

# Lista de retos

familiares para gratitud y responsabilidad en fiestas  
**¡Celebremos juntos con corazón y acción!**

Elijan un reto de gratitud y uno de responsabilidad al día. Luego, escríbanlo en el cuadro.  
 Si desean pueden colocar otro reto que se les ocurra.

Marquen  cuando lo completen.  
**¡Compartan cómo se sintieron!**

## Reto de Gratitud

- ◆ Escribe algo por lo que estés agradecido hoy.
- ◆ Expresa 'gracias' a alguien de la familia con un abrazo.
- ◆ Comparte un recuerdo feliz que te haga sentir agradecido.
- ◆ Ayuda a alguien y di 'gracias' después de terminar.
- ◆ Al final del día, nombra 3 cosas buenas que pasaron hoy en casa.
- ◆ Escribe una nota de agradecimiento para un amigo(a).
- ◆ Comparte qué aprendiste hoy que te hace agradecido.
- ◆ Dibuja algo por lo que sientas gratitud este año.

## Reto de Responsabilidad

- ◆ Organiza su habitación.
- ◆ Colabora preparando la mesa para la cena familiar.
- ◆ Ayuda a separar la basura para reciclar correctamente.
- ◆ Prepara tu mochila o ropa para mañana.
- ◆ Lava los platos después de comer.
- ◆ Dobra y guarda tu ropa limpia con cuidado.
- ◆ Ayuda a ordenar la casa.
- ◆ Ayuda a preparar el desayuno.

Día	Gratitud	Responsabilidad	¿Cómo nos sentimos?   
Lunes	<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____	_____
Martes	<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____	_____
Miércoles	<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____	_____
Jueves	<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____	_____
Viernes	<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____	_____
Sábado	<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____	_____
Domingo	<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____	_____