

Mi año va a mejorar

	ENE	FEB	MAR	ABR	MAY	JUN	JUL	AGO	SEP	OCT	NOV	DIC
1												
2												
3												
4												
5												
6												
7												
8												
9												
10												
11												
12												
13												
14												
15												
16												
17												
18												
19												
20												
21												
22												
23												
24												
25												
26												
27												
28												
29												
30												
31												

Nombre del estudiante: _____

¿Cómo funciona?

Querido(a) estudiante, la idea es asignarle un color diferente a cada estado de ánimo y al final del día colorear el cuadrito con el color del estado que más tuviste.

- ☐ Muy feliz.
- ☐ Muy triste.
- ☐ Grosero.
- ☐ Decente.
- ☐ Hoy trate de cambiar para bien.
- ☐ Extrañé a alguien.
- ☐ Hoy me cansé mucho.
- ☐ Trabajé juicioso hoy.
- ☐ ¡Perdón! Me levanté de mal genio.
- ☐ Hoy logré calmarme.
- ☐ Alguien me hizo daño hoy.

Enero	Febrero	Marzo	1	2	3	4	5	6	7	8
Abril	Mayo	Junio	9	10	11	12	13	14	15	16
Julio	Agosto	Septiembre	17	18	19	20	21	22	23	24
Octubre	Noviembre	Diciembre	25	26	27	28	29	30	31	

Lo importante de hoy fue:

This image shows a full page of blank, lined notebook paper. The paper has horizontal ruling lines spaced evenly down the page. The background color alternates between a light mint green and a pale yellow, creating a striped effect across the entire sheet. There are no margins, text, or other markings on the page.

Enero	Febrero	Marzo	1	2	3	4	5	6	7	8
Abril	Mayo	Junio	9	10	11	12	13	14	15	16
Julio	Agosto	Septiembre	17	18	19	20	21	22	23	24
Octubre	Noviembre	Diciembre	25	26	27	28	29	30	31	

Te invito a que marques con una X cada una de tus:

Buenas Acciones:

[illegible]

Acciones por mejorar:

[illegible]

Momentos felices:

Momentos tristes:

[illegible]

Mis retos:

¿Qué deseas alcanzar, cambiar o cumplir?

Amiguito(a), puedes enfocarte en temas como tu estudio, tareas, relaciones con los demás, salud, bienestar, crecimiento personal, estilo de vida e impacto con tu familia.

Fecha:

Reto/Objetivo	¿Para cuándo?	Premio
¿Cómo vamos?	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	
	10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%	

Fecha:

Reto/Objetivo	¿Para cuándo?	Premio
¿Cómo vamos?	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	
	10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%	

Fecha:

Reto/Objetivo	¿Para cuándo?	Premio
¿Cómo vamos?	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	
	10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%	

Fecha:

Reto/Objetivo	¿Para cuándo?	Premio
¿Cómo vamos?	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	
	10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%	

Fecha:

Reto/Objetivo	¿Para cuándo?	Premio
¿Cómo vamos?	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	
	10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%	