

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!

DEDICACIÓN

La calidad de estar dedicado/a o comprometido/a con una tarea o propósito

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 DEDICACIÓN para ti en este momento?

Auto-conexión

Pasado

Reflexiona sobre algo a lo que solías dedicar tiempo pero ya no lo haces. ¿Por qué cambió tu dedicación?

Presente

Describe una actividad en tu vida a la que te dedicas cada semana.

Futuro

Piensa en una actividad a la que te gustaría dedicar tu tiempo en el futuro. ¿Cómo podrías hacer tiempo para esta actividad?

Conexión del mundo real

Familia

¿Quién muestra mucha dedicación en tu familia y cómo lo demuestra?

Ambiente de aprendizaje

Nombra una meta a la que estés dedicado/a este año escolar. ¿Cómo te mantendrás dedicado/a a tu meta?

Comunidad

¿Te dedicas a alguna actividad u organización en tu comunidad? ¿Cómo demuestras tu dedicación?

Conexión académica**Artes del lenguaje inglés**

Crea una nube de palabras en forma de objeto que represente una actividad a la que te dedicas (es decir, un balón de fútbol si te dedicas al fútbol). Dentro de la nube de palabras, escribe tantas palabras como puedas pensar que asocies con esa actividad.

Estudios Sociales

Describe un monumento o una estatua en tu comunidad que esté dedicada a alguien o algo.

CTIM (ciencia, tecnología, ingeniería y matemáticas)

Establece una meta de matemáticas a corto plazo para lograr esta semana y una meta de matemáticas a largo plazo para lograr este año.

Dato curioso

Los búhos muestran dedicación a su pareja al traerle regalos especiales — generalmente comida.