to take a picture of yourself with the letter and post it using #CVUSDspiritweek

Activity #3:RCLC TK-6th Reading Corner and activity [“I like your buttons” I like your buttons activity](#)

## WEDNESDAY

Activity #1: Wear workout or team gear & post a pic on #CVUSDspiritweek



GKC:  
Activity #2: Wellness Wednesday - Take time to journal, draw, do yoga, go for a walk, enjoy the outdoors or do a mindfulness activity.

Activity #3: RCLC TK-12 Wellness Corner [Guided breathing activity](#)

## THURSDAY

Activity #1: [Wear a hat & tip it](#) to someone you care about & post a pic on #CVUSDspiritweek



GKC:  
Activity #2: Text n’ Chat Check-in! Send a kind text or chat message to someone to see how they are doing.

Activity #3: RCLC TK-6th Reading Corner and activity [“Have you filled a bucket today?” Have you filled a bucket activity](#)

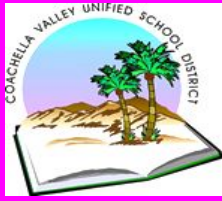
## FRIDAY

Activity #1: Wear your school colors & post a pic on #CVUSDspiritweek!

**SCHOOL  
SPIRIT  
DAY!**

GKC:  
Activity #2: Friendly Friday - School Community at heart! Be kind to one another. Share a smile, a friendly hello, or positive gesture in Zoom class! Challenge yourself to see how many acts of kindness you can do in 1 day.

Activity #3: RCLC TK-6th Reading Corner and activity- [“The jelly doughnut difference” Kindness doughnut activity](#)



# CVUSD 2021 SEMANA DE ACTIVIDADES:

## “Gran Reto De Bondad”

Enero 25 – Enero 29, 2021



*“Cercas en Corazon: Desafiate a ver cuantos actos de bondad puedes hacer en la semana”*

### LUNES

#### Actividad #1:

Viste de Rojo y publica una foto en #CVUSDspiritweek



#### Gran reto de Bondad

Actividad #2: Comienza tu reto de 5 Días utiliza este link para escoger [Choice Board!](#)

Actividad #3: coloca tu corazón en tu ventana. Agrega una foto de tu Corazón en tu Formulario de Google.  
[Forma de Google](#)

### MARTES

#### Actividad #1

¡Vístete con tu Camisa favorita! Demuestra tu agradecimiento y publicalo en #CVUSDspiritweek



#### Actividad #2:

Martes agradecido. Escribe una “nota de agradecimiento” a alguien a quien aprecias. Recuerda tomarte una foto y publicarla usando #CVUSDspiritweek

#### Actividad #3

RCLC TK-6th Rincón de lectura y actividad  
[“Me gustan tus botones”](#)

[Me gustan tus botones actividad](#)

### MIERCOLES

#### Actividad #1

Viste tu ropa de entrenamiento o equipo y publicalo en #CVUSDspiritweek



#### Actividad #2:

Miércoles de bienestar: toma tiempo para escribir un diario, dibujar, hacer yoga, salir a caminar y disfrutar del aire libre.

#### Actividad #3

RCLC TK-12  
[Rincón de bienestar Actividad de respiración quiada](#)

### JUEVES

#### Actividad #1

Usa tu sombrero favorito para demostrar tu cariño [hacia los demás y publicalo](#) en #CVUSDspiritweek



#### Actividad #2:

¡Reportate por mensaje de texto o chat! Envía un amable mensaje de texto o de chat a alguien para ponerte al tanto

#### Actividad #3

RCLC TK-6th Rincón de lectura y actividad  
[“¿Has llenado una cubeta hoy?”](#)

[¿Has llenado una cubeta hoy? actividad](#)

### VIERNES

#### Actividad #1

Viste los colores de tu escuela y publicalo en #CVUSDspiritweek

**SCHOOL SPIRIT DAY!**

#### Actividad #2:

Viernes amistoso - Sean amables unos con otros. ¡Comparte una sonrisa, un saludo amistoso o un gesto positivo en la clase de Zoom! ¿Cuántos actos de bondad puedes hacer en un día?

#### Actividad #3

RCLC TK-6th Rincón de lectura y actividad  
[“La diferencia de la dona de gelatina”](#)

[Actividad de donas de bondad](#)