

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 de tus fortalezas personales.

Futuro

Elige una de tus fortalezas personales y predice cómo te ayudará en tu futuro.

Conexión del mundo real

Familia

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

Ambiente de aprendizaje

Reflexiona sobre una de tus fortalezas académicas. ¿Cómo se ha convertido esto en una fortaleza personal?

Comunidad

¿Cómo puede una comunidad hacer que una persona se sienta más fuerte?

Conexión académica**Artes del lenguaje inglés**

Escribe una lista de tus fortalezas físicas y emocionales. ¡Intenta enumerar tantos como puedas pensar!

Estudios Sociales

Describe a una persona de la historia o de los eventos actuales que se considera fuerte. ¿Qué cualidades tenía/tiene esta persona?

CTIM (ciencia, tecnología, ingeniería y matemáticas)

¿Cómo puede el trabajo en equipo fortalecer la calidad de un producto?

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!