

¡ANOTA! Estableciendo metas para niños

A

Asegúrate que tu meta sea simple.

Es mejor si puedes decirlo de forma simple y en una sola oración.



N

Nombra tus pasos.

Las metas son más fáciles de alcanzar cuando las divides en pasos pequeños.



O

Organiza tu tiempo.

Decide cuándo quieres alcanzar tu meta y realízala a tiempo.

Recuerda darte suficiente tiempo para completar cada uno de los pasos en tu lista.

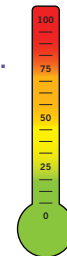


T

Termómetro de los sentimientos.

Para asegurarte que es posible realizar tu meta, califícala usando el termómetro.

Las mejores metas son las que están en la zona verde.



red

orange

yellow

green

A

¡Admirable trabajo!

¡Creeste una nueva meta muy buena, ahora ve y realízala!

