

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!

CONSTRUIR

Establecer y desarrollar algo durante un período de tiempo

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 CONSTRUIR para ti en este momento?

Auto-conexión

Pasado

A veces nos hacemos amigos/as de personas con las que pasamos mucho tiempo, pero algunas amistades requieren más esfuerzo. ¿Alguna vez te has esforzado por construir una amistad con alguien? ¿Cómo fue ese esfuerzo?

Presente

¿Qué estructuras y rutinas has construido que te ayuden cada día?

Futuro

¿Qué tipo de futuro esperas construir para ti mismo/a? ¿Cuál es un pequeño paso que puedes dar hoy hacia esta meta?

Conexión del mundo real

Familia

¿Qué tradiciones ha construido tu familia a lo largo de los años?

Ambiente de aprendizaje

¿Cómo nos ayudan las reglas de nuestro salón de clases a construir una comunidad de la clase segura e inclusiva?

Comunidad

Diseña un memorial que te gustaría ver construido en tu comunidad algún día.

Conexión académica

Artes del lenguaje inglés

Construye un párrafo usando solo declaraciones positivas sobre ti mismo/a

Estudios Sociales

¿Cómo consiguen los políticos apoyo para causas específicas que les interesan?

CTIM (ciencia, tecnología, ingeniería y matemáticas)

¿Qué tipo de trabajos requieren que desarrolles habilidades matemáticas para tener éxito?

Dato curioso

Se utilizan unos 12.000 clavos para construir una casa de tamaño medio.