

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!

FUERZA

La cualidad o estado de ser fuerte; poder corporal o muscular

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 FUERZA para ti en este momento?

Auto-conexión

Pasado

Describe un momento de tu vida en el que te sentiste fuerte.

Presente

Reflexiona sobre algunas cosas sobre ti que te hacen fuerte.

Futuro

¿Qué consejo le darías a alguien que no se siente fuerte?

Conexión del mundo real

Familia

¿Quién es una persona fuerte en tu familia y cómo muestra fuerza (física o mental)?

Ambiente de aprendizaje

¿Cuál es tu materia escolar más fuerte? ¿Por qué?

Comunidad

Describe una comunidad a la que perteneces que te haga sentir fuerte.

Conexión académica**Artes del lenguaje inglés**

Haz un dibujo de un personaje de cómic que sea fuerte. ¿Qué está comiendo para el desayuno? ¿Qué está usando?

Estudios Sociales

¿Qué crees que hace fuerte a un país?

CTIM (ciencia, tecnología, ingeniería y matemáticas)

¿Cómo puede fortalecer tu trabajo trabajando en conjunto con un grupo?

Dato curioso

¡Los dientes humanos son tan fuertes como los dientes de tiburón! Simplemente no tenemos tantos. Un ser humano adulto tiene 32 dientes. ¡La mayoría de los tiburones tienen 5 filas de dientes y pueden tener hasta 3000 dientes a la vez!