

# Gratitud

Este mes nos estamos enfocando en la Gratitud. Aunque esto es técnicamente un subconcepto de Caring, decidimos dedicarle un mes entero dadas nuestras necesidades actuales como comunidad. Las actividades a continuación le permitirán infundir su salón de clases diariamente si lo desea. Todas estas actividades están diseñadas específicamente para funcionar en un entorno de aprendizaje a distancia.

## Mini lecciones

**Lección para toda la clase**  
30 minutos



### Gratitud Top 10

Cree una lista de las 10 mejores formas de mostrar gratitud de manera creativa sin contacto físico. Algunos ejemplos serían: escribir una carta a la antigua, enviar un correo electrónico, conducir con un letrero que dice gracias, crear un video de agradecimiento, etc. Esto servirá como una lista para que cada estudiante (y maestro) acceda durante todo el año!

**Para Grupos Pequeños**  
15 minutos



### Examen de Gratitud

Tómese el tiempo para examinar su vida hogareña: ¿por qué comportamientos de los demás está agradecido? ¿Cómo muestras tu gratitud a las personas con las que vives, incluso por lo básico o lo esencial? A menudo damos las cosas por sentado y llegamos a "esperar" ciertos comportamientos, especialmente de los adultos en nuestras vidas. Sin embargo, ¡necesitan recibir gratitud tanto como los niños!

**Para Socios**  
15 minutos



### ¡Mírame!

Formen una pareja y echen un vistazo a la vida de los demás. Mencione de 3 a 5 cosas que tienen en común y por las que ambos están agradecidos. Una vez que cree su lista, identifique nuevas formas de mostrar su gratitud por esas cosas. Trate de ser creativo y enumere ideas que no impliquen contacto físico.

**Para individuos**  
15 minutos



### diario de gratitud

¿Qué es lo que más agradeces en la vida en este momento? Puede ser cualquier cosa: un objeto, una experiencia, una ubicación, una persona. Usando esta pregunta, escriba o dibuje una respuesta en su cuaderno/diario de escritura. Asegúrate de incluir 2 o 3 formas de expresar tu gratitud. Si se trata de un objeto/lugar, etc., piense en la persona o personas que lo hicieron posible. ¿Cómo les muestras gratitud? Si usa el objeto con frecuencia, ¿ha compartido esto con ellos? Esté preparado para compartir su dibujo/escritura con el resto de la clase de alguna manera.

**Centrado en la tecnología**  
15 minutos



### Nube de Word de gratitud

Usando [www.nubesdepalabras.com](http://www.nubesdepalabras.com) u otro generador de nubes de palabras, cree una nube de palabras con el tema de la gratitud. ¡Guárdelo y compártalo con la clase o utilícelo como fondo durante su próxima sesión en vivo!