

กิจกรรมนั่งสมาธิ 42 วัน เปลี่ยนนิสัย (ออนไลน์) 42 DAYS CHALLENGE



วันที่นั่งสมาธิ

นั่งสมาธิทั้งหมดของวันนี้ (นาที)

ผลการนั่งที่ดีที่สุดของวันนี้

คำถามประจำวัน

ดูวิดีโอแล้วตอบคำถาม

- 1.เราจะเลือกเป็นเด็กขยันหรือเด็กขี้เกียจ
- 2.ขอแตกต่างระหว่างเด็กขยันและเด็กขี้เกียจ
- 3.เพราะสาเหตุอะไรทำให้เด็กมีความขยันและขี้เกียจ

MISSION

ให้นักเรียนเลือกกิจกรรมเพื่อพัฒนาตนเอง 1
อย่าง ที่สามารถทำได้และทำอย่างต่อเนื่อง