



Ficha de hábitos de la semana

6-10 AÑOS

Un pequeño hábito para practicar hoy

MI NOMBRE _____

SEMANA DEL _____

AL _____

Cómo usarla

Marca cada día los hábitos que has practicado. No hace falta hacerlo perfecto: lo importante es intentarlo.

HÁBITO

L

M

X

J

V

S

D

Ordeno 3 cosas de mi habitación

Me lavo las manos antes de comer

Leo o escucho un cuento 10 minutos

Como fruta o pruebo un color nuevo

Me muevo jugando

Ayudo o doy las gracias

Escucho y espero mi turno

MI HÁBITO ESPECIAL DE ESTA SEMANA

Quiero practicar: _____

Pequeño paso: _____

MI PEQUEÑO LOGRO

Algo que me salió bien:

LO SEGUIRÉ INTENTANDO

Algo que puedo mejorar:

¿CÓMO ME SENTÍ PRACTICANDO MIS HÁBITOS?



Alegre



Tranquilo/a



Orgullosa/a



Con ganas de seguir