DZIEŃ ŻYCZLIWOŚCI · WYZWANIE

Kalendarz 30 dobrych uczynków

6–12 lat

Imię i nazwisko: _____ Data: _____

Codziennie jedno zadanie. Gdy je wykonasz, zaznacz kwadracik. Możesz zacząć 21 listopada – w Dzień Życzliwości – albo w dowolnym dniu.

1 Powiedz „dzień dobry” 10 osobom. ☐	2 Podziękuj komuś, komu zwykle nie dziękujesz. ☐	3 Pomóż w domu bez proszenia. ☐	4 Powiedz koledze, co w nim lubisz. ☐	5 Podziel się czymś dobrym. ☐
6 Zaproś kogoś samotnego do zabawy. ☐	7 Uśmiechnij się do 5 osób. ☐	8 Narysuj laurkę dla babci lub dziadka. ☐	9 Posprzątaj coś, co nie jest Twoje. ☐	10 Pochwal czyjś rysunek lub pracę. ☐
11 Przytrzymaj komuś drzwi. ☐	12 Wysłuchaj kogoś do końca, nie przerywając. ☐	13 Zadzwoń do kogoś, kto dawno Cię nie słyszał. ☐	14 Pomóż komuś w lekcjach. ☐	15 Zostaw miłą karteczkę w książce. ☐
16 Nakarm ptaki (np. ziarnami słonecznika). ☐	17 Powiedz „przepraszam”, jeśli coś poszło nie tak. ☐	18 Pożycz komuś swoją kredkę lub gumkę. ☐	19 Zrób komuś niespodziankę. ☐	20 Podziękuj pani sprzątającej lub kucharce. ☐
21 Pomóż przy zakupach i rozpakowaniu. ☐	22 Powiedz miłe słowo komuś smutnemu. ☐	23 Oddaj zabawkę lub książkę potrzebującym. ☐	24 Zapytaj kogoś: „Jak się czujesz?”. ☐	25 Pomóż młodszemu dziecku. ☐
26 Napisz list z podziękowaniem. ☐	27 Ustąp miejsca starszej osobie. ☐	28 Pochwal siebie za dobry uczynek. ☐	29 Zrób coś miłego dla zwierzaka. ☐	30 Opowiedz rodzinie o najlepszym dniu wyzwania. ☐

Termometr i moje podsumowanie

6–12 lat

Imię i nazwisko: _____ Data: _____

Termometr życzliwości

Pokoloruj jedną kratkę za każdy dobry uczynek.

30 Mistrz!
29
28
27
26
25
24
23
22
21
20 Super!
19
18
17
16
15
14
13
12
11
10 Brawo!
9
8
7
6
5
4
3
2
1



Moje wyzwanie

Zaczynam dnia: _____ Kończę dnia: _____

Najłatwiejsze zadanie było:

Najtrudniejsze zadanie było:

Najbardziej ucieszył się / ucieszyła się:

Jak się czułem / czułam, pomagając innym? Otocz.



Mój własny pomysł na dobry uczynek:

Słoik życzliwości – plakat

6–12 lat

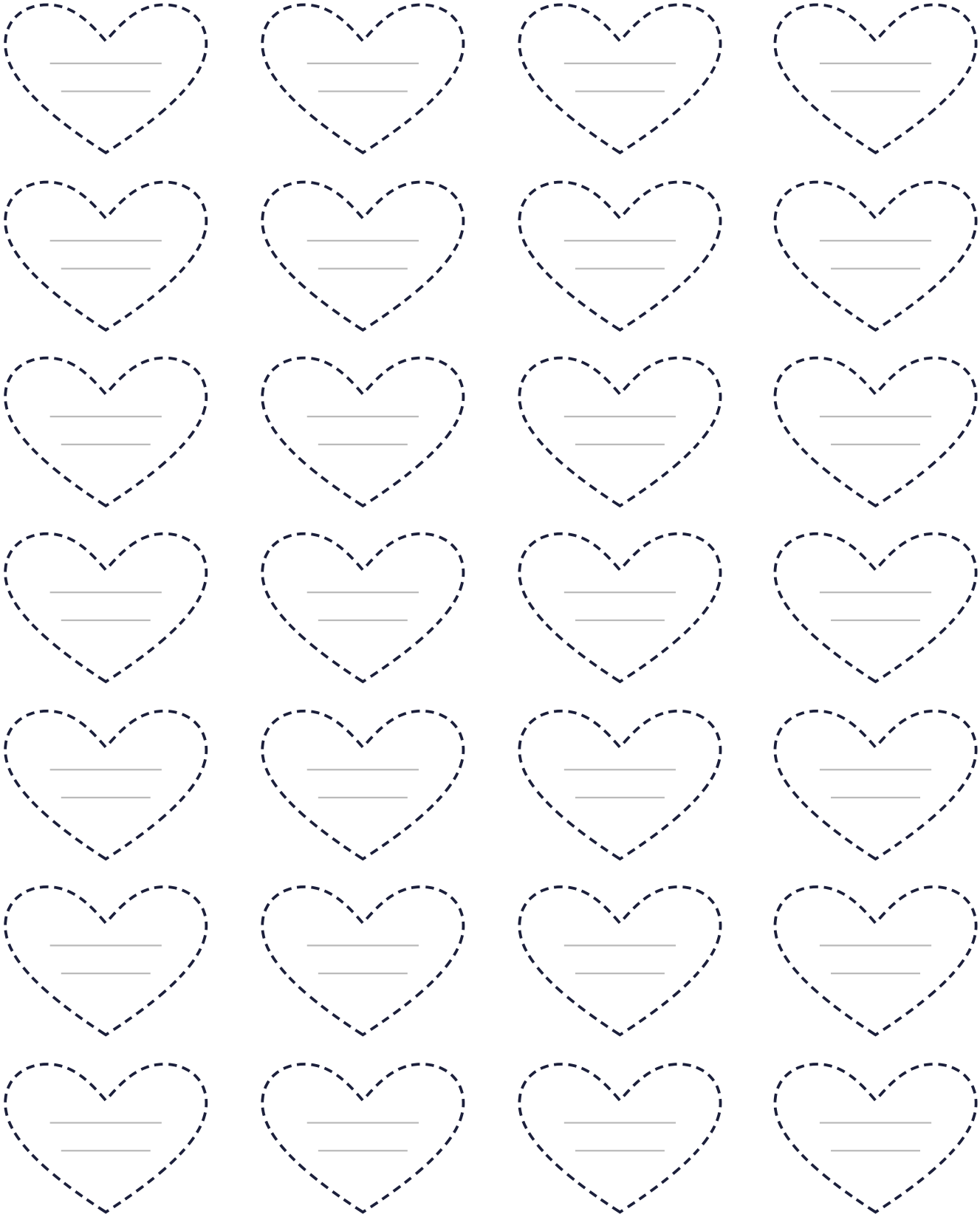
Powieś słoik w klasie albo w domu. Za każdy zauważony dobry uczynek wpisz go na serduszku z następnej strony i przyklej w słoiku. Gdy słoik się zapełni – świętujcie razem!



Serduszka do słoika

6–12 lat

Wytnij serduszka. Wpisz: kto, komu i jaki dobry uczynek zrobił.



Obrazki: Twemoji © Twitter, Inc. i współtwórcy, licencja CC BY 4.0. Materiał: glowkowniadruk.pl – do użytku domowego i szkolnego.