



The Great Kindness Challenge®

PERÚ
School Edition

¡TU AMABILIDAD IMPORTA!

Te retamos a completar la mayor cantidad de actos de amabilidad que puedas en una semana. ¡Diviértete y sonríe al saber que estás contribuyendo a cambiar el mundo hacia algo mejor!

Actos de Amabilidad

- ☐ Sonríe a 25 personas.
- ☐ Escribe una nota amable y entrégala a tu amigo.
- ☐ Da comentarios positivos a 5 personas.
- ☐ Recoge 10 piezas de basura en tu escuela.
- ☐ Haz un nuevo amigo.
- ☐ Cuenta un chiste y haz reír a alguien.
- ☐ Sé amable contigo mismo y consume alimentos saludables.
- ☐ Aprende algo nuevo acerca de tu maestro.
- ☐ Haz un dibujo y regálasele a alguien.
- ☐ Ayuda a un estudiante menor que tú.
- ☐ Da un amable apretón de manos a un compañero.
- ☐ Reduce, reutiliza y recicla los residuos.
- ☐ Abraza a un amigo.
- ☐ Lee un libro antes de ir a dormir.
- ☐ Haz 10 corazones con material reciclado y regálalos a tus amigos.
- ☐ Entretén a alguien con un baile alegre.
- ☐ Crea un poster para los ayudantes del comedor.
- ☐ Muestra tu agradecimiento a un consejero / psicólogo.
- ☐ Saluda cada día a 15 personas.
- ☐ Agradece al personal de mantenimiento de la escuela.
- ☐ Pide un deseo para un niño que lo necesite.
- ☐ Agradece a un trabajador de la comunidad.
- ☐ Invita a un nuevo amigo a jugar o pasear contigo.
- ☐ Envía una nota de agradecimiento a tu director/a.
- ☐ Ayuda en las tareas de la casa.
- ☐ Siéntate con un compañero diferente a la hora de almuerzo.
- ☐ Lee un cuento a un niño pequeño.
- ☐ Entrega un mensaje amable a tu profesor.
- ☐ Apoya a alguien que lo necesite.
- ☐ Elabora un cartel: ¡Demuestra tu amabilidad!
- ☐ Enseña algo nuevo a alguien.
- ☐ Ayuda al profesor de Educación Física con sus implementos.
- ☐ Crea un marcador de libros para un amigo.
- ☐ Mantén la puerta abierta para que entre otra persona.
- ☐ Abrazate.
- ☐ Saluda y agradece a quien te lleva o recoge del colegio.
- ☐ Escribe "Gracias" en un curita para la enfermera.
- ☐ Escucha las indicaciones de tu maestro a la primera.
- ☐ En voz baja, di "Gracias" a la bibliotecaria.
- ☐ Escribe 5 mensajes positivos acerca de ti y pégalos en tu espejo.
- ☐ Préstale un lápiz a un amigo.
- ☐ Aprende a decir "Hola" en un idioma nuevo.
- ☐ Entrega una flor al personal de oficina.
- ☐ Reutiliza papel cuando dibujes.
- ☐ Ayuda a tu maestro con alguna tarea que requiera.
- ☐ Llega a tiempo a la escuela.
- ☐ Agradece a un profesor auxiliar.
- ☐ Crea un saludo especial con un amigo o amiga.
- ☐ Haz un regalo casero para alguien que acabas de conocer.
- ☐ Crea tu propio acto de amabilidad.



#GreatKindnessChallenge

GreatKindnessChallenge.org ♥ KidsforPeaceGlobal.org

(Escribe tu nombre aquí)

FREE APP!

