

Puedes personalizar los temas de reflexión para satisfacer las necesidades de los estudiantes y las limitaciones de tiempo. Crea una experiencia de ejercicio única cada vez que regreses a esta lección eligiendo diferentes temas: ¡cada ejercicio puede revelar algo nuevo para los estudiantes!

## **SEGURO/A**

Protegido/a de o no expuesto/a a peligro o riesgo

### **Conexión cuerpo-mente**

**Cuerpo**

¿Cómo se siente tu cuerpo después de completar el ejercicio?

**Mente**

¿Cómo se siente tu mente después de completar el ejercicio?

**Definición**

¿Qué significa SEGURO/A para ti en este momento?

### **Auto-conexión**

**Pasado**

Describe un momento en el que recuerdes sentirte seguro/a.

**Presente**

¿Qué hace que un lugar se sienta seguro para ti? ¿Qué hace que un lugar se sienta inseguro para ti?

**Futuro**

¿Cómo puedes ayudar a los demás a sentirse seguros cuando están a tu alrededor?

### **Conexión del mundo real**

**Familia**

En tu familia, ¿con quién te sientes seguro/a y por qué?

**Ambiente de aprendizaje**

¿Cuál es una regla que te gustaría que siguiera tu clase para garantizar que tu salón de clases sea seguro?

**Comunidad**

¿Cómo tu vecindario mantiene segura a la gente?

**Conexión académica****Artes del lenguaje inglés**

Haz un dibujo de un lugar (ya sea real o imaginario) donde te sientas seguro/a. Escribe una frase que describa tu dibujo.

**Estudios Sociales**

Describe a una figura histórica que ayudó a mantener a otros seguros durante un tiempo inseguro.

**CTIM (ciencia, tecnología, ingeniería y matemáticas)**

¿Por qué es importante estar seguro/a cuando se trabaja en un laboratorio de ciencias?

**Dato curioso**

Las nutrias marinas se dan la mano cuando duermen para mantenerse seguras y no separarse.