

# Gratitud

Nombre: \_\_\_\_\_

Centro educativo: \_\_\_\_\_

Con tus propias palabras, escribe una definición de **gratitud**.

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

## ACTIVIDAD

A continuación se presenta una lista de días de la semana. Recuerda lo que viviste cada día y escribe algo que hayas aprendido o recibido en ese día.

LUNES \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

MARTES \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

MIÉRCOLES \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

JUEVES \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

VIERNES \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Cada aprendizaje y cada favor o ayuda recibida es una oportunidad para agradecer. Vuelve a leer lo que anotaste y medita en ello.

A veces resulta difícil pensar en maneras de agradecer, lee las siguientes sugerencias para hacerlo y marca las que puedes poner en práctica.

- Enviar un correo electrónico.
- Dejar pegada una nota en el escritorio.
- Llamar por teléfono.
- Levantar la mano en señal de agradecimiento en el tráfico.
- Tocar la bocina como agradecimiento en el tráfico.
- Invitar a dar las gracias antes de una comida.

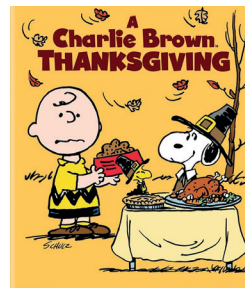
Estas son tres ideas para agradecer cada día, al inicio o al final. Tómalas como ejemplo, puedes recortarlas y pegarlas en algún lugar visible.

Gracias por el nuevo amanecer, es una nueva oportunidad de comenzar.

Gracias por las bendiciones que recibo.

Cada día es una oportunidad para agradecer por los favores y los aprendizajes recibidos.

## PARA VER EN FAMILIA O EN EL AULA



**Película: El día de acción de gracias de Charlie Brown**  
**Año: 1973**

Es un cortometraje clásico del Día de Acción de Gracias en Estados Unidos. Muchas familias la miran porque promueve la unión, la amistad y la gratitud. Cuenta con el humor que caracteriza a estos dibujos animados.

Únase a nuestro programa de valores



Un programa con el apoyo de

