

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!

## ACEPTAR

Acomodar o reconciliar

### 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 ACEPTAR para ti en este momento?

### Auto-conexión

#### Pasado

Describe un momento en el que aceptaste algo que no te hizo feliz.

#### Presente

Piensa en un/a amigo/a que te acepte por lo que eres. ¿Cómo muestra su aceptación?

#### Futuro

¿Cómo puedes usar la aceptación para ayudar a resolver problemas en tu vida?

### Conexión del mundo real

#### Familia

En tu familia, ¿quién te acepta por lo que eres? ¿Cómo muestra su aceptación?

#### Ambiente de aprendizaje

¿Cómo muestra tu maestro/a que acepta las opiniones de diferentes personas?

**Comunidad**

Describe un lugar fuera de la casa o la escuela donde te sientes aceptado/a.

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

Completa la siguiente frase describiendo cómo te enfrentas al cambio en tu vida:

A veces, cuando las cosas cambian me siento \_\_\_\_, así que trato de recordar \_\_\_\_.

**Estudios Sociales**

Piensa en un momento de la historia en el que sucedió algo inesperado, y describe cómo la gente cambió su vida diaria para aceptar ese cambio.

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

¿Cómo se puede usar la ciencia para ayudar a las personas a aceptar información que tal vez no crean que es cierta?

**Dato curioso**

Los cuervos tienen dificultades con la aceptación. A menudo guardan rencor contra personas específicas.